



Fotos: ah

Adventsmarkt hat Strahlkraft nach außen

Großes Angebot an Kunsthandwerk und kulinarischen Genüssen

Seligenstadt (ah) Die Eröffnung des Seligenstädter Adventsmarktes stand unter einem guten Stern. Es war zwar kalt, aber trocken, als Wolfgang Reuter, Gewerbevereinsvorsitzender, Bürgermeister Daniell Bastian, Erste Stadtrat Oliver Steidl und die Geschäftsführerin Seligenstadt Marketing und Tourismus GmbH, Marie Servais, den Startschuss unter viel Beifall vom Publikum gaben. „Man sieht, die Lichter sind eben pünktlich angegangen, so dass sich so langsam hier

auch die entsprechende Stimmung verbreitet. Wir haben dieses Jahr viele Herausforderungen im Vorfeld gehabt, von daher auch vielen Dank an Ersten Stadtrat und Bürgermeister, dass wir Unterstützung von der Stadt und vom Bauhof bekommen haben. Das Thema Sicherheitsmaßnahmen ist das A und O und da scheitern viele Veranstaltungen im Moment auch an diesen Dingen und wir sind froh, dass wir das gemeinsam hinbekommen haben, das dieses Jahr auch wieder ver-

anstalten zu können, denn ich denke mal, man kann mit Stolz sagen, Seligenstädter Jahreskalender, Fastnacht und der Adventsmarkt sind die zwei herausragenden Dinge, die auf alle Fälle viel Strahlkraft nach außen haben und das wollen wir natürlich möglichst auch erhalten für uns alle“, erklärte Reuter. Bürgermeister Bastian betonte, dass man von Seiten der Stadt alles tue, was vertretbar sei, damit in Seligenstadt keine Veranstaltungen ausfalle. „Da arbeiten wir sehr gut zusam-

men, auch in den Zeiten, wo es ein bisschen schwieriger geworden ist, und ich freue mich einfach wieder, dass viele, viele Hände mitgemacht haben, dass wir dieses Angebot wieder haben, nicht nur hier auf dem Marktplatz, sondern auch auf dem Freihofplatz. Ich lade alle ein, gehen Sie auf den Adventsmarkt, sprechen Sie Ihre Verwandten, Ihre Nachbarn, Ihre Verwandten an, kommen Sie hierher, sorgen Sie für Umsatz, weil am Ende garantiert das, dass es hier weitergeht, denn was am Ende übrigbleibt,

bleibt auch beim Gewerbeverein und beim Stadtmarketing hängen und sorgt dafür, dass wir weiter so tolle Veranstaltungen in Seligenstadt anbieten können.“ Kräftig unterstützt wurde die Eröffnung durch den Kinderchor „Marcellinis“ mit ihrem Leiter Regionalkantor Felix Ponizy, der für seine Adventslieder viel Applaus erntete. Das Angebot an Kunsthandwerk, Getränke und Essensständen ist wieder groß. Während der Wochentage sind es 60 Stände und an den

Wochenenden sogar 90. Der Auftakt war dann wie erhofft, aber am Wochenende gab es doch einige lange Gesichter, denn der Regen, der meist erst am Abend aufhörte, hielt wohl doch einige Besucher ab. Aber bis zum 14. Dezember ist noch lange Zeit für einen Besuch und auch danach gibt es noch bis zum 30. Dezember den kleinen Budenzauber auf dem Freihofplatz.

Schöne Geschenkideen zuhauf

Seligenstadt (ah) Jeden ersten Advent heißt es in Seligenstadt „Hobbykünstler stellen aus“. Die Angebote der 39 Stände des Hobbykünstlermarktes in den drei Sälen ist so groß, dass man dort Stunden verbringen konnte. Gleich hinter dem Eingang wurde man von verführerisch duftenden Seifenketten empfangen. Die Palette reichte von genähten Kindermützen, Dekoartikel, Holzschreibgeräten über Handarbeiten, Strick- und Häkelware, Acrylbilder, Schmuck in den verschiedensten Macharten, Makrameekränze, Keramikfiguren bis

hin zu Tiffanyglaskunst, Kuscheltieren, Drechselarbeiten, Porzellan und Kupferarbeiten. Üblicherweise ist dieser Markt immer gut besucht und so fing

es am Samstag auch an, aber durch den Regen am Sonntag kam der große Schwung an Interessierten leider erst gegen Nachmittag. Manche der Aus-

steller sind schon viele Jahre dabei, aber diesmal waren auch viele neue Hobbykünstler vertreten

Foto: ah



FK
FRIEDRICH KLUCKE
EXPERTENRAT
im Innenteil
PERSONAL TRAINER
0160 / 91 63 03 72

Med. Fußpflege
Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage
Mobile Fußpflege
Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen
Josefine Tourarh - Tel. 061 82/992360 - Mobil: 01577-3751467
Hainburg - Ketteler Str. 38 - www.josefines-fusspflegestudio.de

DAHLER

Ihr Immobilienmakler in
Hanau und Offenbach

DAHLER Hanau / Offenbach dahler.com/hanau
T 06181 99 11 970



Zur Website:



www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein MainVerlag

IN EIGENER SACHE

Bitte beachten Sie, dass der Anzeigen- und Redaktionsschluss für die beiden Ausgaben KW 52/25 und KW 01/26 bereits am Dienstag, 16. Dezember 2025, um 11 Uhr ist. Ab KW 02/26 wieder dienstags um 12 Uhr.

» Zum Wiesegiggel «
Balkan- und internationale Spezialitäten
63500 SELIGENSTADT (Klein-Welzheim)
Hauptstraße 20 · Telefon 061 82 / 82 75 14

UNSERE EMPFEHLUNG:
Ofenfrischer WILDSCHWEINBRATEN oder HIRSCHGULASCH mit Beilagen €URO 23,90
GÄNSEKEULE oder GÄNSEBRUST mit Beilagen €URO 29,90

Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag - Samstag von 17 - 23 Uhr, Sonntags Mittagstisch von 11.30 - 14 Uhr und 17 - 22 Uhr, Küche - 21 Uhr
Montags Ruhetag

Arbeiten für Mainhausen – SPD präsentiert engagiertes Team für die Kommunalwahl 2026

Mainhausen Mit einem ausgewogenen Team aus erfahrenen Kommunalpolitikern und neuen engagierten Gesichtern startet die SPD Mainhausen in die Kommunalwahl 2026. Unter dem Leitmotiv „Arbeiten für Mainhausen“ hat der Ortsverein seine Liste beschlossen, die erneut den Anspruch der SPD deutlich macht, Verantwortung für die Zukunft der Gemeinde zu übernehmen. Insgesamt 49 Kandidatinnen und Kandidaten treten für die SPD an.

Auf den aussichtsreichen 27 Listenplätzen kandidieren 11 Neueinsteigerinnen und Neueinsteiger, darunter 9 parteilose Bewerberinnen und Bewerber.

„Unsere Liste verbindet Erfahrung mit Erneuerung und bildet die Vielfalt unserer Gemeinde ab“, erklärt SPD-Ortsvereinsvorsitzender Frank Kollmus. „Unser Kandidatenfeld umfasst Men-

schen aus unterschiedlichen Lebensbereichen – von Schülerinnen und Schülern bis zu Seniorinnen und Senioren – und deckt eine breite Altersspanne von 18 bis 81 Jahren ab.“

Mit dem Spitzenkandidaten Bürgermeister Frank Simon will die SPD Mainhausen in den kommenden Jahren weiter erfolgreich an den Themen arbeiten, die die Menschen vor

Ort bewegen. „Wir stehen für solide Finanzen, gute Kinderbetreuung, neuen Wohnraum, moderne Mobilität und ein gerechtes Klima. Arbeiten für Mainhausen heißt für uns, Ver-

antwortung zu übernehmen, hinzuhören und anzupacken“, betont Simon.

Auch SPD-Geschäftsführer Marco Schreiner zeigt sich überzeugt vom Team: „Mit die-

ser Liste präsentieren wir ein starkes und breit aufgestelltes Kandidatenfeld, das Mainhausen in seiner ganzen Vielfalt widerspiegelt. Wir werden in den kommenden Wochen und Monaten unsere Bewerberinnen und Bewerber sowie unser Programm für Mainhausen kontinuierlich vorstellen – im Netz, bei persönlichen Gesprächen und mit klassischen Publikationen.“

Die vollständige Kandidatenliste ist ab sofort auf der Website der SPD Mainhausen unter www.spd-mainhausen.de einsehbar.

Die SPD Mainhausen setzt damit ein klares Signal für einen engagierten Wahlkampf, der die Menschen in den Mittelpunkt stellt: gemeinsam zuhören, gemeinsam anpacken und gemeinsam Arbeiten für Mainhausen. Foto: p



Elf Frauen und elf Männer auf der Grünen-Liste in Hainburg

Hainburg (DK) Die Hainburger Grünen haben unter der Wahlleitung des ehemaligen Obertshauser Bürgermeisters Roger Winter die Liste für die Kommunalwahl im kommenden März aufgestellt. Ilka Simon und Cliff Hollmann führen als Spitzenkandidaten die Liste an. Mit Susan Ritter und Harald Drachenberg folgen zwei weitere erfahrene Kandidaten. Dann kandidiert Claudia Weprich zum ersten Mal für das Gemeindeparlament gefolgt von Horst Winter, Manuela Hollmann, Hans-Peter Bichler, Yvonne Delarue, Thorwald Ritter, Antje Salg, Michael Sterker, Christina Winter, Andreas Schwab,

Miriam Baygan, Wolfgang Appel, Cathleen Sterker, Peter Wolf, Necla Özmentekin, Manfred Geis, Susanne Elbert und Harald Schicke.

„Den Grünen ist einmal mehr gelungen, eine mit Frauen und Männern paritätisch besetzte Liste zu bilden, die sich für solide Finanzen, mehr Arbeitsplätze vor Ort, ein familienfreundliches Hainburg, mehr Natur- und Klimaschutz, eine Verbesserung des Naherholungsangebots und Verbesserungen für den Fuß- und Radverkehr und beim öffentlichen Personennahverkehr einsetzen werden“, meint die Vorsitzende des Grünen Ortsverbands, Ilka Simon. „Wir

wollen Hainburg nachhaltig gestalten.“

Im Anschluss an die Listenwahl fand noch die Jahreshauptversammlung des Ortsverbands statt. Harald Drachenberg berichtete über die Erfolge der Grünen und zeigte die besonderen Herausforderungen für die nächsten Jahre auf. Horst Winter ergänzte dazu: „Insbesondere die kritische Haushaltslage in der Gemeinde mit Defiziten von jeweils über 2 Mio. € in den nächsten Jahren sind auf eine verfehlte Politik in der Gemeinde, Kreis, Land und Bund zurückzuführen. Alle Sparvorschläge der Hainburger Grünen wurden in der Vergangenheit von der Mehrheitsfraktion abgelehnt oder nur zögerlich umgesetzt.“

Seligenstädter Glockenspiel ertönt mit weihnachtlichen Klängen



Seligenstadt (DK) Nicht wegzudenken aus dem Leben in der Seligenstädter Altstadt ist das Glockenspiel im Rathausurm. Die kunstvoll gearbeiteten Walzen beschallen seit Jahrzehnten zur vollen Stunde mit eingängigen Melodien dezent den historischen Marktplatz. Mit Beginn des Adventsmarktes am 27. November ertönen bis zum Ende der Adventszeit weihnachtliche Klänge.

Der Uhrenmachermeister Albert Burghardt, der im Jahre 2012 im Alter von 95 Jahren ge-

storben ist, hatte dieses Unikat gebaut und Anfang der 1960er Jahre an die Stadt verkauft. Sechs Walzen sind mit je zwei Liedern belegt. In der Adventszeit laufen zwei spezielle Walzen und lassen abwechselnd vier Weihnachtslieder (Oh Du Fröhliche, Stille Nacht, Adeste Fideles, The First Noel) erklingen.

Grundsätzlich ist zu jeder vollen Stunde das Spielwerk zu hören: Es beginnt morgens um 8 Uhr und abends um 21 Uhr spielt es das letzte Mal. Nach dem Glockenspiel ertönt so-

fort der „Westminsterschlag“, danach schlägt die jeweilige Stunde. „Wir sind Albert Burghardt und dem damaligen Bürgermeister Fritz Beike sehr dankbar dafür, dass dieses Glockenspiel „Marke Eigenbau“ in städtischem Besitz ist. Seit über einem halben Jahrhundert verleiht es unserem historischen Stadtzentrum diese besondere musikalische Note“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian.

Foto: Stadt Seligenstadt

DER KURIER

AUSLAGESTELLEN

Hier finden Sie unsere Zeitung:

63500 Seligenstadt:

Bürgeramt, Frankfurter Str. 100

Einhardhaus, Aschaffburger Str. 3

Rathaus, Marktplatz 1

Der Kurier, Marktplatz 13

AVIA Tankstelle, Dudenhöfer Str. 34

Aral Tankstelle, Frankfurter Str. 102A

Sattler Tankstelle, Steinheimer Str. 111

63533 Mainhausen:

(Zellhausen) Eni Service Station Tankstelle, Industriestr. 2

63512 Hainburg:

(Hainstadt), Kiosk/Lotto, Hauptstr. 61

(Klein-Krotzenburg) Shell Tankstelle, Siemensstr. 2

Sie möchten auch gerne Auslagestelle werden?

Melden Sie sich gerne unter:

info@rheinmainverlag.de

Auslagestellen werben bei uns günstiger!

www.rheinmainverlag.de

www.rheinmainverlag.de
Ihre
Onlinezeitung

RheinMainVerlag

Künftiger Standort des historischen Feldkreuzes stößt auf große Zustimmung

Denkmal kommt auf den neu gestalteten Platz „Piedimonte Matese“ im Neubaugebiet Westring

Seligenstadt (DK) „Nicht nur das Feldkreuz am Schachenweg war sichtbar in die Jahre gekommen, sondern auch der Verweilplatz um das bedeutende Einzeldenkmal von 1677. Im Zuge der Entstehung des Neubaugebiet Westring planen wir bekanntlich eine aufwändige Restaurierung des historischen Kreuzes. Fest steht, dass es in einer repräsentativen Lage im neu gestalteten Platz an der Babenhäuser-/Schachenweg integriert werden soll, der nach unserer italienischen Partnerstadt Piedimonte Matese benannt sein wird. Dieser Tage haben wir ein sehr konstruktives Gespräch mit

Herrn Pfarrer Selzer und den Verwaltungsratsmitgliedern Jürgen Wilzbach und Norbert Büchel der Kirchengemeinde Marcellinus und Petrus geführt, wofür ich sehr dankbar bin, zumal das Kreuz auch Ort der Feldprozession ist. Zu der vorhandenen Planung haben sich die drei Herren sehr positiv ausgesprochen. Wie bereits berichtet, wurde das Kreuz in den 1950er Jahren bei der Umgestaltung des Obertores von dort an den jetzigen Standort versetzt“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian.

Pfarrer Selzer zeigte sich begeistert von der angekündigten Restaurierung und auch

da-von, dass das Kreuz in eine schön gestaltete Grünanlage seinen endgültigen Standort findet. In dem Gespräch schlug er vor, das Kreuz um 180 Grad zu drehen, sodass die Pilger bei der Feldprozession mehr Platz und eine bessere Sicht auf das Kreuz haben. Außerdem wäre es in Richtung Obstplantagen und nicht in Richtung Straße ausgerichtet.

Aktuell werden die Detailpläne zur endgültigen Gestaltung in enger Abstimmung mit der Kirchengemeinde erarbeitet. „Wir werden zusammen einen wunderschön gestalteten Platz für das dann frisch restaurierte Kreuz finden, da bin ich sehr

zuversichtlich und danke der Kirchengemeinde Marcellinus und Petrus für die angenehme und konstruktive Zusammenarbeit“, so der Rathauschef.

Foto: Stadt Seligenstadt



Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen
(einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Alldrink, Edeka, Expert Klein, Fressnapf, Penny, Marktkauf, Netto, Metzgerei Diess, Lidl, toom Baumarkt

Verheerende Schäden durch Biberfamilie

Bürgermeister spendet Kleingartenverein 1000 Euro

Seligenstadt (RA) Die Biberansiedlung am Stadtmühlbach ist für die dort befindliche Kleingartenanlage (KGA Am Eichwald) ein großes Ärgernis und eine finanzielle Belastung. Wie der zweite Vorsitzende Markus Blum und die Vereinsrechnerin Beate Kimmel berichten, wollen deshalb einige ihre Gärten abgeben bzw. haben es schon getan. Schäden sind vielfältig entstanden, besonders bei rund 15 Gärten am nördlichen Teil der Anlage. Der hohe Wasserpegel, verursacht durch die Bauten und Dämme der am Stadtmühlbach ansässigen Biberfamilie, lässt Hütten teilweise im Wasser stehen. In Folge kam es zu Schimmelbildung und unbrauchbar gewordenem Mobiliar. In den feuchten Bö-

den verfaulen Baumwurzeln, was ein Absterben zur Folge hat, und eine Eignung als Nutzgarten entfällt teilweise völlig. „Hier kann Reis angebaut werden“, fasst Blum resignierend zusammen. Auch sind die Wege zwischen den Gärten immer wieder überflutet. Es muss von Vereinsseite aufgeschottert, abgepumpt und ein Graben gezogen werden, alles in Abstimmung mit dem Regierungspräsidium Darmstadt, der Unteren Naturschutzbehörde, der Unteren Wasserbehörde sowie Hessen Forst. „Das alles kostet viel Geld! Unsere Vereinskasse leert sich, auch wegen der parallel zu den Biberschäden laufenden Renovierung unserer Gastwirtschaft, für die gerade ein Päch-



Bürgermeister Dr. Daniel Bastian (Mitte) bei der Scheckübergabe von 1000 Euro für die verheerenden Schäden der Biberfamilie in den Kleingärten. Fotos: Stadt Seligenstadt

ter gesucht wird“, zeigt sich Beate Kimmel besorgt. Bürgermeister Dr. Daniell Bastian hat sich die Situation vor Ort angesehen und sich infor-

mieren lassen. Ihm ist klar, dass die Biberansiedlung für den Verein unverschuldeterweise verheerende Folgen hat. Daher half er mit einem Zuschuss in Höhe von 1000 Euro, um die Kosten für die Beseitigung der Schäden zu minimieren. Der Biber gemäß Bundesnaturschutzgesetz ein streng geschütztes Tier ist, wozu auch seine Bauten und Dämme gehören. Jegliche Eingriffe in ihren Lebensraum sind verboten und können mit hohen Bußgeldern geahndet werden. Derzeit finden Gespräche zwischen dem städtischen Umweltamt und übergeordneten Behörden bezüglich einer Absenkung des Wasserpegels statt.



Bei der Ortsbegehung sind die Schäden unübersehbar.

EXPERTENRAT

Wie man kugelsichere Sehnen bekommt



Sehnen werden nicht durch Erschöpfung belastbar, sondern durch kontrollierte Spannung. Der Forscher Keith Baar beschreibt es so: Ein einzelner Spannungsreiz muss nicht lang sein – 10 bis 30 Sekunden reichen aus. Wichtig ist die Gesamtbelastung: Sie sollte pro Trainingseinheit unter zehn Minuten bleiben. Danach braucht die Sehne Zeit zur Regeneration. Mindestens sechs Stunden Pause, bevor erneut belastet wird. Sehnen brauchen klaren Reiz und Erholung – nicht Dauerstress.

Ein guter Einstieg, um zum Beispiel die Patellasehne zu belasten, ist das Wandsitzen. Rücken an die Wand, Knie etwa 90 Grad, Füße fest in den Boden drücken. Ziel sind zunächst 30 Sekunden. Achtung: Für Ungeübte ist das durchaus anstrengend. Wenn dabei nur die Vorderseite des Oberschenkels arbeitet, ist das für die Patellasehne vollkommen ausreichend. Wichtig ist: Spannung ist nicht gleich Dehnung. Wenn die Position einige Sekunden

gehalten wird, richten sich die Kollagenfasern in der Sehne in Richtung der Kraft aus. Der Körper lernt in dieser Phase, wie die Sehne Last aufnehmen soll – nicht über Bewegung, sondern über Spannung. Sehnen gesundenheit beginnt deshalb nicht mit Kraftakten, sondern mit Aufmerksamkeit. Wer spürt, wann Spannung entsteht und wie lange sie gehalten werden kann, gewinnt Kontrolle über das eigene Bein zurück. Nicht die Anzahl der Versuche zählt – sondern die Qualität der Spannung.

Ihr Friedrich Klucke
Fitnessökonom (B.A.) und Personal Trainer



Bei Rückfragen kontaktieren Sie mich gerne bei WhatsApp: +4916091630372
friedrich.klucke@live.de
www.friedrichklucke.de

www.rheinmainverlag.de

Ihre Onlinezeitung



LÖWER

WEIHNACHTEN NOCH GRÜNER

ENTDECKE UNSERE BIO-WEIHNACHTSBÄUME

Mach dein Weihnachtsfest dieses Jahr zu etwas ganz Besonderem. Unsere Bio-Weihnachtsbäume wachsen ohne Chemie, ohne Kunstdünger und mit viel Liebe zur Umwelt. Hol dir einen Baum, der dein Zuhause festlich erstrahlen lässt und gleichzeitig ein gutes Gefühl schenkt. Weihnachten kann so nachhaltig sein!

3 FÜR 4,98*

STÜCK 1,99

MINI-WEIHNACHTSSTERN

aus eigener Anzucht | in vielen verschiedenen Farben | Topf-Ø 6 cm

STÜCK 2,99*

CHAMAECYPARIS 'TOP POINT' MINI-WEIHNACHTSBAUM

Topf-Ø 9 cm

GOLDBACH/ASCHAFFENBURG
» A3 Ausfahrt AB-Ost

Mo.–Sa. 9–19 Uhr
So 11–13 Uhr

ROSSDORF
» Direkt an der B38

Mo.–Fr. 8:30–18:30 Uhr
Samstag 8:30–18:00 Uhr

HANAU
» Gewerbegebiet HU-Nord

Mo.–Sa. 9–19 Uhr

MÖMLINGEN
» Direkt an der B426

Mo.–Sa. 9–18:30 Uhr

SELIGENSTADT
» A3 Abfahrt Seligenstadt

Mo.–Sa. 9–18:30 Uhr

* Angebote gültig bis zum 14. Dezember 2025

gaertnerei-loewer.de | @gaertnereiloewer

Besondere Ehrungen in Weihnachtsmarkt-Atmosphäre

Klein-Krotzenburg (ah)
Der kleine Weihnachtsmarkt des „Volkschor“ Klein-Krotzenburg bietet auf dem Dorfplatz und im Vereinsheim Stände mit lokaler Handwerkskunst. Aber auch wer sich mit Freunden treffen in adventlicher Atmosphäre will, ist hier richtig. Sicher vor Regen kann man unter Zelten sitzen, mit bunten Lichtern, die eine gemütliche Stimmung verbreiten. Die Eröffnung wird auch dazu genutzt, langjährige und Verdienste Vereinsmitglieder zu ehren. Eine Urkunde und Dank gab es für Dietmar Demel (60

J. Mitglied), Helmut Krammig (40 J.), Gudrun Althaus (40 J.) und Heike Luther (10 J.). Zusätzlich gab es noch besondere Ehrungen durch die Vorsitzenden der Gemeinschaft der örtlichen Verbände (ÖVV) Carlo Bub und Elke Hofmann. Die ÖVV-Ehrenmedaille in Silber gab es für Sabrina Albrecht, die vor 29 Jahren ihren Weg im Volkschor begann bis hin zu ersten Vorsitzenden (Wirtschaft). Weiter engagiert sie sich noch in mehreren anderen Vereinen und Gruppen. Die Ehrenmedaille in Gold in der Kategorie „Ehrenamt“ für



Michael Zimmer. Seit 1998 ist nicht nur fester Bestandteil des Chors, sondern hat auch

vor 20 Jahren das Amt des Kassierers übernommen, ohne Übergabe und Einarbeitungszeit, da sein Vorgänger überraschend gestorben war. Diese Aufgabe habe er glänzend gemeistert. Zusätzlich ist er noch aktiv bei den CrossVoices und der VC-Theatergruppe. Eine weitere Ehrenmedaille in Gold gab es für Thorsten Krammig. Seit 41 Jahren gehört er dem Verein an und seit 1998, mit einer Unterbrechung von fünf Jahren ist er Vorsitzender für Öffentlichkeitsarbeit. Aber damit nicht genug. In der Fastnachtskampagne 2018/19

war er Prinz, seit 2020 gehört er zum ÖVV-Elferrat an, ist Gründungsmitglied beim Heimatverein, Mitglied bei der Filmgemeinschaft, im Rettungsdienst beim DLRG, Beisitzer im Vorstand der ÖVV und engagiert sich im Bereich der Inklusion. Nach dieser schönen Würdigung ehrenamtlichen Engagements, gab der Klein-Krotzenburger Kinder- und Jugendchor mit einigen stimmungsvollen Liedern den Startschuss für den gemütlichen Teil des Weihnachtsmarkts.

Foto: ah

Unikate statt Massenware

Markt für hochwertiges Kunsthandwerk „Unikat sucht Liebhaber“ im RegioMuseum

Seligenstadt (DK) Erneut wird am 2. Adventswochenende feines und erlesenes Kunsthandwerk im RegioMuseum in der ehemaligen Benediktinerabtei in Seligenstadt präsentiert. Die Verkaufsausstellung findet am Samstag und Sonntag jeweils von 11 bis 18 Uhr. Professionell gefertigtes Kunsthandwerk steht auch dieses Mal im Mittelpunkt und wer etwas Einzigartiges sucht, wird hier fündig. Die Kunsthandwerker*innen präsentieren ihre

neuen Unikate und freuen sich über den Besuch und das Gespräch mit interessierten Menschen. Das besondere Angebot passt hervorragend in das Ambiente der ehemaligen Benediktinerabtei. Hier hat man die Gelegenheit das eine oder andere Geschenk für sich oder für andere zu erwerben. Es warten also zukünftige Lieblingsstücke auf ihre neuen Besitzer. Einmaliges für Liebhaber von Unikaten! Veranstalterin Astrid Hacken-

beck lädt ein zu einem entspannten Bummel zwischen Tradition, Moderne und Design, zwischen Kunst und Handwerk. Für entsprechende Bewirtung durch das Café ist bestens gesorgt. Alle Aussteller*innen sind unter www.unikat-sucht-liebhaber.de veröffentlicht. Der Eintritt für Erwachsene beträgt 4 Euro, Schüler und Studenten 2 Euro. Öffnungszeiten: Freitag, 12.00 bis 18.00 Uhr, Samstag und Sonntag: 11.00 bis 18.00 Uhr

Seligenstadt (DK) Auf eine musikalische Reise „Vom Abend in die Nacht“ ging das Vocalensemble „Die Freunde“ dieser Tage mit seinen Gästen im Winterrefektorium des Klosters Seligenstadt. Unter der Leitung von Christoph Dombrowski beeindruckte der Chor durch seine Vielseitigkeit und sein musikalisches Gestaltungsver-



mögen. Die Zuhörerinnen und Zuhörer erlebten ein Programm, das den musikalischen Bogen vom 17. bis ins 21. Jahrhundert spannte. Weltliche Abend- und Nachtstücke erzählten vom ausgelassenen Studentenleben, Abendstimmung in der Natur, Schlaf und Träumen und zwei geistliche Abendlieder machten das Bild komplett.

Solistisch überzeugten Jutta Bonifer-Old, Dieter Herr sowie Pascal Scholz und Roman Zöllner war bei zwei Liedern der ideale musikalische Partner am Flügel.

Und zum Schmuzzeln gab es auch etwas: die Sandmännchen aus Ost und West kamen zu Besuch und weckten Kindheitserinnerungen!

Freie Schule wählt neuen Vorstand

Mainhausen (DK) Die Freie Schule Seligenstadt-Mainhausen e. V. hat auf ihrer Mitgliederversammlung ein neues Vorstandsteam gewählt. Dabei konnte der Verein einen besonderen Erfolg verzeichnen und neue Impulse setzen: Zum ersten Mal in seiner Geschichte stellen sich gleich fünf Vorstandsmitglieder gemeinsam den aktuellen Herausforderungen. Neben der weiterhin amtierenden Nicole Dienes wurden Natalie Mäder, Melanie Pfeifer, Sandra Weißenberger und Kerstin Kowarsch neu in den Vorstand gewählt. Sie alle teilen eine gemeinsame Vision von Offenheit, partnerschaftlichem Handeln und verantwortungsbewusstem Umgang mit den gegenwärtigen schulischen Aufgaben. Natalie Mäder bringt pädagogische Leitungserfahrung

sowie langjährige ehrenamtliche Vereinsarbeit ein. Melanie Pfeifer verfügt über mehr als 15 Jahre Berufserfahrung in Kommunikation und Bedarfsermittlung. Sandra Weißenberger ist seit vielen Jahren in verschiedenen Organisationen aktiv und erfahren in gemeinschaftlicher Lösungsarbeit. Kerstin Kowarsch, seit fast einem Jahrzehnt eng mit der Freien Schule verbunden, bringt umfassende ehrenamtliche Vorstandserfahrung und Kenntnisse aus dem Finanzgremium mit. Das neue Team will das Lernfeld gemeinsam weiterentwickeln, für offene Kommunikation sorgen und alle in der Schulgemeinschaft noch umfassender einbinden. Die Freie Schule freut sich über das starke Signal des Zusammenhalts und den Mut zur gemeinsamen Verantwortung.



Sie wollen sich gemeinsam den kommenden Herausforderungen stellen – das neue Vorstandsteam v.l.: Kerstin Kowarsch, Nicole Dienes, Natalie Mäder, Melanie Pfeifer und Sandra Weißenberger.

Foto:p

FRAU DANIEL KAUFF
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 06196-4026889

DER KURIER Erste Hilfe

Überfall, Verkehrsunfall	110
Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst	112
Polizeistation Seligenstadt	0 6182 / 8 93 00
Giftnotruf	0 6131 / 192 40
Ärztlicher Notdienst	116 117
Zahnärztlicher Notdienst	018 05 / 60 70 11
Evidensia Tierarztpraxis Seligenstadt	0 6182 / 2 10 26
Seelsorge-Telefon	116 123
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen	116 016
Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch	0800 / 22 55 530
Asklepios Klinik Seligenstadt	0 6182 / 83-0
Emma-Klinik Seligenstadt	0 6182 / 96 00
Klinikum Aschaffenburg	0 60 21 / 3 20
Klinikum Hanau	0 6181 / 2 96 - 0
Sana Klinikum Offenbach	0 69 / 8 40 50
Ketteler Krankenhaus Offenbach	0 69 / 8 50 50
EVO-Störungsdienst Strom	0800 / 80 60 30 30
ZWO-Störungsdienst Wasser	0 6106 / 6 99 50
Schlüsseldienst BERND KAUL, 24 h.	0 6182 / 99 19 85
Kartenverlust: Sperr-Notruf	116 116
Stadtverwaltung Seligenstadt	0 6182 / 87 - 0

Astrophysiker im Café K

Seligenstadt (DK) Alle Jahre wieder in der Adventszeit ist der Astrophysiker Dr. Bruno Deiss Gast der monatlich stattfindenden Café K – Veranstaltung der Evangelischen Kirchengemeinde Seligenstadt und Mainhausen. Dieses Jahr findet sein Vortrag am 3. Advent, dem 14. Dezember,

um 17 Uhr im Evangelischen Gemeindezentrum in der Jahnstr. 24 in Seligenstadt statt. Mit „Der Stern von Bethlehem – aus astronomischer Sicht“ beleuchtet er diverse Himmelserscheinungen aus naturwissenschaftlicher Sicht und tut dies an ungewohntem Ort. In den Jahren zuvor fand die

Veranstaltung im Süden der Stadt, im Café K und in der angrenzenden Evangelischen Kirche, statt. In diesem Jahr wandert Bruno Deiss mit den Heiligen 3 Königen in den Norden der Einhardstadt. Begleitet wird er von Carsten Pochert am Flügel. Wie immer ist der Eintritt frei.

Adventsfeier beim Heimatverein

Klein-Krotzenburg (DK) Der Klein-Krotzenburger Heimatverein lädt zur Adventsfeier in seine Vereinsräume in der Kirchstraße 1 ein. Bei

Kaffee, Kuchen und besinnlichen Vorträgen will der Verein wieder auf die Weihnachtsfeiertage einstimmen und sein Veranstaltungsjahr

2025 beschließen Das gemütliche Beieinander beginnt am Sonntag, 7. Dezember, um 14 Uhr. Gäste sind herzlich willkommen.

DER KURIER NOTDIENSTE
6. bis 12. Dezember

6	WEHL.-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN Kronberger Straße 11, Telefon 0 61 06 / 6 27 75 30
7	BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02
8	FLORA-APOTHEKE OBERTSHAUSEN Dreieichstraße 27, Telefon 0 61 04 / 7 16 50
9	GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT Offenbacher Landstraße 52, Telefon 46 67
10	RATHAUS-APOTHEKE OBERTSHAUSEN Schubertstraße 5, Telefon 0 61 04 / 7 35 36
11	SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
12	TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN Pfortenstraße 19, Telefon 2 51 00

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung
RheinMainVerlag

DER KURIER
Herausgeber:
Marco Schwarzkopf; Rhein Main Verlags GmbH,
Bieberer Straße 137, 63179 Oberthausen,
Tel. 06104-667204-0, info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferbert
Erscheinungsweise: Samstag zum Wochenende
in Seligenstadt, Mainhausen, Hainburg
Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Oberthausen
Tel. 06104-667204-0
Redaktion: Silke Theurer (V.i.S.d.P.)
E-Mail: redaktion@heimat-zeitungen.de
Anzeigen: anzeigen@heimat-zeitungen.de
Redaktions- und Anzeigenschluss:
Dienstag, 12 Uhr
Layout, Anzeigensatz und Druck:
Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG,
Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH,
Oberthausen, Tel. 06104-4970-0

Goldhaus Obertshausen

VERTRAUEN IST GOLD WERT

Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen wie zum Beispiel:

- Gold
- Silber
- Uhren
- Bestecke & Zinn

- Schmuck
- Münzen
- Barren
- Antiquitäten

Vertrauen ist Gold wert – besonders, wenn es um Erbstücke und Schmuck geht. Ich bin Holger Honig, Inhaber des Goldhaus Obertshausen und seit über 20 Jahren Ihr Ansprechpartner für den fairen Ankauf von Gold, Silber und Edelmetallen. In angenehmer Atmosphäre berate ich Sie ehrlich, diskret und mit Feingefühl. Ganz ohne Druck – aber mit viel Erfahrung. Schauen Sie vorbei – ich nehme mir Zeit für Sie!

Holger Honig

Holger Honig | Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen
Tel.: 0 61 04 9 53 13 15 | 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

Seit über 20 Jahren Ihr Experte vor Ort!

Automarkt

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

Cornelia, 69 J., kinderlose Witwe, eine bezaubernde, attraktive Frau, bin ehrlich und aufgeschlossen, habe in einer Arztpraxis gearbeitet. Gerade in der Adventszeit ist die Einsamkeit besonders schlimm, ich suche pv wieder einen liebevollen Mann für eine glückliche, gemeinsame Zukunft. Ich bin nicht ortsgebunden und würde auch jederzeit zu Ihnen ziehen Tel. 0160 - 97541357

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 Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr erreichbar 01784612931

Frau Friedrich 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 Werteneinschätzung. Zahle Höchstpreise, 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21.00 Uhr
Tel. 069 - 34 87 58 42

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

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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06105 / 9 67 60 55

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 Werteneinschätzung. Zahle Bar und vor Ort. Täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. ☎ 069/25718443

Schöne Gertraud, 78 J., bin zwar eine einfache, dafür aber sehr gute Hausfrau v. Land, ich habe vor über einem Jahr meinen Mann verloren u. das Alleinsein fällt mir sehr schwer, ich habe ein großes Herz, bin mobil mit Auto u. Führerschein, sehr liebevoll, romantisch u. zärtlich, habe nur eine kleine Wohnung und würde auch gerne zu Ihnen ziehen pv Tel. 0151 - 20593017

Frau Steinbach kauft an,
Pelze und Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Schallplatten, Ferngläser, Krokotaschen, Puppen, Taschenuhren, Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobelin, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreibmaschinen, Gardinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung, kostel. Beratung und Anfahrt sowie Werteneinschätzung. ++ zahle absolute Höchstpreise ++ ++100% seriös, 100% diskret ++ zahle alles bar vor Ort +++ Mo.-So. von 8.00 - 21.00 Uhr, auch an Feiertagen ☎ 069 - 66 05 94 93

DRAHT WEISSBÄCKER

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

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

Direktwerbung GmbH

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

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

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

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

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

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 Verteilungsqualität. 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.eagro-direktwerbung.de

Weihnachtszauber im Fenster

Stadtbücherei erstmals Teil des „Lebendigen Adventskalenders“

Seligenstadt (DK) Seit 1. Dezember verwandelt sich die Fassade des Hans-Memling-Hauses (Große Maingasse 7) wieder in den „Lebendigen Adventskalender“ der Freunde der Hans-Memling-Schule. Täglich bis Heiligabend erstrahlt hier ein neues Fenster, das von Paten - Seligenstädter Vereinen, Institutionen oder privaten Gruppen - gestaltet und mit einem kleinen Programm begleitet wird. Die

Stadtbücherei Seligenstadt beteiligt sich in diesem Jahr erstmals mit einem liebevoll gestalteten „Türchen“ und lädt Familien am Freitag, 12. Dezember, um 18 Uhr herzlich zu einer besonderen Vorlese-Überraschung ein: ein Kamishibai (Erzähltheater) speziell für Kinder. In der Erzählung „Schlamassel bei den Weihnachtsgeschenken im Zoo?“ hat Ignaz Igel vergessen, Gisela Giraffe ein Geschenk zu besorgen und so beginnt ein lustiges Chaos voller Überraschungen. Die Geschichte über Geben, Teilen, Miteinander und Freundschaft dauert etwa 15 Minuten und ist gerade in der Weihnachtszeit ein schöner Impuls, ge-

meinsam innezuhalten, miteinander zu lachen und über das wahre Geschenk des Zusammenseins nachzudenken.

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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06104 / 98 79 935

Leben mit Multiplem Myelom

Wie finde ich den eigenen Weg bei einem Rückfall?

Das Multiple Myelom ist eine seltene, aber ernste Krebserkrankung des Knochenmarks. Die Symptome, wie Müdigkeit, Schwäche oder Knochenschmerzen, sind oft unspezifisch, weshalb die Diagnose häufig zufällig kommt. Rückfälle gehören zur Erkrankung dazu und können eine zusätzliche Belastung sein. Gerade in diesen Momenten ist es wichtig, aktiv zu bleiben und Zuversicht zu bewahren. Mit der richtigen Unterstützung und einem positiven Blick nach vorne können Betroffene ihren Weg zurück zu sich selbst finden.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

Rückfällen zu begleiten und zu stärken. Ein zentrales Element ist ein Kartenset mit wertvollen Tipps und alltagstauglichen Anregungen, inspiriert von Patient*innen, Ärzt*innen und Psycho-Onkolog*innen. Das Ziel: Mut machen und dabei un-

terstützen, den Alltag gestärkt zu meistern. Ergänzt wird das Angebot durch eine Video-Podcast-Serie, die bewegende Geschichten und wertvolle Erfahrungen von Expert*innen und Betroffenen teilt. Der Facebook-Kanal „Zurück zu Dir – Leben mit Multiplem Myelom“ bietet Raum für Austausch und eine unterstützende Gemeinschaft. Zusätzlich sorgt ein WhatsApp-Kanal für eine einfache Möglichkeit, hilfreiche Informationen und aktuelle Inhalte direkt aufs Handy zu erhalten. Erfahren Sie alles über „ZURÜCK ZU DIR“ und informieren Sie sich über unsere Kanäle – jetzt auf **Halt-bei-Krebs.de**. NP-DE-MMU-ADVR-250003; 11/2025



Neue Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ unterstützt Betroffene und Angehörige
GSK hat die Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ ins Leben gerufen, um Menschen mit Multiplem Myelom bei

Vereinsring Froschhausen – Kontinuität und Veränderung

Froschhausen (DK) Der Vereinsring Froschhausen geht mit einem veränderten, aber doch die Kontinuität währenden Vorstandsteam in die nächsten zwei Jahre. Aufgrund des Todes des Schatzmeisters der Dachorganisation der Froschhäuser Vereinsfamilie waren die Veränderungen notwendig geworden. Vorsitzender Volker Horn konnte dabei neben Landtagsvizepräsident Frank Lortz und dem Ersten Stadtrat Oliver Steidl auch zahlreiche Mandatsträger und viele sonstige Würdenträger der Vereine besonders begrüßen. Bem Totengedenken wurde den Verstorbenen der Froschhäuser Vereine gedacht, insbesondere Michael Knedlik, der zehn Jahre Verantwortung im Vereinsringvorstand getragen hatte. Im Rechenschaftsbericht des Vorsitzenden wurde danach die Tätigkeit des Vereinsrings im abgelaufenen

Jahr dargestellt. Horn nahm dabei Bezug auf die Veranstaltungen des Vereinsrings, wie die Feier zur Würdigung der Preisträger des Blumenwettbewerbs, aber auch die Erstellung des Denkmals für die Opfer der Bombardierung Froschhausens im Jahre 1945, deren Unterstützern Horn noch einmal dankte. Den Vereinen, die die Gemeinschaftsveranstaltungen ausrichten, wurde ein besonderer Dank zuteil, dies sind die Schützengesellschaft Tell für das Vereinsringschießen und der Golfclub für den Vereinsring-Golfcup. Auch der Volkstrauertag, der mit dem VdK ausgerichtet wird, fand hierbei Erwähnung. Horn dankte den Vereinen und Verbänden für die Unterstützung, ebenso dem Vorstandsteam, das in vielfältiger Weise aktiv war. Insbesondere wurden hierbei der stellvertretende Vorsitzende Volker Schmidt und der



Ehrenvorsitzende Frank Lortz genannt. Der Vereinsring wird auch intensiv von der Stadt Seligenstadt unterstützt, dies war dem Vorsitzenden gleichermaßen ein Dankeswort wert. Auch die Hilfe der Sparkasse Langen-Seligenstadt, die sich in vielfältiger Weise für die Vereine einsetzt, wurde erwähnt. Erster Stadtrat Oliver Steidl bedankte sich seinerseits für die Tätigkeit der Froschhäuser Vereine und die gute Zusammenar-

beit mit der Stadt, Frank Lortz lobte den Vorsitzenden Volker Horn für die Führung des Verbandes. Die Tätigkeit des Arbeitskreises Heimatgeschichte unter der Leitung von Astrid Jasnoch, der sich für den jährlichen Historischen Friedhofsgang verantwortlich zeigt, wurde von dieser in ihrem Bericht dargestellt. Astrid Jasnoch wies auf die geplante Ausstellung zum 50. Jahrestag der Einweihung des Bürgerhauses hin, die

am 29. März stattfinden wird. Sie warb um Unterstützung bei der Vereinsfamilie, insbesondere Bilder aus der Anfangszeit werden gesucht. Es folgte der Kassenbericht, der von einem zufriedenstellenden finanziellen Ergebnis des Geschäftsjahres berichtete. Sodann wurde der Vorstand gewählt. Vorsitzender bleibt Volker Horn, ihm zur Seite steht weiterhin als 2. Vorsitzender Volker Schmidt. Neuer Schatzmeister ist Günther Keller, als Beisitzer wirken Johannes Ditzinger, Marco Haus, Helmut Holler, Astrid Jasnoch, Jürgen Kiehl und Birgit Nover. Der Vorstand wird komplettiert durch den Ehrenvorsitzenden Frank Lortz und das Ehrenvorstandsmitglied Marion Schmitt. Als Revisoren bestimmte die Versammlung Andreas Lorenz und Martin Schwarz. Auch der Vereinsringkalender 2026 wurde beschlossen. Dieser

wird Ende des Jahres/Anfang kommenden Jahres wieder an alle Haushaltungen in Froschhausen verteilt, weiter liegt er bei der Sparkasse Langen-Seligenstadt in Froschhausen und im Bürgerhaus Froschhausen zur Mitnahme bereit. Vereinsringvorsitzender Volker Horn wies in seinem Schlusswort noch einmal auf die Feierstunde zum 50-jährigen Bestehen des Bürgerhauses am Sonntag, 29. März 2026, hin. Er bedankte sich abschließend bei den Helfern des Gesangsvereins Liederfreund für die Bewirtung und schloss dann die gut besuchte Generalversammlung. Foto zeigt, sitzend von links: Astrid Jasnoch, Volker Horn, Frank Lortz, Volker Schmidt, stehend von links: Helmut Holler, Jürgen Kiehl, Marco Haus, Günter Keller und Johannes Ditzinger. Auf dem Foto fehlt Birgit Nover.

Foto: p

Stimmungsvolle Hainburger Seniorenweihnachtsfeier

Hainburg (ah) In manchen Kommunen fallen die Seniorenweihnachtsfeiern aus, da kaum Nachfrage besteht. Das kann man von der Seniorenweihnachtsfeier der Gemeinde Hainburg in der Klein-Krotzenburger Georg-Floh-Halle nicht sagen. Das Interesse der älteren „Krotzebojer“ ist ungebrochen.

Dazu dürfte nicht nur der kostenlose Kaffee, Kuchen und Abendessen beitragen, sondern auch das interessante Unterhaltungsprogramm. Begrüßt wurden die Gäste durch Carlo Bub, Vorsitzender der ÖVV und Moderator des Nachmittags, sowie Bürgermeister Christian Spahn. Carlo

Bub brachte dann mit einer kleinen Weihnachtsgeschichte adventliche Stimmung in den Saal. Weiter ging es nach Kaffee und Kuchen mit den Kindertanzgruppen „Flummis“ und „Tip-Toes“ der Turnerschaft, der neuen Tanzgruppe „Show Devils“ der ehemaligen Fastnachtprinzessin Selina Rohe.

Zum Abschluss spielten dann noch die Bläser der Musikgesellschaft „Eintracht“ Hainstadt. Spannend wird es, wenn während der Feier die ältesten Gäste mit einem Geschenk geehrt werden: Diesmal waren es Hermann Müller (92 Jahre) und Helene Rübling (95 Jahre).

Foto: ah



Gesundheit

ANZEIGE

Wackelig auf den Beinen?

Wie Sie bei **Schwindelbeschwerden** wieder mehr Sicherheit finden

Menschen, die unter wiederkehrendem Schwindel leiden, leben häufig mit der Angst vor dem Gefühl, dass ihre Umgebung plötzlich beginnt, sich zu drehen oder der Boden unter ihnen anfängt zu schwanken.

Während sich einige von Schwindel Betroffene fühlen wie bei einer Karussellfahrt, haben andere das Gefühl, von einem Sog nach oben oder unten gezogen zu werden – typische Anzeichen für Dreh- und Liftschwindel, zwei der häufigsten Schwindelarten. Und als wäre das nicht genug, kommen oft auch noch Begleitscheinungen wie Kopfschmerzen, Sehstörungen, Übelkeit und Benommenheit dazu. Die gute Nachricht: Sowohl Schwindelbeschwerden als auch die häufigen Begleitsymptome können heute erfolgreich behandelt werden.

Ein spezieller Dual-Komplex bekämpft Schwindelbeschwerden

Nach intensiver Recherche gelang es einem Team aus Wissenschaftlern, zwei Heilpflanzen zu finden, die bei Schwindelbeschwerden sowie häufigen Begleitsymptomen, wie z.B. Kopfschmerzen und Übelkeit,



Das Gefühl zu taumeln, statt sicher zu gehen – jeder Dritte in Deutschland kennt das Problem

helfen können: Anamirta cocculus (Scheinmyrte) und Gelsemium sempervirens (Gelber Jasmin). Ein spezieller Dual-Komplex aus genau diesen beiden pflanzlichen Wirkstoffen ist in den rezeptfreien Arzneimitteln Taumea (rezeptfrei, Apotheke) enthalten. Taumea hat gleichzeitig keine bekannten Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.

Auch wenn Schwindel häufig harmlos ist: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Für Ihre Apotheke:
Taumea
(PZN 07241184)

www.taumea.de

So schmeckt Schlaf: Neuer „Gute Nacht Drink“ macht Einschlafen zum Genuss

Das Licht ist aus, der Körper müde, aber der Schlaf will nicht kommen. Verzweifelt probieren viele alles Mögliche aus – von Tee bis Tabletten, oft ohne nachhaltigen Erfolg.

Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei. Zugleich ist es entscheidend für die Bildung des Glückshormons Serotonin – der Vorstufe von Melatonin.

Auch Glycin spielt eine wichtige Rolle: Studien zeigen, dass es



Einfach das Pulver kurz vor dem Schlafengehen in Ihr Lieblingsgetränk einrühren.



die Schlafqualität bei Personen mit chronisch schlechtem Schlaf fördern und die Erholung nach Belastung verbessern kann.^{1,2} Es unterstützt den Schlaf auf natürliche Weise, ohne die Schlafarchitektur zu stören oder am nächsten Tag zu ermüden.³

70 Jahre Schlafexpertise in einer Tasse

Wenn es um erholsame Nächte geht, gilt Baldriparan seit über 70 Jahren als Spezialist. Ihre pharmazeutische Expertise stecken die Schlafspezialisten nun in eine wohlschmeckende Tasse voller Abendruhe. Einfach das

Pulver – mit natürlichem Vanillegeschmack – kurz vor dem Schlafengehen als milde Ergänzung in Ihr Lieblingsgetränk einrühren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen.

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Gute Nacht Drink
(PZN 20092398)

www.baldriparan.de

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

Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung. • Ramos-Jiménez et al. 2024. An Update of the Promise of Glycine Supplementation for Enhancing Physical Performance and Recovery • Yamadera et al. 2007. Glycine ingestion improves subjective sleep quality in human volunteers, correlating with polysomnographic changes • McCarthy et al. 2018. Dietary Glycine Is Rate-Limiting for Glutathione Synthesis and May Have Broad Potential for Health Protection. • Abbildung Betroffenen nachempfunden



Foto: Stadt Seligenstadt

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen:

Seligenstadt macht Haltung sichtbar

Seligenstadt (DK) Anlässlich des Internationalen Tags gegen Gewalt an Frauen 25. November hat Seligenstadt ein klares Zeichen gesetzt: Das Frauenbüro der Stadtverwaltung und das Frauennetzwerk riefen mit einer gut sichtbaren Sprühkreide-Aktion am vergangenen Wochenende auf mehreren Gehwegen der Einhardstadt „STOP Gewalt an Frauen“ in Erinnerung – mitten im öffentlichen Raum, unübersehbar und zum Hinschauen einladend. Erster Stadtrat Oliver Steidl beteiligte sich an der Aktion, dankte den Initiatorinnen und rief dazu auf, das Thema weiter sichtbar zu halten: „Gewalt gegen Frauen ist kein privates Problem, sondern eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Jede Frau hat das Recht auf ein Le-

ben frei von Gewalt. Für viele von ihnen gehört Gewalt jedoch zum Alltag und daran dürfen wir uns nicht gewöhnen.“ Auf dem Marktplatz informierte der Verein „Frauen helfen Frauen“ zudem an einem Infostand über seine Arbeit und die ernüchternden Zahlen zur Gewalt gegen Frauen. Deutlich wurde: Gewalt tritt nicht nur als körperliche Übergriffigkeit auf, sondern auch in Form von psychischer Gewalt, Stalking, digitaler Gewalt, wirtschaftlicher Abhängigkeit oder sexualisierter Belästigung – häufig im direkten sozialen Umfeld. Seite 2 „Viele Betroffene zögern aus Angst oder Scham, Hilfe zu suchen“, so Seligenstadts Frauenbeauftragte Verena May. Deshalb machte die Aktion auch

auf vertrauliche Beratungs- und Unterstützungsangebote aufmerksam: - Hilfefon 016 (24/7, mehrsprachig) - Online-Beratung: hilfefon.de - Beratungsstelle „Frauen helfen Frauen e.V.“: Tel. 06106 – 13 36 0, info@fhkkreisof.de, Höchstädter Str. 1, 63110 Rodgau - Frauenbüro der Einhardstadt Seligenstadt: Am Hasenpfad 31, Tel. 06182 – 87 4200, mobil: 0176 46674714

„Unser Stadtgedächtnis für alle zugänglich machen“

SPD Seligenstadt setzt sich für digitale Topothek ein

Seligenstadt (DK) Die SPD-Fraktion Seligenstadt hat einen Antrag in die Stadtverordnetenversammlung eingebracht, der die Prüfung zur Einrichtung einer digitalen Topothek für Seligenstadt vorsieht. Ziel ist es, das vielfältige historische Erbe unserer Stadt dauerhaft zu sichern, zu digitalisieren und für die gesamte Bürgerschaft nutzbar zu machen. „Seligenstadt hat eine einzigartige Geschichte, die sich in unzähligen privaten Fotoalben, Vereinsarchiven und städtischen Beständen widerspiegelt. Vieles davon ist bislang nur schwer zugänglich“, erklärt die SPD-Fraktionsvorsitzende Nicole Fuchs. „Mit einer digitalen Topothek schaffen wir einen zentralen, benutzerfreundlichen Ort, an dem diese Schätze gesammelt und für kommende

Generationen erhalten werden.“ Der Antrag sieht vor, dass die Stadtverwaltung umfassend prüft, wie eine digitale Topothek aufgebaut werden kann. Dazu gehört insbesondere: Einbindung lokaler Akteure: Stadtarchiv, Heimatbund, Museen, Vereine und Schulen sollen gemeinsam an Konzept und Umsetzung mitwirken; Technische Umsetzung: Die Nutzung bestehender Systeme – wie etwa der vielfach bewährten Plattform Topothek.at – wird als Option in die Prüfung einbezogen; Finanzierungsmöglichkeiten: Potenzielle Fördermittel von Bund, Land Hessen, Kreis Offenbach oder aus EU-Programmen sollen recherchiert und bewertet werden. Über die Ergebnisse sowie mögliche nächste Schritte soll die Stadtverordnetenversamm-

lung anschließend informiert werden. Zahlreiche Städte und Gemeinden – darunter auch nahegelegene Kommunen wie z.B. Babenhausen – nutzen digitale Topotheken bereits erfolgreich. Sie ermöglichen eine moderne Form der Geschichtsvermittlung, fördern Bürgerbeteiligung und stärken das lokale Bewusstsein für die eigene Stadtgeschichte. „Eine Topothek bietet große Chancen, nicht nur für historisch Interessierte“, betont die SPD. „Sie kann im Schulunterricht genutzt werden, touristisch interessant sein und die Identifikation der Menschen mit ihrer Stadt stärken.“ Die SPD Seligenstadt sieht in der digitalen Topothek einen wichtigen Baustein, um das kulturelle Erbe der Stadt langfristig zu bewahren und gleichzeitig neu zu erschließen.

Du bist dran!

Klein-Krotzenburg (DK) Die Bücherei St. Nikolaus Klein-Krotzenburg lädt herzlich ein zum Spielenachmittag

für Erwachsene am Donnerstag, 11. Dezember, von 15 bis 17 Uhr in die Räume des Heimatvereins, Kirchstr. 1. Eine

große Auswahl an Karten-, Brett- und Würfelspielen ist vorhanden. Eigene dürfen gerne mitgebracht werden.

Tiervermittlung: Shiva auf der Suche nach einem neuen Umfeld

Shiva wurde, wie ihre 5 Geschwister, im Juni dieses Jahres im Tierheim geboren. Sie ist ein Kaninchen - ein Teddy-Mix. Ihrem Alter entsprechend ist Shiva spielfreudig und recht lebhaft. Bei Vermittlung zu einem vorhandenen Tier sollte dieses deshalb ebenfalls sehr aktiv sein. Sie kann auch gerne zusammen mit ihrem Brüderchen Pancake umziehen. Die zwei passen gut zusammen. 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 Shiva erhalten Sie beim Tierschutzver-

ein Seligenstadt u.U. e.V. auf der Homepage: <https://tsvseligenstadt.de>; per Tel.: 06182-26626 oder auch gerne per Mail: info@tsvseligenstadt.de



ANZEIGE

Sprachreisen mit Jürgen Matthes Echte Erlebnisse statt Social Media

Während andere in den Ferien endlos durch Social Media scrollen, erleben Jugendliche auf den Sprachreisen von Jürgen Matthes echtes Leben, echte Menschen und echte Abenteuer. Seit über 40 Jahren steht der Name Matthes für hochwertige Sprachferien nach England – speziell für Schüler von 10 bis 19 Jahren, die ihre Englischkenntnisse verbessern und gleichzeitig unvergessliche Ferien verbringen möchten. Untergebracht in sorgfältig ausgewählten Gastfamilien, tauchen die Teilnehmenden direkt in den britischen Alltag ein. Vormittags findet abwechslungsreicher Englischunterricht in kleinen Gruppen statt – geleitet von qualifizierten, muttersprachlichen Lehrkräften. Nachmittags und abends warten spannende Freizeitprogramme: Ausflüge nach London und Brighton, Sportturniere, kreative Workshops und gemeinsame

Events, bei denen Freundschaften über Grenzen hinweg entstehen.

Jürgen Matthes Sprachreisen – ein Erlebnis, das weit über die Ferien hinaus wirkt und zeigt, dass die schönsten Geschichten nicht auf dem Handy passieren, sondern im echten Leben. Informationen und Buchung unter www.matthes.de.



Bei dir liegt Sparen im Trend?

19% MwSt. geschenkt auf fast den gesamten Einkauf

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 von 03.12.2025 bis 09.12.2025. Ausgenommen reduzierte sowie in unseren Prospekten oder Werbemitteln beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen (z.B. andere Gutscheine oder Rabattaktionen) möglich. Auf deinen Einkauf gewährt Dir mömax einen Rabatt in Höhe des Mehrwertsteueranteils, der anfallen würde. Der Mehrwertsteueranteil entspricht einer Minderung von 15,96% des jeweiligen Kaufpreises. Allerdings kann mömax aus gesetzlichen Gründen nicht die Mehrwertsteuer als solche erlassen. Der Kassenschein wird daher weiterhin eine Mehrwertsteuer ausweisen, jedoch bezieht sich diese auf einen entsprechend reduzierten Betrag. Der Kunde ist nicht berechtigt, die Erstattung des auf dem Kassenschein ausgewiesenen Mehrwertsteueranteils zu verlangen. Nicht gültig auf bereits getätigte Aufträge, Abverkauf- und SALE-Artikel, Gutscheine und Nahrungsmittel sowie Kauf von Produkten der Marken based, Bora, Bestpreis, KARE, Miele und Quooker. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein gültig. Alle Abschläge beziehen sich auf den Abholpreis. Keine Barauszahlung möglich. Mömax Deutschland GmbH, Mergentheimer Str. 59, 97084 Würzburg.

Dein Trendmöbelhaus in Frankfurt

mömax



Nikolaus, Jubilare und Meister-Teams beim 1. TC

Klein-Krotzenburg (DK) Der 1. TC Klein-Krotzenburg veranstaltete für die Jüngsten im Verein am Ersten Advent-Sonntag eine Nikolausfeier. Mit eingeladen waren Eltern, Freunde und Bekannte zu einem Zusammenkommen mit Umtrunk auf der Terrasse des Clubhauses. Bei trockenem Wetter und vorweihnachtlicher Musik füllten die Anwesenden den Außenbereich des Clubhauses reichlich. Ausgeschenkt wurde Kinderpunsch und für die Erwachsenen Glühwein. Gespannt warteten die Kinder auf den Nikolaus. Der brachte dann für jedes der Kinder eine Tüte voller Süßigkeiten mit. Für den frühen Abend hatte der Vorstand des Tennisclubs diejenigen Teams zur Feier eingeladen, die in den Medenspielen Meisterschaften in ihren Gruppen errungen hatten. Den Herren I gelang das mit Platz eins in der Kreisoberliga, verbunden mit dem Aufstieg in Bezirksliga B. Beim Nachwuchs landeten die Juniorinnen U18 (Zweier-Teams)

Foto: p

Frühschoppen nach Nikolaus Sternstunde in der Kapelle

Hainburg (DK) Auch wenn Weihnachten vor der Tür steht und der Advent Einzug gehalten hat – das Angebot des Kleintierzüchtervereins Hassia Klein-Krotzenburg steht: Am ersten Sonntag im Dezember (7.12.), öffnet das Vereinsheim am Mittelweg wieder zum Frühschoppen. Willkommen sind von 10 bis 14 Uhr wiederum alle, die in Erinnerungen schwelgen, Tradition hochhalten, Freunden und Nachbarn treffen oder einfach in geselliger

Runde ein paar Biere zischen wollen. „Die Bude ist warm, die Getränke kalt und einen kleinen Imbiss gibt es auch“, verspricht die Erste Vorsitzende Karin Klemt. Wer möchte, darf gerne Darts oder Karten spielen.

Hainburg (DK) Am Samstag, 20. Dezember, um 18 Uhr findet zum zweiten Mal kurz vor Weihnachten die Veranstaltung „Sternstunde“ in der Kapelle von St. Gabriel statt. Geschichten rund um persön-

liche Sternstunden, eingesendete Fotos der Teilnehmer des letzten Jahres mit ihrem Stern, viel Musik mit der Familie Wolf- Gabriel und nachdenkliche Texte richten den Blick nach oben. Das Gottesdienstteam lädt herzlich zu dieser spirituellen Stunde mit kosmischen Dimensionen ein. Konfuzius sagt: „Lieber ein Licht anzünden als die Dunkelheit verfluchen.“ Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Jahrgang 1940 Klein-Krotzenburg

Der Jahrgang 1940 Klein-Krotzenburg trifft sich am Samstag, 13. Dezember, um 14 Uhr mit

Partner in der Wirtschaft der Georg-Flohr-Halle (Radsporthalle).

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 Profirädern 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 Straßenwintendienstes, 10 kg (1 kg = 0,50)
21541247

9,95
Auftau- & Streusalz
Für Straßen, Wege, Parkplätze, etc., stets rieselfähig, kein Verklumpen, Qualität entspricht technischen Bedingungen des Straßenwintendienstes, 50 kg (1 kg = 0,20)
13872239

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, 24277 Feldsbüch
BAUHAUS GmbH & Co. KG Rhein-Main-Neckar, Sitz: Bohnenbergerstraße 17, 68219 Mannheim

Folgen Sie uns auf:

Gesundheit

ANZEIGE

Topmodel Eva Padberg lüftet ihr Beauty-Geheimnis: Jeden Morgen reinstes Kollagen

Kollagen ist längst mehr als ein Hollywood-Hype – auch hierzulande setzen Millionen auf das Schönheitsprotein, darunter Supermodel Eva Padberg. Denn: Ein Löffel Kollagenpulver täglich soll der langersehnte Ausweg für viele Beauty-Probleme sein. Aber funktioniert das wirklich?

Der Blick in den Spiegel und endlich zufrieden sein – für viele scheint dieser Wunsch dank Kollagen wahr geworden zu sein. Im Netz findet man zahlreiche positive Rezensionen wie diese: „Meine Haut sieht hervorragend aus und es wachsen mehr Haare nach.“ Das sind erstaunliche individuelle Aussagen. Doch wie viel

Wahrheit steckt dahinter? Und was sagt die Wissenschaft?

Fakt ist: Die sichtbaren Zeichen des Alterns sind oft das Ergebnis eines natürlichen Prozesses. Der Körper produziert ab dem 25. Lebensjahr immer weniger Kollagen. Dieses wichtige Protein verleiht Haut, Haaren und Nägeln ihre jugendliche Vitalität und Strahlkraft. Tatsächlich lässt sich die Kollagenaufnahme gezielt unterstützen. Man sollte jedoch auf ein hochwertiges Präparat achten, welches der Körper optimal verwerten kann.

Die Nr. 1* aus der Apotheke: pureSGP Kollagen Peptide

Genau hier setzt der pharmazeutische Hersteller von pureSGP Kollagen Peptide an. Er verwendet für sein Kollagenpulver ausschließlich hochreines

Eva Padberg

Premium-Kollagenhydrolysat, das aus natürlichen und kollagenreichen Materialien und durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen wird. Das

Besondere: Durch eine enzymatische Verarbeitung entstehen kleine, bioaktive Peptide, die vom Körper leicht aufgenommen und effektiv verwertet wer-

den können. Zusätzlich enthält es Vitamin C, was der Körper für die Kollagensynthese benötigt.¹ Biotin, Zink und Kupfer unterstützen zusätzlich Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe.²

Geschmacksneutral und hervorragende Löslichkeit

Das geschmacksneutrale Pulver lässt sich unkompliziert in Tee, Kaffee oder Mahlzeiten einrühren und ist dank des beigelegten Dosierlöffels einfach anzuwenden. Verbraucher berichten von unterschiedlich schnellen Erfolgen und bestätigen, dass ein regelmäßiger täglicher Verzehr wichtig ist. Es wird ein Verzehr von mindestens 12 Wochen empfohlen.

Erworben werden kann das Präparat in der Apotheke oder online. Sollte Ihre Apotheke das Produkt nicht vorrätig haben, kann es innerhalb weniger Stunden bestellt werden.

Ein schöner Geschenk-Tipp zu Weihnachten

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Kollagen Peptide
(PZN 19120155)

Das **NR.1*** Kollagenpulver in Apotheken

Reinstes Kollagen in Apothekenqualität

Online Shop:
www.pureSGP.de

¹Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. Nutrients. 2017 Aug 12;9(8):866 • *Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2025 • **Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei, Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei.