

mein süd hessen

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

7. März 2026

Das Leben in und um Offenbach, Auflage 42.600

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



mein süd hessen
auf Facebook



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

mein süd hessen
auf Instagram

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



EGRO
Direktwerbung GmbH

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

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



Entlang des Feuchtwanger Karpfenradwegs reihen sich Teiche an
Teiche – perfekte Orte für kleine Auszeiten.
Mehr auf Seite 2.

Foto: DJD/Touristinformation Feuchtwangen/Andreas Strunz

Tour der Teiche

Feuchtwangen: Wo Karpfenzucht und Fachwerkidylle eine Region formen

Tour der Teiche

Feuchtwangen: Wo Karpfenzucht und Fachwerkidylle eine Region formen

(DJD). Karpfenteiche glitzern im Sonnenlicht, Schilf raschelt im Wind und irgendwo zieht ein Reiher seine Bahn: Rund um das mittel-fränkische Feuchtwangen gleiten Radfans durch eine Landschaft, in der sich Teich an Teich reiht. Wer hier unterwegs ist, spürt schnell, wie der Alltag zurückbleibt.

Teiche über Teiche

Rund 50 Kilometer lang schlängelt sich der Feuchtwanger Karpfenrad-

weg durch das Umland der Stadt. Die Rundtour startet im Zentrum der mittelalterlichen Altstadt am Feuchtwanger Marktplatz, der als „Festsaal Frankens“ bekannt ist. Bevor man sich aufs Rad schwingt, lohnt es sich, hier noch einmal um den Röhrenbrunnen zu wandeln und den Blick über die Häuser schweifen zu lassen: Wohin das Auge schaut, wird es liebevoll restaurierte Fassaden und Fachwerksbauten sehen. Hat man die Stadt kurz darauf verlassen, taucht man

alsbald in eine stille, wasserreiche Kulturlandschaft ein. Seit Jahrhunderten vom Menschen geprägt, aber nie überformt, zeugen zahlreiche Teiche von einer langen Tradition der fränkischen Teichwirtschaft. Auf dem Weg nach Bechhofen, das ungefähr auf der Hälfte des Rundwegs liegt, laden schnuckelige Ortschaften und gemütliche Lokale zu Stopps ein. Der Weg führt größtenteils über geteerte Nebenstraßen und Flurbereinigungswege, zum Teil über geschotterte Waldwege.

Tipp: Im Frühjahr und Sommer lassen sich die Karpfen in den Teichen beobachten. Im Herbst landen sie dann als regionale Delikatessen in vielen Gastronomiebetrieben auf den Tellern.

Westroute und eine Ostroute, weswegen man die Strecke auch gut als Rundtour planen kann. Die westliche Tour führt durch eine von der Altmühl geprägte Landschaft. Im Osten geht es durch kleine Dörfer und vorbei an Wehrlandschaften. Wer nach Dinkelsbühl möchte, kann auch den Radweg Romantische Straße wählen. Dieser Fernradweg erstreckt sich über 500 Kilometer vom Main bis zu den Alpen. Von Feuchtwangen aus nach Süden führt die Strecke nach Dinkelsbühl, nördlich geht es nach Rothenburg ob der Tauber. Beide Strecken bieten sich für Tagestrips an.

Abwechslung auf dem Rad

Wer einen längeren Rad-Aufenthalt in Feuchtwangen plant, findet unter www.tourismus-feuchtwangen.de weitere Routen. So gibt es neben dem Feuchtwanger Karpfenradweg beispielsweise den Fränkischen Karpfenradweg. Dieser führt auf fast 200 Kilometern von Dinkelsbühl nach Diethenhofen. Zwischen Feuchtwangen und Diethenhofen gibt es zwei Touren, eine



Vor oder nach der Radtour lohnt sich ein Gang durch Feuchtwangen.

Foto: DJD/Touristinformation Feuchtwangen/Romantisches Franken/Trykowski

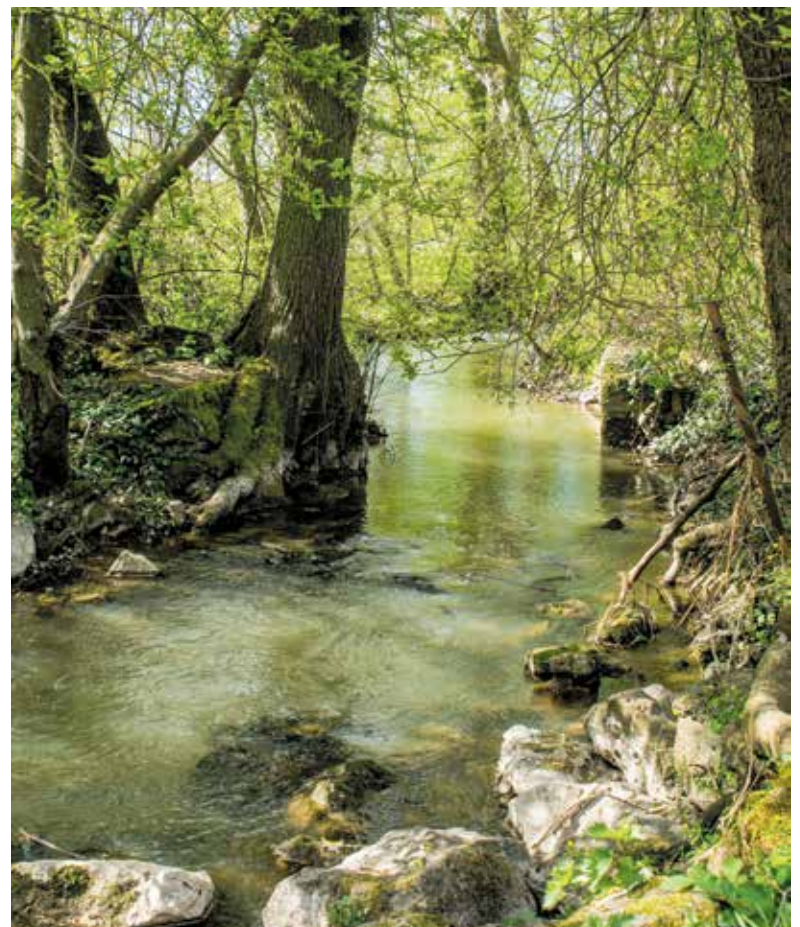
ANZEIGE

Fit und gesund durchs Kita-Jahr

Das Kita-Jahr hat viele neue Begegnungen für Kinder bereit. Für Eltern sind damit aber auch neue gesundheitliche Herausforderungen verbunden. Jede Jahreszeit birgt unterschiedliche Risiken und Fragen rund um Gesundheit und Vorsorge. Gerade bei Krankheiten, die plötzlich auftreten und schwer verlaufen können, wie Meningokokken-Erkrankungen, ist deshalb ein rechtzeitiger Impfschutz entscheidend. Meningokokken-Erkrankungen stellen insbesondere für Säuglinge und Kleinkinder eine ernsthafte Bedrohung dar, da deren Immunsystem noch in der Entwicklung ist. Das Tückische ist, dass die Erkrankung sehr plötzlich beginnt und aufgrund der anfangs grippeähnlichen Symptome, wie Kopfschmerzen und Fieber, in vielen Fällen erst spät diagnostiziert wird. Meningokokken-Erkrankungen können jedoch innerhalb weniger Stunden lebensbedrohlich werden und zu schwerwiegenden Folgen wie Hörverlust, neurologischen Schäden, Amputationen oder sogar zum Tod führen. Deshalb

ist ein frühzeitiger Schutz so wichtig. Gegen Meningokokken werden Impfungen empfohlen: die Meningokokken-B-Impfung frühestmöglich ab zwei Monaten und als Nachholimpfung bis zum 5. Geburtstag – abgerechnet über die Versicherungskarte. Kinderärztinnen und -ärzte beraten gerne zu allen von der STIKO empfohlenen Meningokokken-Impfungen.

Mit freundlicher Unterstützung von GSK. NP-DE-MNU-PRSR-260001; 02/26



Manche der Radwege führen entlang idyllischer Auen.

Foto: DJD/TI Feuchtwangen/Christoph Bender

Der Schutz für alle Notfälle

Mehr Sicherheit durch Alarmanlagen, die mit einer Notrufzentrale verbunden sind

(DJD). Um sein Zuhause zu schützen und zu überwachen, gibt es heute eine große Auswahl an Überwachungskameras, die per App gesteuert werden können. Am Smartphone kann man dann jederzeit sehen, was in der Wohnung oder rund ums Haus gerade los ist. Wer allerdings sicher sein will, dass bei jeder Art von Notfällen - Einbruch, Brand oder medizinische Ausnahmesituation - sofort jemand richtig handelt, sollte auf Kameras setzen, die zusätzlich zur eigenen App auch mit einer Notruf- und Serviceleitstelle verbunden sind.

Sicherheitslücken, wenn die Kameras nur mit einer App verbunden sind



Um sein Zuhause zu schützen, gibt es eine große Auswahl an Überwachungskameras, die per App gesteuert werden können. Noch mehr Sicherheit bieten Systeme, deren Kameras mit einer Notruf- und Serviceleitstelle verbunden sind.

Foto: DJD/www.verisure.de

Einbrecher beispielsweise bevorzugen Objekte, in denen sie niemanden antreffen. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Bewohner und Bewohnerinnen gerade beim Einkaufen sind oder in der Ferne Urlaub ma-

chen. Wenn die Kameras per App mit dem Smartphone verbunden sind, erhält man eine Nachricht, sobald ein Bewegungsmelder etwas registriert. Nun kann man in Echtzeit sehen, was passiert, und

gegebenenfalls die Polizei verständigen. Ein solches System hat zwei Sicherheitslücken: Man muss zum einen im entscheidenden Augenblick tatsächlich in der Nähe seines Smartphones sein, auch Funklöcher können verhindern, dass eine Nachricht sofort auf dem Handy aufplopt. Zum anderen aber kann man selbst dann, wenn man die Nachricht erhält, oftmals nicht sofort die notwendigen Maßnahmen ergreifen oder veranlassen.

Dreifachschutz dank Kameras, auf die eine Notruf- und Serviceleitstelle Zugriff hat

Um sicher zu sein, dass bei allen Arten von Notfällen sofort jemand handelt, eignen sich Kameras, die zusätzlich zur eigenen App auch mit einer Notruf- und Serviceleitstelle verbunden sind. Dort passen Profis rund um die Uhr auf und reagieren umgehend. Im Falle eines Alarms nutzen sie die Überwa-

chungskameras, um die Situation zu verifizieren, und rufen die erforderlichen Rettungskräfte. Das moderne Alarmsystem von Verisure etwa bietet einen Dreifachschutz: 1. Der Einbruchschutz schreckt in verschiedenen Eskalationsstufen die Täter ab und schlägt sie in der Regel in die Flucht. 2. Die Rauchmelder sind mit der Notruf- und Serviceleitstelle verbunden und sorgen für Brandschutz rund um die Uhr. 3. Bei Herzinfarkt und Schlaganfall etwa kommt es auf Sekunden an. Durch Drücken der Notfalltaste oder der SOS-Taste in der App erreicht man die Notruf- und Serviceleitstelle, die umgehend den Rettungsdienst alarmiert. Mehr Infos: www.verisure.de. Auf der Website kann man einen kostenlosen Sicherheitscheck buchen, die Experten installieren bei Bedarf das passende Alarmsystem. Die Privatsphäre bleibt jederzeit gewahrt: Die Profis in der Leitstelle haben nur im Alarmfall Zugriff auf die Kameras.

Goldhaus Obertshausen

VERTRAUEN IST GOLD WERT

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

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

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

 rechts von der Kirche vor dem Pfarrhaus



Vertrauen ist Gold wert - besonders, bei Erbstücken und Schmuck.

Ich bin Holger Honig, Inhaber des Goldhaus Obertshausen

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

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

Goldhaus Obertshausen - fair, seriös und persönlich.

Holger Honig



Marc Schrott

Fachapotheker für Allgemeinpharmazie

Wie entsteht Husten? (1)

Husten ist eine Abwehrreaktion und entsteht gesteuert als Reiz im Hirn oder lokal ausgelöst in den Bronchien. Das Hustenzentrum im Gehirn ist über Nervenbahnen direkt mit der Bauch- und Rippenmuskulatur sowie Kehlkopf und Zwerchfell verbunden. Das Ganze ist wichtig, um zu verstehen, wie die Hustenstiller wirken. Bei einem Fremdkörperkontakt, wie Rauch, Staub, Magensaft, Pollen oder auch Krankheitserreger kommt es zu einem Hustenreflex.

Dieser soll den Erreger oder den unerwünschten Stoff über die sogenannten Flimmerhärchen oder auch Zilien abtransportieren. Diese kleinen Haare sind überall vorhanden, wo der Körper äußere Reize und Schleime damit entfernt oder z. B. in den Hoden auch Spermien transportiert. Für das Infektionsgeschehen sind sie in Nase, Ohren, Kehlkopf, Luftröhre und

Bronchien wichtig. Bei einem viralen Schnupfen kann man nur die Symptome lindern und die Zilien aktivieren, um die Viren schneller auszuschleusen. Ein bakteriell ausgelöster Husten hingegen ist gut mit Antibiotika behandelbar.

Der Unterschied lässt sich an der Schleimfarbe und der Zähigkeit sehen. Der Virusschleim ist klar und maximal weißlich. Der Bakterielle ist gelblich-grün eventuell sogar eitrig. Beim Virus spürt man eine stetige Verbesserung nach 2-3 Tagen. Der bakterielle Husten verschlechtert sich am 2. oder 3. Tag und kann hohes Fieber mitbringen. Mehr zum Thema lesen sie nächste Woche.

E-Rezepte aus der Region am gleichen Tag geliefert bekommen: Einfach apothekeprime als App herunterladen, Gesundheitskarte an das Handy halten und wir kümmern



uns umgehend um die Belieferung! Bleib daheim mit Apotheke prime. Bei Rückfragen erreichen Sie uns unter 06171 9161 444.

Ihr
Marc Schrott
Fachapotheker
für Allgemeinpharmazie

Der neue Podcast:
www.apothekeprime.de/podcast



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

Gesundheit

ANZEIGE

Schlechter Schlaf, Reizbarkeit, Erschöpfung

Kann das ein **versteckter Magnesiummangel** sein?

Wer sich tagsüber erschöpft fühlt und auch nachts keinen erholsamen Schlaf findet, sucht die Ursache meist im stressigen Alltag. Doch manchmal fehlt dem Körper ein wichtiges Puzzlestück – Magnesium! Ist der Körper nicht ausreichend versorgt, reagieren Nerven empfindlicher, Muskeln verspannen leichter und der Körper findet nachts schwer zur Ruhe – ein echter Teufelskreis! Gleichzeitig liefern verarbeitete Lebensmittel weniger Magnesium, während Stress, Koffein oder bestimmte Medikamente den Bedarf erhöhen.

Magnesium – Basis für Ruhe, Entspannung und Regeneration

Gerade deshalb lohnt sich ein Blick darauf, wie wichtig Magnesium für unsere Erholung ist – tagsüber wie nachts: Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei und bildet damit die Grundlage dafür, Stressreaktionen besser zu regulieren. Gleichzeitig unterstützt das Mineral eine normale Muskelfunktion, was nächtliche Unruhe durch Verspannungen reduzieren kann. Magnesium



trägt außerdem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung sowie zu einer normalen psychischen Funktion bei.

Auf die richtige Kombination kommt es an

Doch Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Besonders empfehlenswert sind Kombinationen verschiedener Verbindungen. Hochwertiges Magnesiumbis-



glycinat überzeugt beispielsweise durch eine hohe Bioverfügbarkeit, wird also vom Körper besonders gut aufgenommen.

Im neuen Baldriparan Magnesium Plus (Apotheke) wurden Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid gezielt kombiniert – ergänzt um das gewisse Plus in Form von Melatonin, das dazu beiträgt, die Einschlafzeit zu verkürzen. So entsteht eine ausgewogene Formel, die den Körper dabei unterstützt, abends besser zur Ruhe zu finden und erholter in den neuen Tag zu starten.¹

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





STEINTEPPICH – FÜR INNEN & AUSSEN



SCHNELLE UND SAUBERE VERLEGUNG

Unser erfahrenes Team sorgt für eine schnelle, saubere und präzise Verlegung – ganz ohne viel Staub und Lärm.



**Bautenschutz
Seeger**

Franz-Werfel-Straße 9,
60431 Frankfurt am Main
Tel. 069/15392741 oder 0178/2025694
E-Mail: bautenschutz-seeger@web.de

Drainage & Trockenlegung



Wir bieten professionelle Drainage-Lösungen für Ihr Bauprojekt an, um Feuchtigkeitsschäden effektiv zu verhindern. Unsere Leistungen umfassen die Planung und Installation von Drainagesystemen rund um Alt- und Neubauten, die fachgerechte Ableitung von Oberflächen- und Grundwasser sowie die Sanierung bestehender Drainagen. Mit unseren maßgeschneiderten Lösungen schützen wir Ihr Gebäude langfristig vor Feuchtigkeit und sorgen für trockene, stabile Fundamente.

Trocken von Grund auf – Feuchtigkeit hat keine Chance!



Mauerwerksinjektion
Einbringen von Injektionsmitteln
(z. B. Silikonharze, Paraffine, Acrylate)
Verhinderung aufsteigender Feuchtigkeit
Nachträgliche Abdichtung
alter Gebäude



Professionelle Steinreinigung



FUGENVERSIEGELUNG GEGEN UNKRAUT – EFFEKTIV UND NACHHALTIG

Aktionstage

SAMSTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
7 März	9 März	10 März	11 März	12 März	13 März	14 März

**Die ersten 30 Anrufer erhalten einen
Gutschein im Wert von 300,00€
Bis 100 KM kostenlose Probe und Beratung**



Bautenschutz

Seeger

Bundesweit für Sie im Einsatz

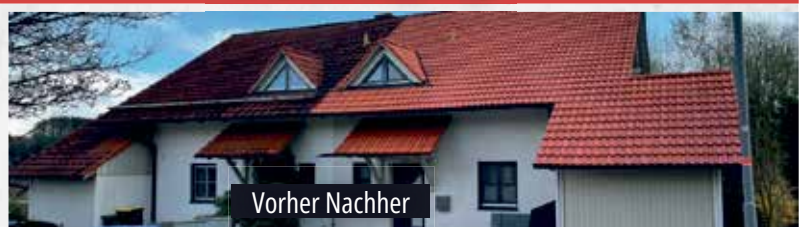
TRADITIONELLES HANDWERK-MODERNE LÖSUNGEN



PERFECTE LÖSUNG FÜR DAUERHAFT GEFUGTE FLÄCHEN

Vorher Nachher

Dachreinigung



Vorher Nachher

STEINREINIGUNG ALLER ART- FASSADENREINIGUNG MIT LANGZEITSCHUTZ
DACHREINIGUNG & BESCHICHTUNG- VERFUGUNG



Kostenloses & unverbindliches
Angebot anfordern

DACHREINIGUNG VOM FACHMANN Wir lassen Ihre Dachziegel wieder glänzen!
Umweltschonend und ohne Chemie! Imprägnierung & Beschichtung

PREMIUM KUNSTHARZ NEUVERFUGUNG



**DAUERHAFT UNKRAUTFREIE
& SAUBERE FLÄCHEN.**

Kunstharzfuge

Steinreinigung

DIE VORTEILE EINER KUNSTHARZVERFUGUNG - KEIN UNKRAUT MEHR IN DEN FUGEN
WITTERUNGSBESTÄNDIG - BELASTBAR 3,5 TONNEN bis 7,5 TONNEN

KIND DAHEIM - Apotheke prime

Ihre Apotheker aus der Region!
Jetzt bequem mit der APP das eRezept einlösen!

KOSTENLOSE Service-Hotline
☎ 06171 9161 444

bestellung@apothekeprime.de

www.apothekeprime.de



www.krebsranke-kinder-darmstadt.de

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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



www.rheinmainverlag.de – Ihre Onlinezeitung



Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 09

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

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

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



Frühjahrskur für die Schönheit

Mit den richtigen Nährstoffen Haut, Haare und Nägel von innen stärken

(DJD). Fahle Haut, brüchige Nägel, strapazierte Haare: Im Frühling zeigen sich oft die Auswirkungen von winterlichen Ernährungsünden, Licht- und Bewegungsmangel. Dann lässt sich einiges tun, um die Schönheit wieder erblühen zu lassen. Von außen bringt viel Bewegung im Freien Frische und Farbe zurück, ein Ganzkörperpeeling entfernt Hautschüppchen, die Mähne freut sich über eine regenerierende Haarkur. Gesundes und strahlendes Aussehen kommt aber immer auch von innen – und lässt sich zum Beispiel durch eine Frühjahrskur mit Kieselsäure-Gel aktiv unterstützen.

Silizium für mehr Kraft und Elastizität

Der zentrale Bestandteil von Kieselsäure-Gel ist Silizium, das nach Sauerstoff zweithäufigste Element der Erde. Im menschlichen Körper



Die schönste Visitenkarte: gesundes Haar, strahlende Haut und feste Fingernägel.

Foto: DJD/Hübner/Getty Images/Westend61

erfüllt es eine wichtige Aufgabe beim Aufbau von fundamentalen Strukturproteinen des Bindegewebes wie Kollagen und Elastin. So unterstützt es vitales Haar und starke Nägel und fördert ein elastisches, straffes Bindegewebe. Optimal für eine Frühjahrskur von innen geeignet ist es in Form von Kieselsäure-

Gel, da diese feinstverteilte, gelatige Verbindung aus Siliziumdioxid und Wasser eine besonders gute Aufnahme im Körper ermöglicht. Die regelmäßige Einnahme, etwa mit hübner Haut Haare Nägel + Bindegewebe, kann Studien zufolge den Aufbau und Feuchtigkeitshaushalt des Bindegewebes unterstützen sowie positive Effekte auf die Haardicke und Bruchfestigkeit von Nägeln zeigen. Empfohlen wird eine zwölfwöchige Kur, mehr dazu

auch unter www.huebner-vital.com. Denn Nägel und Haare wachsen langsam und brauchen daher etwas Zeit zur Regeneration.

Viel Wasser und vitaminreiche Kost

Da gerade die Haut nach dem Winter oft ausgetrocknet ist, fördert zusätzlich reichliches Trinken die Schönheit von innen. Täglich zwei bis drei Liter Wasser oder entschlackende Kräutertees etwa mit Brennnessel oder Löwenzahn füllen die Speicher auf und können helfen, Giftstoffe auszuschwemmen. Außerdem sollte man im Frühling das steigende Angebot an frischen Lebensmitteln nutzen, um dem Körper einen Nährstoffschub mit Vitaminen und Antioxidantien zu gönnen. Rhabarber und Spargel, Bärlauch und Frühlingszwiebeln, Feldsalat und Spinat haben jetzt Saison und schmecken einfach köstlich.

So trinkt Deutschland seinen Kaffee

Studie: Der Osten konsumiert mehr Koffein als der Süden

(DJD). Dass sehr viele Menschen echte Kaffeeliebhaber sind, ist unbestritten. Eine aktuelle repräsentative Umfrage zeigt, dass insgesamt 92 Prozent der Deutschen das schwarze Heißgetränk gerne trinken, davon 68 Prozent täglich. Es gibt jedoch regionale Unterschiede in der Verteilung und den Vorlieben.

Im Süden sind es am wenigsten

Für die Kaffeestudie von Aral wurden 1.100 Menschen im Alter von 18 bis 75 Jahren im Rahmen der repräsentativen Online-Befragung im i:omnibus von Ipsos Observer befragt. Es wurde deutlich: Die Menschen im Osten Deutschlands sind dem schwarzen Heißgetränk noch stärker zugetan als jene im Süden der Republik. 73 Prozent der Menschen in den östlichen Bundesländern trinken täglich Kaffee, im Süden dagegen nur 64 Prozent. Bei der Zubereitung zeigt sich Deutschland insgesamt vielseitig: 38 Prozent bevorzugen Vollmilch als Ergänzung, 26 Prozent fettar-



Gerade unterwegs ist Kaffee beliebt: ob bei langen Autofahrten oder bei der Pause mit der Arbeitskollegin.

Foto: DJD/Aral

me Milch und 25 Prozent trinken ihren Kaffee schwarz. Pflanzliche Alternativen wie Hafer- oder Sojamilch sind vor allem bei Jüngeren im Trend. Jeder Vierte unter 35 Jahren nutzt sie regelmäßig. Zucker kommt dagegen immer seltener in

die Tasse: 60 Prozent verzichten ganz darauf, Männer süßen häufiger als Frauen.

Coffee-to-go ist ebenfalls beliebt

Die meisten Kaffeetrinker kommen auf zwei bis drei Tassen pro Tag, fast ein Drittel auf vier oder mehr: eine Tasse nach dem Aufstehen, eine am Vormittag und nach dem Mittagessen auch gern noch mal

einen Koffeinschub. Auffällig ist, dass der tägliche Kaffeekonsum mit dem Alter zunimmt. Doch erstmals seit Jahren greifen auch wieder mehr Menschen im Alter unter 35 Jahren regelmäßig zur Tasse. Beliebt sind Cappuccino, Café Crema und Milchkaffee sowie der klassische Filterkaffee. Mehr als 40 Prozent der Menschen holen sich auch gern unterwegs ihre Dosis Koffein. Sehr oft wird dafür an einer Tankstelle Halt gemacht. Mit mehr als 2.400 Verkaufsstellen und über 30 Millionen verkauften Kaffees pro Jahr allein an den unternehmenseigenen Tankstellen ist Aral eigenen Angaben zufolge der größte Coffee-to-go-Anbieter in Deutschland.

Wichtiger Bestandteil des Tages

Bleibt der gewohnte Koffein-Kick einmal aus, kann es ungemütlich werden. Rund jeder Zehnte sagt über sich selbst, dass ein Kaffeeverzicht schlechte Folgen für seine Mitmenschen habe. Zwölf Prozent geben sogar an, ohne den heißen Wachmacher mit Entzugserscheinungen kämpfen zu müssen.

Bares für Wahres! Antik & Co.

SAMSTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
7	9	10	11	12	13	14
März	März	März	März	März	März	März

JETZT ANRUFEN & TERMIN SICHERN

oder besuchen Sie unseren Stand!

DIE EINMALIGE AKTION DES JAHRES!

Antik & Co. KAUFT JETZT AN!

Experten sind vor Ort!
Ankauf & Bewertung kostenlos!

RUNDUM ANTIQUITÄTEN
Transparente Abwicklung, seriöser
Ankauf u. sofortige **Barzahlung**



Kurt Schäfer
Sachverständiger
und Buchautor

**KOSTENLOSE BEWERTUNG
UND BERATUNG**
im Umkreis vom **100km**

Besuchen Sie uns an unerm Stand – bringen Sie Ihre Antiquitäten, Erbstücke oder besondere Fundstücke mit.

Wir bewerten kostenlos Ihre Schätze, Unverbindlich!

Sie möchten sich von einem Stück trennen?

Kein Problem – wir kaufen direkt vor Ort an und machen Ihnen ein faires Angebot.

Antik & Co. kauft an:

- Edelmetalle
- Silberbestecke etc.
- Armband u. Taschenuhren
- Bronzefiguren
- Porzellan
- Skulpturen
- Nerz-/Pelzmäntel
- Gemälde
- Teppiche

- Trachtenmode
- Trachtenschmuck
- Krüge
- Geschirr
- Handtaschen
- Antiquitäten / Möbel
- Standuhren
- Klaviere + Flügel
- Instrumente
- Zinn
- Militaria



3 Gründe warum Sie zu uns kommen sollten!

- 1) langjährige Erfahrung in 3. Generation
- 2) kostenlose Schätzung vor Ort
- 3) sofortige Barauszahlung - fair und marktgerecht



Wir schätzen Ihre
Antiquitäten
kostenlos, auch vor Ort.
Hausbesuche nach
telefonischer Absprache,
innerhalb der Aktionszeit
(100 km Umkreis)



**Designer-
taschen
aller Art**

Nutzen Sie jetzt Ihre Chance,
und bieten uns alles an!

Zahlen bis zu
12.000€ für Pelze

**Wir zahlen für Gold
Höchstpreise bis zu
(150,00€ / Gramm)**

Pelze nur in Verbindung mit Gold

Parkgebühren werden vom Veranstalter übernommen!

Inhaber: Santino Seeger

Steinstraße 7-9 (neben der Post) - 64807 Dieburg
Telefon: 06071 96 999 36 Mobil: 0163 495 6727

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

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

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

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

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**

ANZEIGEN

Tel. 06104 66720-40

E-Mail: info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH

Bieberer Straße 137 | 63179 Obertshausen

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, Gobelins, 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

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, Gobelins, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreibmaschinen, 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 Krämer sucht alte Schätze und Antiquitäten jeglicher Art:

Näh- und Schreibmaschinen, Massivholzmöbel, Sammeltassen, Schallplatten, Cd's, Briefmarken, Pelze, Kleidung, Taschen, Silberbesteck, Zinn, Bleikristall, Modeschmuck, Goldschmuck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Uhren, Münzen, Perlen, Bernstein, Bobelins, Teppiche, Orden, Kameras, Ferngläser, Puppen, Krüge, Konvolute, Komplette Nachlässe & Haushaltsauflösungen. Kostenlos & unverbindlich. Barabwicklung vor Ort! Telefon: 0178 - 39 13 840

Ida 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, Gobelins, Messing, Bilder, Krüge, Krokotaschen, Markentaschen.

Kostenlose Hausbesuche und kostenlose Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr erreichbar 0178 / 46 12 931

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

SIE sucht IHN

Bildschöne zierliche Gerlinde, 73 J., seit einem Jahr verwitwet, ehem. Hauswirtschafterin, bin sehr vielseitig, häuslich, romantisch und treu, da ich keine Kinder habe wohne ich ganz allein u. fühle mich oft sehr einsam. Ich wünsche mir pv noch mal einen netten Mann, der es ehrlich mit mir meint! Tel. 0151 - 62903590

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

**DRAHT
WEISSBÄCKER**

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

www.draht-weissbaecker.de

E-Mail: draht@weissbaecker.de

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

PKFZ 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

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 Routineaufgaben.

Layout, Satz, Anzeigensatz und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen - Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Gesamtpreisliste Nr. 43, gültig ab 01. Januar 2026. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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

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

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

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



CHARLY

TINO(PM). Der im April 2015 geborene Rentner Charly ist auf der Suche nach dem großen Glück. In jungen Jahren war Charly, unkastrierter Dackel, sicher ein Herzensbrecher, der gerne um die Häuser zog. Jetzt ist Charly im Ruhestand. Man kennt sie, die älteren Herren, die zwar immer noch posend durch die Gegend laufen, in Wirklichkeit aber ein weiches Sofa, gutes Essen und Ruhe viel mehr lieben als den feuchtfrohlichen Abend mit Kumpels. So einer ist Charly. Charly ist ein lieber Kerl, der noch gerne spazieren geht, aber auch gerne unter seinem Deckchen vor dem Fernseher liegt. Charly ist nett zu Menschen (auch zu kleinen) und zu Hunden. Am liebsten ist Charly dabei, sitzt dabei zu den Füßen seiner Familie oder auch auf dem Schoß. Wie Charly sein bisheriges Leben verbracht hat weiß man bei Tiere in Not Odenwald nicht genau, er schließt sich auf jeden Fall schnell an. Einige Dinge müssen sicher noch mit Charly geübt werden, zum Bei-

spiel das Alleine Bleiben. Das Zuhause für die zweite Lebenshälfte von Charly sollte ein ähnliches Leben bevorzugen - das würde ihm sicher gut gefallen. Typen wie Charly sind im Tierheim Alltag schnell überfordert - deshalb wünscht sich das ganze Team von Tiere in Not Odenwald, dass er schnell das Herz eines Dackel-Fans erobert, der mit ihm gemeinsam am Sonntagabend den Tatort schaut. Super wäre ein eher ruhiges Zuhause in Tierheim Nähe, denn Charly war ein wenig nachlässig, was die Zahnarztbesuche in den letzten Jahren anging - da steht noch eine Sanierung an. Wenn Sie einmal CHARLY kennenlernen möchten, können Sie sich an das TINO-Büro unter 06063/939848 wenden oder sich vorab auf www.tiere-in-not-odenwald.de informieren. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass aufgrund der derzeitigen Situation ein Kennenlernen nur nach einer telefonischen Absprache erfolgt.

Foto: TINO

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

VIVI

TSV SELIGENSTADT (PM). Vivi ist auf der Suche nach ihrem endgültigen Zuhause. Die kleine Vivi ist eine bezaubernde kleine Hundedame, sie ist 5 Monate alt und nun bereit, in ihr eigenes liebevolles Zuhause zu ziehen. Mit aktuell ca. 25 cm Schulterhöhe und etwa 4 kg Gewicht gehört sie zu den Kleinen. Ausgewachsen wird sie vermutlich ungefähr 35 cm groß und ein Endgewicht von maximal 7 kg erreichen. Eine süße kleine Maus. Vom Wesen her ist Vivi ein fröhliches, aufgewecktes und sehr verschmustes Hundemädchen. Sie liebt es, in der Nähe ihrer Menschen zu sein und genießt jede Streicheleinheit. Vermutlich ist sie ein Pinscher-Mix – ganz genau weiß man es natürlich nicht, aber ihr zierlicher Körperbau und ihr aufgeweckter



Blick sprechen dafür. Nun fehlt der kleinen Maus nur noch eines: Ein liebevolles Zuhause mit Herz, Geduld und Zeit, in dem sie ankommen und glücklich groß werden darf. Wenn Sie sich für Vivi interessieren, wenden Sie sich bitte an den Tierschutzverein Seligenstadt u.U. per Tel.: 06182-26626 ODER auch per Mail: info@tsvseligenstadt.de, am besten jedoch direkt an die Pflegestelle 0170-5330425, gerne per Whatsapp.

Fotos TSV



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

BELLA

HTB (PM). Bella ist eine liebe Hündin, anfangs etwas zurückhaltend, liebt sie die Menschen. Aber auch andere Hunde oder Katzen sind kein Problem für sie. Sie ist geimpft, gechippt und kastriert. Bella ist 1 Jahr alt, ist 22 cm groß und wiegt 4 kg.

Foto: HTB



Hoffungsvolle 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**



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

Rhein Main Verlag

30
Zeitungen

671T
Haushalte

ECHT
REGIONAL
LOKAL

DER KURIER

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

HEIMATBLATT
RÖDERMARK

NEUE ZEITUNG
OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

Odenwälder
Journal

NEUE ZEITUNG
HEUSENSTAMM

MÜNSTERER
ANZEIGEBLATT

EPPERTSHAUSENER
ANZEIGEBLATT

Hochtaunus Verlag

DER ISEBORJER

meinsüd
hessen

Rodgau Zeitung

Verlagshaus
Taurus MEDIEN
GMBH

Südhessen in einem Verlag | www.rheinmainverlag.de



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zusatzorganisationen · Agenturen



Wenn's gut werden muss.



12,95
10,-

Rekord Braunkohlebriketts

Für lang anhaltende Wärme, ohne Zusatz von Bindemitteln, bis zu 6x längere Brenndauer als Brennholz, kein Sägen, Hacken, Trocknen, 25 kg (1 kg = 0,40)

13937819



4,29
2,99

Fireland Holzbriketts 'Premium'

Buche, Qualitätsklasse DINplus A1, frei von Zusatz- und Bindemitteln, langanhaltende Glut und Wärme, geprüft nach DIN EN ISO 17225-3, 10 kg (1 kg = 0,30)

28528595



2,60
1,50

Fireland Holzbriketts 'Premium'

Buche, Qualitätsklasse DINplus A1, frei von Zusatz- und Bindemitteln, langanhaltende Glut und Wärme, geprüft nach DIN EN ISO 17225-3, 6 kg (1 kg = 0,25)

28763633



3,95
1,50

Fireland Holzbriketts 'Premium'

Fichte, langanhaltende Wärme und leichtes Entzünden, naturrein ohne Bindemittel gepresst, 10 kg (1 kg = 0,15)

29394735



3,79
1,50

Fireland Holzbriketts 'RUF'

Kiefer und Eiche, langanhaltende Wärme und leichtes Entzünden, naturrein ohne Bindemittel gepresst, geprüft nach DIN EN ISO 17225-3, 10 kg (1 kg = 0,15)

31927826

Alle Angebote nur gültig bis 21.3.2026 in den Fachcentern Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.



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

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

Folgen Sie uns auf:

