

mein süd hessen

Antik Galerie
WIR SIND IHR
ANSPRECHPARTNER
GOLD AN- UND VERKAUF
ANTIKGALERIE_POORHOSAINI
tobias.poorhosaini@gmx.de | 06151.25688
0151.2407000 | www.antikgalerie24.de
Schulstraße 1, 64283 Darmstadt

10. Januar 2026

Das Leben in Mörfelden-Walldorf, Auflage 11.470

mein süd hessen
auf Facebook



www.facebook.com/
rheinmainverlag

mein süd hessen
auf Instagram



www.instagram.com/
rheinmainverlag

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



WIR SUCHEM
WIR SUCHEM
WIR SUCHEM



EGRO
Direktwerbung GmbH

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

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



V.l.: Markus Rusam (VKKD-Vorstandsmitglied), Fritz-Georg Freiherr von Ritter (VKKD-Geschäftsführer und Schatzmeister) und Bernd Maas (VKKD-Vorstandsmitglied und Inhaber der EGRO-Mediengruppe).
Mehr auf Seite 2.

Foto: BT

Zu Gunsten
VEREIN FÜR
KREBSKRANKE
und chronisch kranke
KINDER DARMSTADT /
Rhein-Main-Neckar e.V.

12.000 Euro Spende für krebskranke und chronisch kranke Kinder

Weihnachtsgrüßanzeigen erbrachten ca. 5.700 € – Rhein Main Verlag und EGRO-Direktwerbung verdoppelten

DARMSTADT/OBERTSHAUSEN (BT). Eine starke Gemeinschaftsleistung zum Jahresende: Im Rahmen der diesjährigen Weihnachtsaktion haben Anzeigenkunden der Rhein Main Verlags GmbH gemeinsam 5.700 Euro für den Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar e. V. gespendet. Der Rhein Main Verlag und die EGRO-Direktwerbung verdoppelten diesen Betrag und rundete ihn auf – sodass am Ende eine Spendensumme von 12.000 Euro übergeben werden konnte.

Die symbolische Scheckübergabe durch Bernd Maas, geschäftsführender Gesellschafter der Rhein

Main Verlags GmbH und der EGRO-Mediengruppe, fand kurz vor Weihnachten statt. Er unterstrich das große Engagement der Kunden, Partner und Freunde des Verlags, die sich mit ihren Weihnachtsanzeigen an der Aktion beteiligt hatten. „Ein herzliches Dankeschön gilt allen Anzeigenkunden, die diese Aktion möglich gemacht haben – und damit Hoffnung, Unterstützung und Zuversicht schenken. Diese Unterstützung zeigt, wie viel möglich ist, wenn viele gemeinsam helfen“, so Bernd Maas. Markus Rusam und Fritz-Georg Freiherr von Ritter nahmen als Vorstandsmitglieder des Vereins positiv überrascht von

der großen Summe die Spende in Obertshausen entgegen.

Der Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar e. V. begleitet seit fast 40 Jahren Familien, deren Kinder an Krebs oder schweren chronischen Erkrankungen leiden. Mit psychosozialer, familientherapeutischer und praktischer Hilfe entlastet der Verein Eltern, Geschwister und insbesondere die erkrankten Kinder – ausschließlich finanziert durch Spenden.

Die Rhein Main Verlags GmbH unterstützt den Verein bereits seit vielen Jahren regelmäßig.



Spendenkonto:

Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar e.V. (VKKD)

Stadt- und Kreissparkasse Darmstadt
IBAN: DE17 5085 0150 0006 0022 00
BIC: HELADEF1DAS

Volksbank Darmstadt
IBAN: DE62 5089 0000 0000 7777 06
BIC: GENODEF1VBD



Direktwerbung GmbH



...die geht ab!



60 Jahre Spielzeug und Design

Wie eine deutsche Spielzeuggestalterin weltweit berühmt wurde



Die Spielzeugdesignerin Renate Müller arbeitet auch heute noch in ihrem eigenen Atelier im thüringischen Sonneberg.

Fotos: DJD/Deutsches Spielzeugmuseum/
Julia Thomae

(DJD). Rupfentiere sind nicht das Einzige, das Renate Müller in ihrem Leben designt hat. Was die international bekannte Spielzeuggestalterin in ihren 60 Berufsjahren außerdem entworfen hat, lässt sich in einer Sonderausstellung des Deutschen Spielzeugmuseums bewundern.

Von der DDR in die Welt

Renate Müller wurde am 24. Oktober 1945 im thüringischen Sonneberg geboren, dem Ort, der jahrzehntelang als Weltspielwarenstadt galt. Nach ihrem Studium an der Sonneberger Fachschule für Spielzeug begann sie, ihre eigene Kollektion mit zertifiziertem therapeutischem Spielzeug zu entwickeln. Es folgte eine Anstellung in der Spielzeugfabrik ihres Vaters, in der sie bereits als Kind mithalf. Nach der Verstaatlichung und Umbenennung der Firma 1972 in VEB Therapeutisches Spielzeug/sonni arbeitete sie dort weitere Jahre und machte sich 1976 schließlich innerhalb des Verbandes Bildender Künstler der DDR selbstständig. Durch ihre Kontakte nach Japan und in die Vereinigten Staaten Amerikas wurde Renate Müller nach der Wende weltweit berühmt.



Ihre nach künstlerischen Gesichtspunkten geschaffenen Rupfentiere nutzen Pädagogen, Ärzte und Therapeuten weit über Deutschland hinaus. Sie wurden mit mehreren Preisen ausgezeichnet und sind international auch als Designobjekte ein Begriff, wovon Ausstellungen im New Yorker Museum of Modern Art, auf der Art Basel in der Schweiz sowie in Kanada, Asien, Skandinavien, Mittel- und Osteuropa zeugen.

Mehr als Rupfentiere

Auch wenn Renate Müller international vor allem für ihre Rupfentiere bekannt ist – ihr Schaffen ist weit vielfältiger, wie die Sonderausstellung "Retrospektive Renate Müller – 60 Jahre Spielzeug und Design" im Deutschen Spielzeugmuseum in Sonneberg zeigt. Müllers Werk umfasst Arbeiten aus den Bereichen "Kunst am Bau – Stadt- und Spielplatzgestaltung" sowie „Kindumweltgestaltung“ in Einrichtungen für Kinder. Die Ideen zur pädagogischen Früherziehung Friedrich Fröbels beeinflussten ihre Arbeiten ebenso wie der Bauhaus-Gedanke. Das umfangreiche Werk, die Facetten ihres Schaffens und die wichtigsten Stationen von

Müllers Vita können die Besucher bis zum 19. April 2026 begutachten. Im Begleitprogramm, zu dem

es mehr Informationen unter www.deutschesspielzeugmuseum.de gibt, sind Vorträge sowie Führungen und die Belegung der Werkstatt durch die Künstlerin selbst vorgesehen. Mehrere museumspädagogische Workshops regen die Teilnehmer verschiedener Altersgruppen dazu an, selbst kreativ zu werden. Und wer nach der Sonderausstellung noch tiefer eintauchen möchte, kann durch die älteste Spielzeugsammlung Deutschlands schlendern und sich Spielzeug seit der Antike anschauen.

30. JAN
2026

17:00 – 18:00 Uhr



WIESBADENER SKOLIOSE UPDATE

Gesprächsrunde
für & mit Patient*innen
Leben mit Skoliose

IHK Wiesbaden
Wilhelmstraße 24-26
65183 Wiesbaden

Die Veranstaltung ist
auch Hybrid zu besuchen.
Nach der Anmeldung
erhalten Sie einen
Link per Mail.

Anmeldung
bitte über:



ASKLEPIOS
PAULINEN KLINIK WIESBADEN

asklepios.com/wiesbaden

Aktiv werden gegen Inkontinenz

Mit passenden Therapien lässt sich ungewollter Harnverlust oft gut behandeln

(DJD). Es ist eines der am häufigsten totgeschwiegenen Themen, obwohl rund zehn Millionen Menschen in Deutschland davon betroffen sind: Inkontinenz. Besonders häufig ist die Harninkontinenz, also der ungewollte Verlust von Urin. Dieser kann etwa aufgrund einer überaktiven Blase passieren oder durch fehlenden Harndrang, der schließlich zum Überlaufen führt. Nach Angaben der



Deutschen Kontinenz-Gesellschaft trauen sich bis zu 60 Prozent der Erkrankten nicht, ärztlichen Rat einzuholen. Scham und die Angst vor „Unfällen“ führen dann zu einem hohen Leidensdruck, oft verbunden mit dem weitgehenden Rückzug aus dem sozialen Leben. Das muss aber nicht sein, denn viele Formen der Inkontinenz können heute gut behandelt werden.

Keine Scham beim Arztbesuch

Der wichtigste Schritt zu einer erfolgreichen Therapie ist der Arztbesuch, um eine genaue Diagnose für eine zielgerichtete Behandlung zu erhalten. Um diesen oft riesig

erscheinenden Schritt zu schaffen, sollten Patientinnen und Patienten sich bewusst machen, dass die für sie so peinliche Erkrankung für die medizinischen Fachleute ganz normaler Alltag ist und es gar keinen Grund gibt, sich zu schämen. Sind die Ursachen gefunden, können zum Beispiel Verhaltens- und Ernährungsmaßnahmen, ein Beckenbodentraining oder verschiedene Arzneimittel verordnet werden. Eine weitere Therapieform ist die sakrale Neuromodulation mit einem sogenannten Beckenbodenschrittmacher – Informationen dazu gibt es beispielsweise unter www.medtronic.com/de. Dieser wird im Rahmen eines minimalinvasiven Eingriffs im oberen Gesäßbereich in einer kleinen Tasche direkt unter der Haut implantiert. Mit sanften elektrischen Impulsen stimuliert er dort die sogenannten Sakralnerven, die die Funktion von Blase und Darm steuern. So kann die Kommu-

nikation zwischen dem Gehirn und den Ausscheidungsorganen verbessert und die Entleerungsstörung behoben werden.

Wieder gut leben

Ob ein Beckenbodenschrittmacher die richtige Maßnahme ist, kann im Vorfeld durch eine einfache Teststimulation ermittelt werden. Die Wirksamkeit der Therapie wird dabei unter anderem mit Hilfe eines Blasentagebuchs bewertet, in dem Trinkmengen, Harndrang, Harnmenge und ungewollter Verlust eingetragen werden. Ein solches Tagebuch zu führen, ist auch schon vor dem ersten Arztbesuch sinnvoll, denn es hilft bei der Diagnose. Mit der richtigen Behandlung lässt sich heute mit vielen Formen der Inkontinenz gut leben. Unterstützung dabei finden Betroffene auch auf den Online-Seiten der Inkontinenz-Selbsthilfe.

Expertentipp:

Skoliose wirksam behandeln

WIESBADEN (PM). Skoliose ist eine dreidimensionale Verdrehung der Wirbelsäule, die meist im Wachstumsalter entsteht und unbehandelt schwerwiegende Folgen haben kann. Ab einem Cobb-Winkel von über 40° nimmt die Verformung über die Jahre weiter zu. Deshalb ist eine frühzeitige Diagnose entscheidend: Grundlage sind eine ausführliche Untersuchung, ein persönliches Gespräch sowie bildgebende Verfahren wie Röntgen oder MRT. Die Behandlung beginnt in der Regel mit skoliosespezifischer Krankengymnastik nach Schroth und der gezielten Kräftigung der Haltungs- und Rumpfmuskulatur.

Ergänzend kann ein Korsett helfen, das Fortschreiten der Verkrümmung zu verhindern. Wichtig ist jedoch immer die Kombination mit sportlichen Aktivitäten, um die gesamte Körpermuskulatur zu stärken. Nur in wenigen Fällen ist eine Operation notwendig – etwa durch knöcherne Versteifung oder wachstumslenkende Verfahren. Bei entsprechender Erfahrung des Behandlers sind die Erfolgsquoten sehr hoch, und Patienten können meist schon nach einer Woche die Klinik wieder verlassen.

Prof. Dr. Thomas Niemeyer, Chefarzt des Wirbelsäulen- und Skoliosezentrum an der Asklepios Paulinen Klinik Wiesbaden, verfügt über langjährige Erfahrung in der konservativen und operativen Behandlung von Skoliosen und gilt als ausgewiesener Experte auf diesem Gebiet. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Austausch: Am 30. Januar 2026 von 17:00–18:00 Uhr findet das „Wiesbadener Skoliose Update – Gesprächsrunde für und mit Patienten“ in der Industrie- und Handelskammer Wiesbaden statt. Die Veranstaltung kann auch online besucht werden.



Prof. Dr. T. Niemeyer, Chefarzt Wirbelsäulen und Skoliosezentrum Asklepios Paulinen Klinik Wiesbaden

Foto: Asklepios

EGRO
Direktwerbung GmbH

GEBIETSBETREUER (m/w/d)

Dafür sorgen wir:

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

Das bringen Sie mit:

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

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

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

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



Das Goldhaus Heusenstamm

Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm



AKTIONSTAGE **12.** **13.** **14.** **15.** **16.** **Tel.: 06104 - 670 79 40**
 JANUAR JANUAR JANUAR JANUAR JANUAR

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 **125,-⁰⁰** €/pro Gramm

Goldschmuck aller Art

Bernstein

Feingold



Markenuhren aller Art

Zahngold (auch mit Zähnen)

umicore



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 €*



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

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

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

P Parkplätze vorhanden

Tel.: 06104 - 670 79 40
Kantstr. 38 - 63150 Heusenstamm

Süß, grün, knusprig

Mit Honig und Matcha wird Popcorn zum trendigen Snack

(DJD-K). Bei Snacks greifen wir gerne zu den Angeboten, die wir bereits kennen. Dabei hat die Welt der kleinen Häppchen noch viel mehr zu bieten als Chips und Salzstangen aus dem Supermarkt. Verfeinert mit Matcha, dem pulverisierten Grüntee aus Japan, wird der Klassiker Popcorn ganz einfach zum trendigen Snack.

Grüner Knuspergenuss

In Kombination mit Matcha entsteht aus einfachem Popcorn ein Snack mit asiatischem Twist: süß, herb, aromatisch. Die frisch gepoppten Maiskörner verbinden sich mit einer warmen Glasur aus Butter, Honig, Matcha und einer Prise Salz. Anschließend im Ofen leicht geröstet und mit schwarzen Sesamsamen verfeinert, wird daraus ein trendiger Knusperspaß für Genießerinnen und Genießer. Neben seinem feinen Geschmack punktet das Honig-Matcha-Popcorn auch ernährungsphysiologisch. Eine Hand-

voll Popcorn enthält gerade einmal rund 30 Kalorien – perfekt für alle, die bewusst snacken möchten, ohne auf Genuss zu verzichten.

Für eine Portion Honig-Matcha-Popcorn braucht man:

- 80 g ungesalzenes, ungebuttertes American Popcorn
- 60 g Butter
- 60 ml Honig
- 1 TL Matcha
- 1/2 TL Salz
- 1 EL schwarzer Sesam

Und so geht's:

1. Den Backofen auf 150 Grad Celsius vorheizen. Ein großes Backblech mit Backpapier auslegen. Popcorn in eine große Rührschüssel geben.
2. Butter, Honig, Matcha und Salz in einem Topf bei mittlerer Hit-

ze unter Rühren schmelzen. Die Mischung über das Popcorn gießen und gut vermengen. Auf dem Backblech verteilen und mit Sesam bestreuen.

3. 25 bis 30 Minuten backen, dabei gelegentlich umrühren, bis das Popcorn trocken ist. Vollständig abkühlen lassen und genießen.

Tipp

Am besten schmeckt das Honig-Matcha-Popcorn, wenn man auch das Popcorn selbst macht. Besonders gut eignet sich dafür Popcornmais aus den USA. Er wird ohne Gentechnik produziert, enthält wichtige Nährstoffe wie Ballaststoffe und Antioxidantien und ist vielseitig einsetzbar, wie zahlreiche Rezepte unter www.popcorn.org zeigen. Auf der Website gibt es auch eine Anleitung, wie man Popcornmais in einem Topf auf dem Herd perfekt zum Poppen bringt, ohne dass er anbrennt.



In Kombination mit Matcha entsteht aus Popcorn ein Snack mit asiatischem Twist: süß, herb, aromatisch.

Foto: djd-k/The Popcorn Board/ Honey Matcha Popcorn

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 01

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

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

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



Karriere in der Pflege: berufsbegleitend zur Führungskraft

Online-Weiterbildung eröffnet neue Aufstiegswege für Fachkräfte

(DJD). Wo Herausforderungen wachsen, entstehen oft auch neue Chancen. Das trifft in Deutschland auf kaum einen anderen Bereich so zu wie auf die Pflege. Bis zum Jahr 2050 wird die Zahl der Pflegebedürftigen von aktuell 5,6 Millionen auf rund 7,5 Millionen steigen. Entsprechend hoch ist der Bedarf an Menschen, die sich in der Pflege engagieren möchten.

Eines der krisensichersten Berufsfelder in Deutschland

Die Branche zählt damit zu den krisensichersten Berufsfeldern überhaupt und eröffnet engagierten Fachkräften vielfältige Aufstiegsmöglichkeiten. Wer bereits als Pflegefachkraft arbeitet, kann sich mit gezielten Weiterbildungen zur Führungskraft qualifizieren und beispielsweise in der

Pflegedienstleitung Verantwortung übernehmen und Karriere machen. Die meisten wollen und können für eine solche Qualifizierung ihren Beruf nicht aufgeben oder unterbrechen. Für sie gibt es spezielle Fernlehrgänge, mit denen sich Beruf und Weiterbildung vereinbaren lassen.

Weiterbildung zur Führungskraft: Große Flexibilität dank E-Learning

Berufsbegleitende und staatlich anerkannte Online-Fernlehrgänge zur Führungskraft in der Pflege werden beispielsweise von Curastep angeboten. Der große Vorteil des E-Learnings ist die zeitliche Flexibilität: Die Lehrgänge können neben dem Beruf absolviert werden, ohne dass man sich dafür freistellen lassen muss.

Da es keine Präsenzkurse vor Ort gibt, entfallen Fahrzeiten und Reisekosten. Die gewonnene Zeit kann für Familie, Freunde und den Job genutzt werden.

Das Lernpensum lässt sich am Laptop, Tablet, Smartphone oder mit den gedruckten Lehrunterlagen zu jeder Zeit, an jedem Ort und im persönlich angenehmen Tempo absolvieren. Unter www.curastep.de gibt es alle weiteren Informationen.

Pflegefachkräfte mit Berufserfahrung als Hauptzielgruppe der Fernlehrgänge

In den Fernlehrgängen kann man sich zur Wohnbereichsleitung, zur Pflegedienstleitung und zur Einrichtungsleitung qualifizieren.

Die Pflegedienstleitung beispielsweise umfasst die Organisation, Personalplanung und Qualitätsverantwortung ambulanter und stationärer Pflegeunternehmen. Absolventinnen und Absolventen erhalten nach erfolgreicher Teilnahme den sogenannten großen PDL-Schein.

„Attraktive Stellenangebote erreichen unsere Teilnehmenden bereits während der Weiterbildung“, erklärt Curastep-Gründerin Dr. Ina Hoppach. Die Hauptzielgruppe seien Menschen, die bereits Erfahrung in der Pflege gesammelt haben: „Die Mehrzahl unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind Pflegefachkräfte mit Berufserfahrung, die sich zu Führungskräften weiterbilden und im Bereich Pflege Karriere machen wollen“, so Dr. Hoppach.

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

Wärmepumpe im Altbau: Muss der Boden wirklich raus?

Die bessere Fußbodenheizung hängt an der Decke

(DJD). Wärmepumpen gelten heute als das klimafreundlichste Heizsystem für private Eigenheime. Sie arbeiten besonders effizient, wenn sie Wärme über große Flächen abgeben statt über klassische Radiatoren. Genau hier beginnt für viele Modernisierungswillige in einem Bestandshaus das Dilemma: Der nachträgliche Einbau einer Fußbodenheizung bedeutet, den bestehenden Bodenbelag zu opfern und den Estrich aufzubrechen. Nicht nur bei Parkett aus Echtholz, hochwertigen Naturstein- oder Fliesenbelägen und edlen Teppichböden kann das teuer werden.

Strahlungswärme von Wänden oder Decken

Was viele nicht wissen: Sanfte Strahlungswärme mit niedrigen Vorlauftemperaturen lässt sich über Wände oder Decken sogar besser erzeugen als über den Fußboden. Auch bieten Wand- oder Deckenheizungen gegenüber einer Fußbodenheizung weitere Vorteile – sie schaffen ein gesünderes Raumklima, mehr Behaglichkeit und arbeiten besonders energieeffizient. Holz und Teppichböden können nämlich dämmend wirken. Bei der Modernisierung bleiben vorhandene Böden völlig unangetastet.



Decken- oder Wandheizungen aus Lehm-Trockenbauplatten integrieren sich elegant in bestehende Räume. Vorhandene Bodenbeläge bleiben unberührt.

Foto: DJD/Naturbo

Modernisierung mit weniger Schmutz und Lärm

Als besonders praxistauglich erweisen sich Trockenbau-Elemente mit integrierten Heizrohren in Form von Lehm-Trockenbauplatten. Sie werden direkt oder auf Lattung auf Wand oder Decke montiert. Größere Eingriffe in die Bausubstanz sind meist nicht erforderlich. Unter www.naturbo.de finden Hausbesitzerinnen und -besitzer umfangreiche

Informationen zu solchen Lehmputz-Trockenbauplatten sowie praktische Anwendungsvideos und Schritt-für-Schritt-Anleitungen. So können geübte Heimwerker die Modernisierungsarbeiten auch selbst in die Hand nehmen. Die Informationen helfen dabei, den Aufwand realistisch einzuschätzen und unterschiedliche Einbausituationen besser zu planen.

Optimales Raumklima mit Lehm gleich eingebaut

Lehm als Baumaterial bietet zusätzliche Vorteile. Der rein mineralische Werkstoff reguliert die Luftfeuchtigkeit, indem er Wasser aufnimmt und wieder abgibt. Er speichert Wärme gut und kann sogar Luftschadstoffe binden. Für die Bewohnerinnen und Bewohner

bedeutet das ein Plus an Behaglichkeit und gesunde Innenraumluft – besonders Allergiker und empfindliche Menschen können aufatmen. Im Sommer unterstützt Lehm eine wirksame Kühlung.

Modernisieren ohne Reue

Der Umstieg auf eine Wärmepumpe muss also nicht mit dem Verzicht auf einen geliebten Bodenbelag einhergehen. Mit Wand- oder Decken-Flächenheizungen lässt sich moderne Heiztechnik behutsam in bestehende Wohnräume integrieren – ästhetisch, effizient und mit hohem Wohnkomfort. Für Eigentümer, die Wert auf Nachhaltigkeit und Wohnqualität legen, eröffnet diese Lösung einen unkomplizierten Weg in die Zukunft des Heizens.



Deckenheizungen mit Lehmputz-Trockenbauplatten sind ideal für den Umstieg auf eine Wärmepumpe im Eigenheim. Versierte Heimwerker können sie ohne weiteres selbst einbauen.

Foto: DJD/Naturbo



Kurz gefasst:

Wärmepumpen sind das klimafreundlichste Heizsystem im Eigenheim. Sie arbeiten besonders effizient mit Wärmeabgabe über große Flächen. Bei einer Modernisierung im Bestand lassen sich Fußbodenheizungen allerdings nur mit höherem Aufwand einbauen. Doch sanfte Strahlungswärme lässt sich auch über Wände oder Decken erzeugen – auch ohne den vorhandenen Bodenbelag zu opfern.

Als besonders praxistauglich erweisen sich Lehmputz-Trockenbauplatten mit integrierten Heizrohren. Sie können ohne größere Eingriffe in die Bausubstanz eingebaut werden. Unter www.naturbo.de gibt es dazu viele Informationen, Anwendungsvideos und Schritt-für-Schritt-Anleitungen. Ein weiterer Vorteil von Lehm: Der rein mineralische Werkstoff verbessert spürbar das Raumklima.

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

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohn-
wagen,** ☎ 03944 - 36160,
www.wm-aw.de Fa.

Frau Milli kauft: Pelze, Nerze aller
Art, Kleidung, Schreib- und Näh-
maschinen, Bilder, Porzellan, Leder-
und Lammfelljacken, Per-
ücken, Krüge, Münzen, Bernstein,
Silber aller Art, Silberbesteck, Alt-
und Bruchgold, Zahngold, Gold-
schmuck, Modeschmuck, Leder-
und Krokotaschen, Antiquitäten,
Messing, Gardinen, Möbel, Schall-
platten, Orden, Ferngläser, Puppen,
Briefmarken, Zinn, Bücher,
Bleikristall, Uhren, Teppiche,
Kompl. Nachlässe aus Haushalts-
auflösungen. Kostenlose Beratung
u. Wertschätzung. Zahle bar vor
Ort. Täglich: 07:30-21 Uhr, auch
am Wochenende.
☎ 069 - 59772692

Herr Eiffler kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold,
Zahngold, Goldschmuck, Mün-
zen, Briefmarken, Uhren, Per-
len, Modeschmuck, Bernsteins-
schmuck, Perücken, Puppen, Leder-
und Krokotaschen, Figuren,
Eisenbahnen, Ferngläser, Blei-
kristalle, Kleidung, Orden, Gobe-
lin, Messing, Bilder, Zinn, Silber-
besteck, Krüge, Teppiche, Por-
zellan, Schallplatten, Nähma-
schinen, Schreibmaschinen, Bü-
cher, Möbel, Gardinen, auch
Haushaltsauflösungen. Kosten-
lose Beratung und Anfahrt sowie
Werteinschätzung.
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, Fernglä-
ser, Perücken, Teppiche, Bilder, Öl-
gemälde, Möbel, Porzellan, Leder-
und Krokotaschen, Krüge, Mode-
schmuck, Gardinen, Puppen, Or-
den, Figuren, komplette Nachlässe
auch Haushaltsauflösungen, Alt-
gold, Bruchgold, Zahngold, Gold-
schmuck. 100% seriös und dis-
kret. Kostenlose Beratung und An-
fahrt sowie kostenlose Wertein-
schätzung. Zahle Bar und vor Ort.
Täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Ger-
ne auch am Wochenende.
☎ 069/25718443

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

Herr Zeiß kauft an
Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold,
Zahngold, Goldschmuck, Mün-
zen, Briefmarken, Uhren, Per-
len, Modeschmuck, Bernsteins-
schmuck, Perücken, Puppen, Leder-
und Krokotaschen, Figuren,
Eisenbahnen, Ferngläser, Blei-
kristalle, Kleidung, Orden, Gobe-
lin, Messing, Bilder, Zinn, Silber-
besteck, Krüge, Teppiche, Por-
zellan, Schallplatten, Nähma-
schinen, Schreibmaschinen, Bü-
cher, Möbel, Gardinen, auch
Haushaltsauflösungen. Kosten-
lose Beratung und Anfahrt sowie
Werteinschätzung.
Zahle absolute Höchstpreise!
100% seriös und diskret!
+++Barabwicklung vor Ort+++
Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr
☎ 06104 / 98 79 935

Bildschöne Sabine, 63 J., seit
kurzem verwitwet (Rentnerin), bin
e. ganz liebe, bodenständige Frau
mit e. tollen, schlanken Figur, bin
sehr vielseitig, zärtlich, romantisch
und treu, da ich keine Kinder habe
wohne ich ganz allein. Ich würde
Dich gerne mal zu mir einladen, da-
mit wir uns kennen lernen können.
pv Tel. 0160 - 7047289

Frau Steinbach kauft an,
Pelze und Lederjacken aller Art, alte
Nähmaschinen, Altgold, Bruchgold,
Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Brief-
marken, Handtaschen, Modeschmuck,
Bernstein, Schmuck, Perücken, Schall-
platten, Ferngläser, Krokotaschen,
Puppen, Taschenuhren, Armbanduhren,
Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder,
Orden, Kleidung, Gobelin, Silberbesteck,
Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreib-
maschinen, Gardinen, Möbel, Bücher,
Haushaltsauflösung, kostel. Beratung
und Anfahrt sowie Wertschätzung.
++ 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

**Frau Friedrich sucht
und kauft**
Pelze, Zinn aller Art, Alt- u. Bruch-
gold, Zahngold, Goldschmuck,
Haushaltsauflösungen, Blei-
kristalle, 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 Wertschätzung.
Zahle Höchstpreise, 100%
diskret, Barabwicklung vor Ort.
Mo.-So. 7.30-21.00 Uhr
Tel. 069 - 34 87 58 42

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Als Beilage in Teilen dieser
Ausgabe:

Ahorn Apotheke
Mörfelden-Walldorf,
ALDI, Bahnhof Apotheke
Mörfelden-Walldorf,
Edeka, Expert Klein,
Garten Apotheke Langen,
Getränke Gotta, Globus,
HIT, KFC, Lidl, Möbel Roller,
Nahkauf, Netto, Nordsee,
Norma, Penny, POCO,
Polster Aktuell, Rossmann,
toom Baumarkt, XXXLutz,
Zimmermann

Ida kauft an:

Pelze aller Art. Zahle bis zu 5000€. Leder-
jacken, Bilder, Bruchgold, Altgold,
Zahngold, Bernsteine, Ferngläser, Blei-
kristall, Tischdecken, Gardinen, Porzellan,
Gold- u. Silbermünzen, Gemälde, Tas-
chenuhren, Armbanduhren, Schmuck,
Perlen, Briefmarken, Perücken, Figuren,
Modeschmuck, Eisenbahnen, Schall-
platten, Bücher, Silberbesteck, Vorhän-
ge, Abendgarderobe, Teppiche, alte
Möbel, Nähmaschine, Schreibmaschine,
Puppen, Kleidung, Zinn, Orden, Gobelin,
Messing, Bilder, Krüge, Krokotaschen,
Markentaschen.
Kostenlose Hausbesuche und kosten-
lose Wertschätzung. Zahle absolute
Höchstpreise. 100% seriös und diskret.
Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr
erreichbar 0178 / 46 12 931

**Kaufe Wohnmobile & Wohnwa-
gen, Zustand egal auch mit Män-
gel Tel. 0174/6004673**

Bildschöne Johanna, 74 J., mit
zierlicher Figur, bin eine sympathi-
sche, ruhige Witwe, sauber und or-
dentlich, nach dem schmerzhaften
Verlust meines Mannes suche ich
pv einen zuverlässigen Partner bis
ca. 80 J. Das Alleinsein macht mir
sehr zu schaffen, mir fehlt die täg-
liche Ansprache, habe ein Auto u.
würde am liebsten zusammenzie-
hen Tel. 0160 - 97541357

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: 670.177

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 Iserborjer, 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
Routinaufgaben.

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

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

PKFZ BAR ANKAUF

Alle Fahrzeuge

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

Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)

Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.

☎ 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

TIERE DER WOCHE



Grafik: freepik



OKI

Oki wünscht sich wieder bei einer Familie zu Leben, wer erfüllt ihn den Wunsch? Er sucht eine Endpflegestelle.

Rasse: Schäferhund Collie Mischling
Geburtsjahr: 09.2015
Geschlecht: männlich
Größe: mittelgroß bis groß
kastriert: ja

Oki, der nicht mehr ganz so junge Rüde, kennt das Leben in einem Haushalt, denn er wurde vor vielen Jahren im Welpenalter von uns vermittelt. Sein Frauchen ist leider erkrankt und kann sich nicht mehr um ihn kümmern. Deshalb ist Oki wieder bei uns gelandet.

Er ist nett und geht prima an der Leine. Da er nicht kastriert ist, kann es schon mal vorkommen, dass Artgenossen auf ihn reagieren. Es ist dann auch nicht auszuschließen, dass Oki entsprechend Kontra gibt.

Wir gehen mit ihm in der Gruppe spazieren, aber vermitteln möchten wir ihn als Einzelhund.

Oki braucht ein ebenerdiges zu Hause. Auf seinem Wunschzettel würde bestimmt der Wunsch „Garten“ zu finden sein, wäre aber kein muss.

Wir hoffen, dass der Kuschelbär bald wieder ein schönes Zuhause findet, damit er in seinem Seniorenalter die Kuscheleinheiten in vollen Zügen genießen kann.

Kontakt:
 Hunde@tierherberge-egelsbach.de, Telefon 06103 – 49336 Foto: TE

Tierherberge Egelsbach | <https://tierherberge-egelsbach.de>
 Tel. 06103-49336 | E-Mail: hunde@tierherberge-egelsbach.de



PINO

TSV SELIGENSTADT (PM). Pino ein lieber Schweinchen-Opi

Das Glatthaar-Meerschweinchen Pino wurde beim TSV abgegeben, nachdem man es aus unschöner Haltung geholt hatte. Leider konnten die lieben Menschen Pino nicht selbst behalten und haben sich deswegen an den Tierschutzverein gewandt.

Sein Alter von ca. 6 Jahren sieht und vor allem merkt man dem hübschen silber-grauen-agouti

Mann nicht an. Er ist fit und genießt das Schweinchen-Leben. Am liebsten beobachtet er das Geschehen um ihn herum aus seinem Heu-Bad heraus.

Charakterlich ist er ein lieber und ausgeglichener Kerl, von dem auch jüngere Schweinchen noch viel lernen können. Pino ist bereit zum Auszug zu einem oder mehreren Mädels.

Mehr Informationen über Pino erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. Fotos: TSV

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

MARCEL



Marcel wurde von seinem Besitzer abgegeben weil er keine Zeit mehr hatte.

Er ist offen den Menschen gegenüber – liebt Kinder sehr. Mit anderen Hunden hat er keine Probleme – auch nicht mit Katzen.

Er ist geimpft, gechippt und kastriert. Marcel ist 1 Jahr alt, ist 40 cm groß und wiegt 10 kg. Foto: HTB

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

KFZ-ANKAUF

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

PKW BUSSE GELÄNDEWAGEN WOHNMOBIL UNFALLWAGEN MOTORRAD

ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag – Sonntag)!

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

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

120 km Draht und Gitter

1900 Türen und Tore am Lager

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**

Bei dir liegt Sparen im Trend?

SALE

bis **-70%**



19%¹⁾ MwSt.

Entspricht
einem
Nachlass von
15,96%

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 10.01.2026 bis 13.01.2026. 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**

60388 Frankfurt am Main, Borsigallee 39

mömax