

mein südhessen

6

Antik Galerie
WIR SIND IHR
ANSPRECHPARTNER
GOLD AN- UND VERKAUF
ANTIKALERIE_POORHOSAINI
tobias.poorhosaini@gmx.de | 06151.25688
0151.24070700 | www.antikalerie24.de
Schulstraße 1, 64283 Darmstadt

22. November 2025

Das Leben in Mörfelden-Walldorf, Auflage 11.553

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



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

EGRO
Direktwerbung GmbH

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

Mehr Informationen:
☎ 06104 4970-90
✉ zusteller@egro-direktwerbung.de



Beim Festumzug während des Kalten Markts präsentieren sich Reiter und Kutscher. Mehr auf Seite 2.

Foto: DJD/Stadt Ellwangen

Mehr PS braucht kein Mensch
Auf dem Ellwanger Pferdemarkt sind Kutscher
heute noch live zu erleben

Mehr PS braucht kein Mensch

Auf dem Ellwanger Pferdemarkt sind Kutscher heute noch live zu erleben


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: danielle.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

(DJD). Jedes Jahr im Januar findet im baden-württembergischen Ellwangen der Kalte Markt statt, einer der ältesten Pferdemarkte Süddeutschlands. Eine besondere Rolle kommt in der Stadt daher seit jeher den Kutschern zu. Wir haben uns einmal umgehört, was hinter diesem traditionsreichen Beruf steckt - und was man heute noch davon erleben kann.

Was macht ein Kutscher?

Kutscher arbeiten intensiv mit Pferden und müssen oft mehrere Tiere gleichzeitig „im Griff“ haben. Zu ihren Aufgaben gehört neben dem Fahren der Kutsche auch die intensive Vor- und Nachbereitung. Das heißt, sich um die Pferde zu kümmern, sie zu füttern, zu pflegen und zu trainieren. Auch die Kutsche muss regelmäßig gewartet und instand gehalten werden. Hinzu kommt einiges an Wissen rund um Tierwohl und weitere rechtliche Vorgaben, die beispielsweise für das Steuern der Kutsche und eine erfolgreiche Kutschfahrt notwendig sind. Mit welcher Pferderasse ein Kutscher arbeitet, hängt von seinen Anforderungen, Zielen und Vorlieben ab. Insbesondere Ponys sowie Kalt- und Warmblüter werden als Kutschpferde eingesetzt. Ponys gelten dabei als besonders wendig, Kaltblüter als sehr kräftig und Warmblüter als lernbereit, wenn gleich temperamentvoll.

Kutscher und Pferde hautnah erleben

Was im frühen Mittelalter als Pferdemarkt begann, hat sich mittlerweile zu einer überregionalen Veranstaltung entwickelt: der Kalte Markt in Ellwangen. Im Osten Baden-Württembergs kann man jedes Jahr Anfang Januar Kutscher



Eine der Attraktionen des Kalten Markts: das traditionelle Pferdeschaulaufen mit anschließender Prämierung.

Foto: DJD/Stadt Ellwangen

und Pferde in Aktion erleben, wie unter www.ellwangen-tourismus.de zu erfahren ist. So zum Beispiel in der mehrsprachigen Reitermesse, bei den Prämierungen oder während des Festumzugs, an dem über 300 Pferde und Gespanne teilnehmen. Für die Kutscher sind die Tage jedes Mal ein Highlight, stellen aber auch besondere Anforderungen an sie. Denn viele Pferde reagieren sensibel auf die kalten Temperaturen und die Menschenmassen.

Als Kutscher ist es daher an diesen Tagen besonders wichtig, seine Pferde gut zu kennen und im Griff zu haben. Wer den Kalten Markt zum ersten Mal besucht, sollte auf jeden Fall Kutteln probieren. Das traditionelle Ellwanger Gericht aus Rinderpansen wird hier an jeder Ecke angeboten. Außerdem sollte man an warme Kleidungen denken, da die meisten Veranstaltungen im Freien stattfinden.

Ein Besuch der Stadt im Ostallgäu lohnt sich für Pferdefans auch, wenn es wieder wärmer ist: Als besondere Attraktion dreht die Ellwanger Droschkenlinie im Sommer an bestimmten Terminen ihre Runden durch die Ellwanger Innenstadt.



Kutscher in Aktion: Zwei Pferde ziehen einen Wagen auf dem Kalten Markt.

Foto: DJD/Stadt Ellwangen

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

Die Fellnasen in Rumänien brauchen uns!



Wir möchten, dass es den Tieren ein Stückweit besser geht, als in den staatlichen Tierheimen oder auf der Straße. Unser Projekt „Neue Auffangstation für die Fellnasen“ geht voran. Die ersten tierischen Bewohner sind eingezogen. Es ist jedoch noch viel zu tun. Doch alleine schaffen wir das nicht. Umso vielen Fellnasen wie möglich helfen zu können, sind wir auf Spenden angewiesen.

Ein großer Teil unserer Sach- und Geldspenden geht an den rumänischen Tierschutzverein ASIPA mit Sitz in Cluj-Napoca (Klausenburg). Mithilfe Ihrer Geldspenden werden unter anderem Tierarztkosten, die Unterbringung der Tiere, Kastrationen sowie benötigtes Futter und Medikamente finanziert.

So können Sie uns helfen:

- Finanzielle Unterstützung für die Versorgung der Tiere
- Finanzielle Unterstützung für Kastrationen
- 5,00 Euro Spende für einen Strohhalm (diese werden in den Hütten ausgelegt)
- Bereitstellen einer Pflegestelle
- Übernahme einer Patenschaft
- Sachspenden wie Decken, Bettlaken, Bettwäsche (ohne Knöpfe und Reisverschlüsse), Futternäpfe, Schlafkörbchen aus Plastik, Spielzeug, Hunderollstühle, Inkontinenzunterlagen, Katzenklo und -streu, Kratzbäume, sowie alles weitere an Tierbedarf für Hunde und Katzen
- Altkleiderspenden: Durch die Abgabe Ihrer Altkleider erzielt der Verein Spenden. Die Standorte der Container finden Sie unter: <https://www.tiernothilfe-ev.de/unterstuetzung/altkleidercontainer/>

Egal zu welcher Jahreszeit, dass Leid der Straßentiere in Rumänien ist groß. Täglich finden Tierschützer Fellnasen, die dringend Hilfe benötigen. Oftmals sind es Welpen, die ohne ihre Mutter gefunden werden. Viele der Hunde und Katzen sind verletzt und krank – werden von Hunger und Angst geplagt. Viele werden auch eingefangen und in das staatliche Tierheim gebracht. Sie verbringen dort ihre Zeit in einem kleinen Zwinger auf einem Steinboden ohne Liebe und Zuwendung.

Förderverein Tiernothilfe Siebenbürgen e. V.
IBAN DE24 7635 0000 0060 0785 53
BIC BYLADEM1ERH

Stadt- und Kreissparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach
 oder per PayPal an: spende@tiernothilfe-ev.de
 Im Namen der Fellnasen sagen wir von Herzen „DANK“ für Ihre Unterstützung. Gemeinsam können wir noch weiteren Tieren helfen.
Und während die WELT ruft: „Du kannst sie nicht alle retten“
FLÜSTERT DIE HOFFNUNG: „Und wenn es nur einer ist -VERSUCH ES!“



Förderverein Tiernothilfe Siebenbürgen e. V. | Adresse: Haimendorfer Str. 38 - 40, 90571 Schwaig bei Nürnberg
 Telefon: 0911 - 54 04 20 30 | E-Mail: info@tiernothilfe-ev.de | Web: <https://www.tiernothilfe-ev.de>
 Facebook: <https://www.facebook.com/tiernothilfesiebenbuergen>

Goldhaus Obertshausen

VERTRAUEN IST GOLD WERT

Seit über 20 Jahren Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen wie zum Beispiel:

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

Holger Honig | Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen
 Tel.: 0 6104 9 531315 | www.goldhaus-obertshausen.de
 Mo-Fr: 10.00-13.00 Uhr | 15.00-18.00 Uhr
 oder nach Vereinbarung

rechts von der Kirche vor dem Pfarrhaus



Vertrauen ist Gold wert – besonders, bei Erbstücken und Schmuck.
 Ich bin Holger Honig, Inhaber des Goldhaus Obertshausen

und über 20 Jahren Ihr zuverlässiger Ansprechpartner für den Ankauf von Gold, Silber, Schmuck und Edelmetallen. Viele meiner Kunden bringen Stücke mit Geschichte – oft verbunden mit Emotionen. In diskreter, ruhiger Atmosphäre nehme ich mir Zeit, erkläre den Wert Ihrer Schätze transparent und biete faire Preise – ganz ohne Verkaufsdruck.

Als 1-Mann-Betrieb steht bei mir der Mensch im Mittelpunkt, nicht die schnelle Abwicklung. Wenn Sie wissen möchten, was Ihre Wertgegenstände wert sind, oder ein gutes Gefühl bei der Entscheidung brauchen: Besuchen Sie mich – ich freue mich auf Sie.

Goldhaus Obertshausen – fair, seriös und persönlich.

Holger Honig

Forschung verbessert Antibiotika-Verträglichkeit

Damit die volle Wirksamkeit erhalten bleibt

Um volle Wirkung zu erzielen, müssen Antibiotika entsprechend ärztlicher Verschreibung lange genug eingenommen werden. Viele Patienten jedoch brechen ihre Therapie zu früh ab, weil sie zu stark unter typischen Nebenwirkungen wie Durchfall oder Blähungen leiden. Über Möglichkeiten, die Einnahme deutlich verträglicher zu gestalten, sprachen wir mit Patrick Heinz, Geschäftsführer der Deutschen Gesundheitshilfe DGH.

Redaktion: Herr Heinz, Antibiotika sind oft unverzichtbar. Sie weisen aber immer wieder auf die richtige Anwendung hin. Warum?

Patrick Heinz: Damit möglichst alle krankmachenden Keime abgetötet werden, müssen Antibiotika unbedingt genau so lange eingenommen werden, wie es die ärztliche Verschreibung vorsieht. Eine verkürzte Behandlung kann Reste der Erre-



ger zurücklassen. Dadurch werden Erreger unempfindlich, die Gefahr von Resistenzen steigt.

Redaktion: Aber was ist mit möglichen Nebenwirkungen?

Patrick Heinz: Es stimmt – Antibiotika können unangenehme Begleiterscheinungen verursachen wie Blähungen, Bauchschmerzen oder Durchfall. Etwa zehn Prozent der Patienten entwickeln sogar einen Antibiotika-assoziierten Durchfall, kurz als „AAD“ bezeichnet. Dabei gibt es Möglichkeiten, diese Ne-

benwirkungen zu vermeiden, oder sie wenigstens zu lindern. Aktuelle Forschungen zeigen, dass die zusätzliche Gabe spezieller, aufeinander abgestimmter Bakterienstämme – sogenannter Probiotika – antibiotikabedingte Beschwerden reduzieren kann.

Redaktion: Wann sollte mit der Einnahme begonnen werden?

Patrick Heinz: Es ist wichtig, dass Probiotika zeitgleich mit der Antibiotika-Verschreibung verordnet und noch einige Tage bis eine Woche nach der Therapie eingenommen werden. Wünschenswert wäre hier natürlich eine Erstattung der begleitend einzunehmenden Probiotika durch die Krankenkassen. Aber das sollte sich auf solche Probiotika beschränken, die ihre positiven Effekte durch überzeugende klinische Studien unter Beweis gestellt haben.

Redaktion: Können diese Probiotika nicht schon von der Magensäure zerstört werden, bevor sie in den Darm gelangen?

Patrick Heinz: Ein guter Punkt. Hier heben sich wissenschaftlich geprüfte, in Apotheken erhältliche Produkte von vielen einfachen, insbesondere im Internet erhältlichen Präparaten ab. Hochwertige Probiotika sollten den Verdauungstrakt sicher passieren können, um sich so gezielt im Darm anzusiedeln. Ich halte es übrigens für durchaus sinnvoll, wenn in der modernen Medizin solche wissenschaftlich geprüften Probiotika routinemäßig empfohlen werden. Denn damit lässt sich einerseits dem gefürchteten AAD der Schrecken nehmen und andererseits das Risiko von Antibiotika-Resistenzen deutlich reduzieren.

Foto: stock.adobe.com / aletia2011

Gesundheit

ANZEIGE

NEU: Inspiriert von der Nobelpreis-Forschung

Ischias? Verspannter Rücken? Neues Kühlgel speziell entwickelt für beanspruchte Körperpartien

Der Ischiasnerv ist der längste Nerv des Körpers. Wird er gereizt, können Beschwerden vom Rücken bis ins Bein auftreten. Dazu gehört auch oft ein Hitzegefühl auf der Haut – häufig begleitet von einem brennenden oder kribbelnden Gefühl. Das neue Restaxil Gel setzt genau hier an.

Kühlung als erster Schritt

Das Gel enthält die einzigartige Menthol-Formulierung Koko ML Plus. Menthol aktiviert sogenannte Kälterezeptoren in der Haut. Dadurch verspürt man ein erfrischendes Gefühl, das die Unannehmlichkeiten dämpfen kann. Viele empfinden diese Kühlung als direkte Entlastung, besonders bei brennenden Körperstellen.

Inspiriert von der Nobelpreisforschung

Ebenso enthalten ist der Baustein Hydagen Aquaporin. Der Inhaltsstoff basiert auf der mit dem Nobelpreis ausgezeichneten Erforschung der Wasserkanäle in Hautzellen und unterstützt eine geschmeidige, widerstandsfähige Hautbarriere. Gerade bei längerem Gebrauch von kühlenden Präparaten ist dieser Schutz wichtig.

Pflanzenkraft: Johanniskraut, Goldrute und Mäusedorn

Johanniskraut werden regenerierende Eigenschaften bei nervenbedingten Problemen



zugesprochen. Zusammen mit Goldrute, Mäusedorn und Zitrone unterstützt die Formel die Mikrozirkulation und trägt zu einem angenehmen Körpergefühl bei.

Restaxil Gel ist jetzt neu in Ihrer Apotheke oder online erhältlich.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil Gel
(PZN 19649387)

www.restaxil.de



Restaxil Gel ist ein Kosmetikum. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Neues „Schlafwunder“ Magnesium?

Experten klären auf, was dahintersteckt und warum ein neuartiger Magnesium-Komplex jetzt in Deutschland für Aufsehen sorgt!

Vielen ist bereits bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.¹ Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.¹ Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf.

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1¹ Schlafexperten in deutschen Apotheken. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Ein-**



schlafzeit bei.² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:
**Baldriparan
Magnesium PLUS**
(PZN 19927389)

www.baldriparan.de



Baldriparan® Magnesium PLUS ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • ¹Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. • ²Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025

Ohne Risiko!
 Militärrorden
 Unverbindliche Beratung
 Transparente Abwicklung
 Seriöser Ankauf
 Sofortige Barauszahlung



Das Goldhaus Heusenstamm

Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm



AKTIONSTAGE

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
24.	25.	26.	27.	28.
NOVEMBER	NOVEMBER	NOVEMBER	NOVEMBER	NOVEMBER

Tel.: 06104 - 670 79 40

ACHTUNG! Die Experten sind **nur in den Aktionstagen** für Sie vor Ort

Ankauf von:

- Ringe & Ketten
- Goldschmuck
- Altgold
- Bruchgold
- Weissgold
- Zahngold (auch mit Zahn)
- Silber
- Silberbesteck
- Silberschmuck
- Porzellanpuppen
- Alte + Designertaschen
- Bernstein
- Münzen
- Platin
- Uhren aller Art
- Diamanten
- Modeschmuck
- Alte Gemälde
- Pelze + Lederjacken/Mäntel* und vieles mehr...



Wir zahlen sofort den ermittelten Wert in BARGELD aus!

FAMILIENBETRIEB seit 1980

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel **zum Höchstpreis bis zu 3.500 €***

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 10:00 - 18:00 Uhr | Sa. 10:00 - 16:00 Uhr



Gerne überprüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!
Hausbesuche bis zu 60 km kostenlos!

Gold- & Silbermünzen



Wir zahlen zur Zeit bis zu **120,-⁰⁰** €/pro Gramm

Goldschmuck aller Art



Bernstein



Markenuhren aller Art



Zahngold (auch mit Zähnen)



Feingold



Ihre Vorteile:

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

Gerne prüfen wir Ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir beraten Sie gerne unverbindlich und kostenlos vor Ort oder bei Ihnen zu Hause

Ankauf von Lederjacken, Ledermäntel und Lederhosen aus Glatt- und Wildleder, auch Lammfellmäntel zum Höchstpreis bis zu 3.500 €*



Militärat und Orden, Gemälde aller Art, Porzellanpuppen, Wir zahlen bis zu 800,- € für Brillenfasschen, Silberbesteck



Porzellan namhafter Hersteller**



Modeschmuck

Wir prüfen **kostenlos** Ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir zahlen bis zu 2.500,- €** für alte Gemälde, Tierpräparate, Porzellanpuppen, Kamin + Standuhren und Porzellan

P Parkplätze vorhanden

Machen Sie Ihren Pelz zu BARGELD!

ACHTUNG! ACHTUNG! ACHTUNG!
Letzter Aufruf vor Saisonschluß!

Wir zahlen bis zu 6.500,- €*

LETZTE CHANCE

* in VB mit Gold

Wir suchen ALLE Arten von Pelzen*



Bisam • Persianer • Fuchspelze aller Art • Zobel • Nerze • Nutria • Chincilla

Tel.: 06104 - 670 79 40

Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm

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

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen
der KW 46

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

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

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



Mehr Nachhaltigkeit in der Küche

Vom Paket bis zum Topf: Wie umweltfreundliches Kochen heute funktioniert

(DJD). Knackiges Gemüse und goldbraun gebratenes Fleisch schlemmen und dabei die Umwelt schonen?

Wer bewusst kocht und beim Versand seiner Einkäufe auf CO₂-Reduktion achtet, verbindet Genuss mit Verantwortung.

Denn Nachhaltigkeit ist und bleibt ein wichtiges Thema, auch in der Küche. Immer mehr Menschen hinterfragen heute nicht nur, was auf den Tisch kommt, sondern ebenso, wie es zubereitet wurde – und welchen Weg Lebensmittel und Küchenutensilien hinter sich haben.

Energiesparend garen, umweltbewusst liefern

Umweltbewusstsein beginnt dabei oft schon im Kleinen. Generell gilt beim nachhaltigen Kochen, stets auf einen passenden Deckel für jeden Topf zu achten, um Energie zu sparen. Die Temperatur sollte



Bewusster Umgang mit Ressourcen und energiesparendes Garen sind Grundpfeiler für mehr Umweltbewusstsein in der Küche.

Foto: DJD/AMC Alfa Metalcraft Corporation

Europäische Woche der Abfallvermeidung

Batterie- und Akku-Sammelaktion

FRANKFURT (PM). Im Rahmen der Europäischen Woche der Abfallvermeidung (EWAV) mit ihrem diesjährigen, Motto „Reparieren statt Wegwerfen: Elektroschrott vermeiden!“ hat die FES Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH einen Fokus auf verbrauchte Batterien und ausgediente Akkus gelegt. Die falsche Entsorgung alter Energiespeicher verschwendet nicht nur endliche Ressourcen und verschmutzt die Umwelt, die leichte Entzündlichkeit der Stromgeber kann Menschenleben und Maschinen in Gefahr bringen.

Federführend organisiert FES, neben der Koordination des Netzwerkes „Frankfurt kann abfallfrei“ auch das Programm der EWAV 2025 und ist selbst mit mehreren Aktionen vertreten, immer das Thema „Elektroschrott“ im Blick:

Batterie- und Akku-Sammelaktion



In Frankfurt ver- geht aktuell kein Tag mehr, ohne dass es in einer Entsorgungsanlage oder in einem Müllfahrzeug zu einem Entstehungsbrand aufgrund der falschen Entsorgung von Akkus und Batterien kommt. FES-Geschäftsführer Dirk Remmert erklärt hierzu: „Wer denkt, die eine elektrische Zahnbürste oder Powerbank wird schon nicht zum Ernstfall führen, der irrt. Tag für Tag brennt es in den Müllfahrzeugen und Entsorgungsanlagen. Klar ist: wer seine Akkus und Batterien in den Hausmüll wirft, gefährdet Menschenleben.“ Um auf diese Gefahrenlage hinzuweisen, bietet FES den Bürgerinnen und Bürgern vom 01. bis 30.11. an, ihre Akkus (auch Akkus von E-Bikes bzw. Pedelecs) und Batterien im FES-Servicecenter in der Insel für Klima und Nachhaltigkeit an der Hauptwache abzugeben. Die Batterien und Akkus werden hier ordnungsgemäß in brandsicheren Boxen gelagert und zur Entsorgung bzw. Wiederverwendung an die GWR (Gesellschaft für Wiederverwendung und Recycling GmbH) weitergegeben. Damit wird einem Entstehungsbrand entgegengewirkt, schädliche Umweltbelastungen werden verhindert und Ressourcen geschont.



Handysammelaktion bei EWAV-Locations

Eine weitere, ebenfalls noch bis zum 30.11. laufende, FES-Aktion ist das Handysammeln. Die eigens dafür installierten Handysammelboxen stehen im FES-Servicecenter in der Insel für Klima und Nachhaltigkeit an der Hauptwache bereit. Wichtig dabei ist, dass alle persönlichen Daten gelöscht werden, bevor das Handy in die Sammelbox geworfen wird. Die Handys werden im Recyclingzentrum der GWR weiterverwertet bzw. wiederverwendet. So kann eine Anschaffung der neuesten Smartphoneversion möglichst nachhaltig verlaufen.

Alle Informationen zum Netzwerk und den Aktionen gibt es unter Frankfurt kann abfallfrei oder auf den Netzwerk-Kanälen auf Instagram oder Facebook.

immer möglichst früh heruntergeschaltet werden. Auch moderne Technik kann helfen, Ressourcen zu sparen – ohne Kompromisse bei Geschmack und Nährstoffen. Wer etwa auf hochwertige Töpfe mit Temperaturkontrolle wie bei den modernen Kochsystemen von AMC setzt, kann Gemüse schonend im eigenen Dampf garen. Auch das Braten gelingt auf diese Weise fettfrei – gut für die Gesundheit und die Umwelt. Jeder 20- und 24-Zentimeter-Topf kann zudem zu einem Schnellkochtopf umgewandelt werden, was eine Energieersparnis von bis zu 70 Prozent erlaubt. Wichtig ist hier auch der Blick auf den Versand. Infos unter www.amc.info. Das Unternehmen setzt auf Lösungen wie DHL GoGreen Plus. Dabei werden CO₂-Emissionen durch Investitionen in alternative Kraftstoffe und Elektro-Lkw reduziert – geprüft von der unabhängigen externen Prüfungsgesellschaft SGS.

Tipps für den Alltag

Generell kann jeder für mehr Nachhaltigkeit in der Küche sorgen. Wer sich beispielsweise gern Lebensmittel ins Haus bringen lässt, sollte hier ebenfalls einmal die umweltfreundliche Lieferung prüfen und darüber hinaus auf regionale und saisonale Waren achten, um weite Transportwege zu vermeiden. Beim Genießen gilt: Da auch die Augen oft größer sind als der Magen, lieber bewusst portionieren und nachnehmen, statt Überreste wegzwerfen. Das reduziert nicht nur Lebensmittelverschwendung, sondern auch den Abwasch.

Patientenakademie Langen

Vorträge für Patienten und Interessierte

Im Rahmen der Reihe „Patientenakademie 2025“ finden weitere Patientenforen der Asklepios Klinik Langen statt. Die Vorträge sind für ca. 45 Min. konzipiert, so dass im Anschluss ausreichend Zeit für individuelle Fragen aus dem Publikum und eine rege Diskussion bleibt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Veranstaltungen sind grundsätzlich kostenfrei.

27. November um 18.00 Uhr

**Äußere Wendung –
Alternative zum Kaiserschnitt bei
Steiß- und Querlage des Kindes**

Asklepios Klinik Langen,
Konferenzräume, UG



Referentin: Dr. Helga Rockstroh,
Oberärztin der Klinik für
Gynäkologie & Geburtshilfe PD

Bei etwa fünf Prozent aller Schwangeren liegen am errechneten Geburtstermin die Kinder in der sogenannten „Beckenendlage“. D. h. mit dem Po oder den Füßen in Richtung des Geburtskanals. In den meisten Fällen erfolgt dann ein Kaiserschnitt. Die Asklepios Klinik Langen ist jedoch eine der wenigen Kliniken, wo bei einer Beckenendlage die sog. „äußere Wendung“ vorgenommen werden kann. Das speziell geschulte Fachpersonal bringt, durch diese äußerliche angewendete, manuelle Therapie, das Kind im Mutterleib behutsam in die die Schädellage und ermöglicht so eine natürliche Geburt, ohne Kaiserschnitt. Dr. Rockstroh zeigt in ihrem Vortrag auf, in welchen

Situationen und bei welchen Indikationen diese sanfte Methode angewendet werden kann und wie sie durchgeführt wird. Natürlich beantwortet die erfahrene Frauenärztin im Rahmen der Veranstaltung auch sehr gerne Ihre individuellen Fragen.

Foto: Asklepios

Weitere Information unter:
06103 / 912 – 13 65
gyn.langen@asklepios.com
www.asklepios.com/langen

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung





www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.



38,79

Gardena Streuwagen 'L'
Streubreite 45 cm, 12,5 l, ganzjährig einsetzbar, verwendbar mit Dünger, Samen, Granulaten, Sand und Streusalz, gleichmäßige Ausbringung des Streuguts, mit großen, kugelgelagerten Profilirädern für festen Halt
25685978



17,89

Freund Victoria Schneeschieber
Breite 53 cm, Kiefernholzstiel, robuster Kunststoff-D-Griff, Alu-Profilkante, Made in Germany
16310251



32,89

Freund Victoria Schneeschieber 'Profi'
Breite 50 cm, Langstiel, Aluminiumstiel, aufgebogener Seitenrand, rippenverstärktes Blatt, mit Kunststoff-D-Griff und Stahlkante
20708171



4,95

Auftau- & Streusalz
Für Straßen, Wege, Parkplätze, etc., stets rieselfähig, kein Verklumpen, Qualität entspricht technischen Bedingungen des Straßenwinterdienstes, 10 kg (1 kg = 0,50)
25541247



9,95

Auftau- & Streusalz
Für Straßen, Wege, Parkplätze, etc., stets rieselfähig, kein Verklumpen, Qualität entspricht technischen Bedingungen des Straßenwinterdienstes, 50 kg (1 kg = 0,20)
13872259

Alle Angebote nur gültig vom 22.11. – 6.12.2025 in den Fachcentern Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.

BAUHAUS 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:



Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

Ahorn Apotheke, ALDI, Alldrink, Bahnhof Apotheke, DAS FUTTERHAUS, Deichmann, Edeka, Expert Klein, Garten Apotheke, Getränke Gotta, Globus, HIT, JYSK, Kölle Zoo, Lidl, Nahkauf, Netto, Norma, Penny, POCO, Rossmann, Telekom, Thomas Philipps, toom Baumarkt, XXXLutz, Zimmermann

Seriöser Käufer sucht:
Antike Möbel, Fotoapparate, Porzellan, Bücher, Uhren, Gemälde, Bierkrüge, Design, Kunst etc. ☎ 0163 6909267

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

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

Valentino kauft an:

Pelze aller Art. Zahle bis zu 5000€. Lederjacken, Bilder, Bruchgold, Altgold, Zahngold, Bernsteine, Ferngläser, Bleikristall, Tischdecken, Gardinen, Porzellan, Gold- u. Silbermünzen, Gemälde, Taschenuhren, Armbanduhren, Schmuck, Perlen, Briefmarken, Perücken, Figuren, Modeschmuck, Eisenbahnen, Schallplatten, Bücher, Silberbesteck, Vorhänge, Abendgarderobe, Teppiche, alte Möbel, Nähmaschine, Schreibmaschine, Puppen, Kleidung, Zinn, Orden, Gobelin, Messing, Bilder, Krüge, Krokotaschen, Markentaschen.
Kostenlose Hausbesuche und kostenlose Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr erreichbar 01784612931

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**

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Job

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

Frau Danna sucht und kauft

Pelze, Zinn aller Art, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber aller Art, Bernstein, Leder und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelin, Teppiche, Porzellan, Krüge, Möbel, Gardinen, Tischdecken, Uhren.
Kostenlose Beratung und Anfahrt bis 100 km sowie Werteschätzung. Zahle Höchstpreise, 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21.00 Uhr
Tel. 069 - 34 87 58 42

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

SIE sucht IHN

Angelika 68 J., schön u. jung geblieben, bin eine ganz liebe, anständige Frau, zärtlich, anschnieg-sam und treu. Ich habe lange im sozialen Bereich gearbeitet, da ich leider kinderlos geblieben bin habe ich nicht so viel Anschluss. Ich würde dich gern mal zu mir einladen, damit wir uns näher kennenlernen können pv **Tel. 0157 - 75069425**

Regina 78 Jahre, gut aussehende Witwe, aus hiesigem Raum, bin sympathischer und natürlich, eine gute Hausfrau u. Köchin mit einem großen Herz, suche pv auf diesem Weg einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder gemeinsamen Wohnen. Lassen Sie uns alles Weitere telefonisch besprechen **Tel. 0151 - 20593017**

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

**120 km Draht und Gitter
1900 Türen und Tore am Lager**



ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 98810
Fax (06071) 5161

www.draht-weissbaecker.de
E-Mail: draht@weissbaecker.de

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

Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Anschrift: Bieberer Straße 137 · 63179 Obertshausen
06104 66720-40 · info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas · Angelika Hofferberth
Redaktion: redaktion@mein-suedhessen.de
Alle unter der Anschrift des Verlages.
Gesamtauflage: 671.214

In der Rhein Main Verlags GmbH erscheinen wöchentlich: 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/Dreieich, 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 aufgegebenen 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 südhessen 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 südhessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag – Freitag von 8.00 – 16.30 Uhr: 06104-4970-0

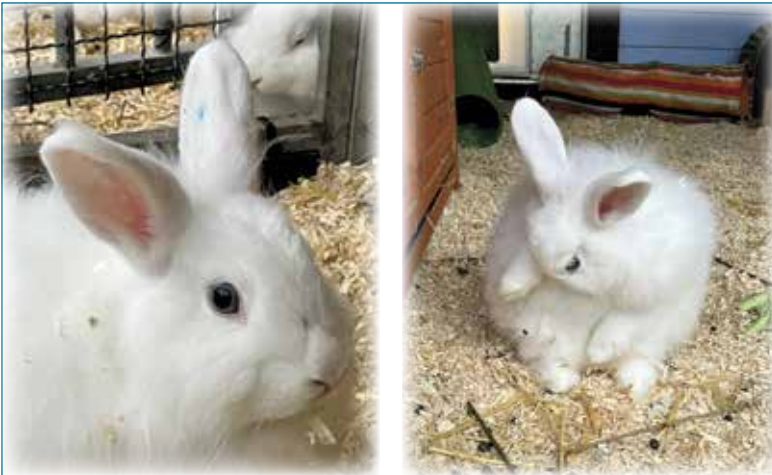
ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40

E-Mail: info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH

Bieberer Straße 137 · 63179 Obertshausen



PANCAKE

TSV SELIGENSTADT (PM). Pancake auf der Suche nach einem neuen Zuhause.

Pancake, ein „Teddy-Mix“-Kaninchen, wurde - wie seine 5 Geschwister - im Juni dieses Jahres im Tierheim geboren. Pancake ist bereits kastriert.

Er ist, seinem Alter entsprechend, spielfreudig und lebhaft. Bei Vermittlung zu einem vorhandenen Tier sollte dieses deshalb ebenfalls sehr aktiv sein.

Außenhaltung ist möglich, das Gehege sollte aber ausreichend Regenschutz besitzen.

Bei dieser Rasse ist eine wöchentliche Fellpflege nötig, ansonsten verfilzt das Fell.

Mehr Informationen über Pancake 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

DUSTY

Dusty ist ein temperamentvoller, offener, lieber Hund, der Streicheleinheiten sehr genießt, aber auch ausgiebige Spaziergänge.

Er muss natürlich noch einiges lernen und eine Hundeschule würde ihm bestimmt guttun.

Er ist geimpft, gechipt und kastriert.

Dusty ist 2 Jahre alt, ist 33 cm groß und wiegt 7 kg. Foto: HTB



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



HAKIM

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

Hakim ist etwas länger - als hoch! Aber das macht Hakim ja auch so besonders. Eine lange Zeit musste Hakim in einem rumänischen Tierheim verbringen und wurde dort nicht gesehen. Bei Tiere in Not Odenwald kann man das nicht verstehen. Hakim ist so ein netter Hund, er kuschelt gerne und geht gerne spazieren. Gerne würde Hakim endlich das Leben

an der Seite eines Menschen kennenlernen. Hakim wurde im August 2015 geboren.

Wenn Sie einmal HAKIM 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

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein MainVerlag

FRAU DANIEL KAUF

Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Schallplatten, Eisenbahnen, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelin, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge.

Komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen.

Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung.

100 Prozent seriöse und diskrete Barabwicklung vor Ort.

Täglich Montag-Sonntag von 8-21 Uhr.

Telefon 06196-40 26 889

Bei dir liegen die besten Deals im Trend?

**BLACK
NOVEMBER**

-25%¹⁾

auf eines von vielen
Möbelstücken
deiner Wahl!

Für bestehende und neue Bonus Club Mitglieder.

Ausgenommen alle Werbe- und Aktionsartikel aus den aktuellen und in den letzten 30 Tagen gültigen Prospekten auf moemax.de/prospekte

1) Gültig bis 25.11.2025. Ausgenommen reduzierte sowie in unseren Prospekten oder Werbemitteln beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen möglich. Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge, und Kauf von Produkten der Marken based, Bora, Bestpreis, KARE, Gutscheine und Nahrungsmittel. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein gültig. Alle Abschläge beziehen sich auf den Abholpreis. Keine Barauszahlung möglich. Auch im Onlineshop einlösbar. Mömax Deutschland GmbH, Mergentheimer Str. 59, 97084 Würzburg.



Dein
**Trendmöbelhaus
in Frankfurt**

möma