

mein süd hessen

12

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

14. Februar 2026

Das Leben in und um Langen/Egelsbach, Auflage 15.340

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



Ein fester Bestandteil des Faschings sind Krapfen – das süße Gebäck,
auch als Berliner bekannt. Mehr auf Seite 2.

Foto: Bruno/pixabay

Fasching: Ein Fest zwischen
Tradition und Ausgelassenheit

Fasching: Ein Fest zwischen Tradition und Ausgelassenheit

Fasching, auch bekannt als Karneval oder Fastnacht, ist ein traditionsreiches Fest, das in vielen Regionen Deutschlands und darüber hinaus gefeiert wird. Die Ursprünge dieses bunten Treibens reichen weit zurück und sind eng mit kulturellen sowie religiösen Bräuchen verknüpft.

Historische Wurzeln des Faschings

Die Geschichte des Faschings ist vielschichtig und reicht bis in die Antike zurück. Bereits vor über 5000 Jahren wurden in Mesopotamien Feste gefeiert, bei denen soziale Hierarchien temporär aufgehoben wurden. Diese Tradition setzte sich in verschiedenen Kulturen fort, darunter im antiken Rom und bei den Germanen, die durch Masken und Tänze den Winter austreiben wollten. Mit der Christianisierung Europas wurde der Fasching in den kirchlichen Kalender integriert und diente als ausgelassene Zeit vor der 40-tägigen Fastenzeit, die am Aschermittwoch beginnt.

Regionale Bezeichnungen und Bräuche

Je nach Region trägt das Fest unterschiedliche Namen und wird auf vielfältige Weise zelebriert:

Fasching: Vor allem in Bayern, Österreich und Sachsen gebräuchlich. Der Begriff leitet sich vom mittelhochdeutschen „vaschang“ ab, was „Fastenschank“ bedeutet und auf den letzten Ausschank alkoholischer Getränke vor der Fastenzeit hinweist.

Fastnacht: In Hessen, Rheinland-Pfalz, dem Saarland und Teilen Baden-Württembergs verbreitet. Der Name stammt vom mittelhochdeutschen „vastnaht“, was „Vorabend des Fastens“ bedeutet.

Karneval: Hauptsächlich im Rheinland verwendet. Die Herkunft des Wortes ist nicht eindeutig geklärt, eine mögliche Erklärung ist die Ableitung vom lateinischen „carne vale“, was „Fleisch, lebe wohl“ bedeutet und auf den Verzicht von Fleisch während der Fastenzeit hinweist.

Traditionelle Speisen und Gebäck

Ein fester Bestandteil des Faschings sind spezielle Speisen, die vor Beginn der Fastenzeit genossen werden:

Krapfen: Dieses süße Gebäck, auch als Berliner bekannt, hat eine lange Tradition. Ursprünglich wurden Krapfen nur während des Faschings gebacken, um die Menschen mit energiereicher Nahrung für die bevorstehende Fastenzeit zu stärken. Heute sind sie das ganze Jahr über erhältlich, doch zur Faschingszeit haben sie eine besondere Bedeutung.

Fasching in Frankfurt und Umgebung

In Frankfurt am Main und der umliegenden Region wird der Fasching mit zahlreichen Veranstaltungen gefeiert. Die Stadt bietet eine Vielzahl von Umzügen, Sitzungen und Bällen, die die fünfte Jahreszeit



zelebrieren. Besonders hervorzuheben ist der große Fastnachtsumzug, der jährlich tausende Besucher anzieht und die Straßen Frankfurts in ein buntes Meer aus Kostümen und Musik verwandelt.

Der „Carnevale di Venezia“ ist bekannt für seine kunstvollen Masken und historischen Kostüme.

Foto: Ruth Archer / Pixabay

Fasching weltweit: Ein Blick über die Grenzen

Der Fasching wird nicht nur in Deutschland gefeiert, sondern hat weltweit verschiedene Ausprägungen:

Venedig, Italien: Der „Carnevale di Venezia“ ist bekannt für seine kunstvollen Masken und historischen Kostüme.

Rio de Janeiro, Brasilien: Der „Carnaval“ besticht durch seine farbenfrohen Paraden und mitreißenden Sambatänze.

New Orleans, USA: Der „Mardi Gras“ ist berühmt für seine ausgelassenen Straßenfeste und musikalischen Darbietungen.

Diese globalen Feierlichkeiten zeigen die universelle Freude am Fasching und die Vielfalt der damit verbundenen Bräuche.

Der Fasching ist ein lebendiges Fest, das tief in der Geschichte verwurzelt ist und bis heute Menschen aller Altersgruppen begeistert. Ob in Frankfurt, München oder Rio de Janeiro – die Tradition des Verkleidens, Feierns und gemeinsamen Erlebens verbindet Kulturen und Generationen.



Kinderleichtes Kartenspiel

Mit Fröschen im Teich lernen Kinder spielerisch das Zählen

(DJD). Ein gutes Kinderkartenspiel sollte unkompliziert sein. Wenn die Regeln übersichtlich gehalten sind und der Spielstart nicht viel Vorbereitung braucht, steht der Spaß von der ersten Minute an im Mittelpunkt.

Bunte Karten richtig ordnen

So ist es auch bei Fröschen von Amigo. Das Kinderkartenspiel von Halli-Galli-Erfinder Haim Shafir bietet neben den farbenfrohen Illustrationen von Marina Zlochyn ein kurzes Regelwerk. Es ist schnell erklärt, schnell gespielt und hilft den Kleinen, ihr Zahlenverständnis zu verbessern. Sie lernen zudem, dass Müll nicht in die Natur gehört. Die Aufgabe der Spielenden ist es, Ordnung in einen chaotischen Teich zu bringen. Dazu müssen sie Kartenreihen korrekt sortieren. Das Spielmaterial besteht aus drei Komponenten: Zahlen-, Müll- und Froschkarten. Zahlenkarten dürfen direkt an die passende Position in



Beim Kartenspielen üben die Kinder das richtige Zählen und lernen etwas über Müll.

Foto: DJD/AMIGO Spiel + Freizeit

der Reihe gelegt werden. Frösche fungieren als Joker und können jede Ziffer ersetzen. Zu Beginn legen alle Spielenden acht verdeckte Karten vor sich ab. Wer dran ist, deckt die erste davon um und legt sie entsprechend ihres Zahlenwerts an den richtigen Platz der Reihe.

le.de wird dieses Spiel ebenso wie viele andere in einem Video noch mal genau erklärt.

Jetzt steigt die Spannung

In Runde zwei startet, wer vorher zuerst beendet hat, mit einer Karte weniger. Die anderen spielen weiterhin mit acht Karten. Zahlen, die nicht mehr in die verkürzte Reihe passen, zählen jetzt als Abfall. Das Spiel endet, wenn ein oder mehrere Kinder nur noch eine Karte vor sich liegen haben und diese in ihrem Zug erfolgreich aufdecken und ausführen können.

Fröschen ist empfohlen für zwei bis vier Personen ab fünf Jahren, kann aber grundsätzlich von allen gespielt werden, die schon bis acht zählen können. Das Spiel dauert etwa 20 Minuten und ist beliebt bei Geschwisterkindern unterschiedlicher Altersgruppen, denn hier haben auch die ganz Kleinen die gleiche Chance wie ihre älteren Geschwister.

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

Wenn der Husten nicht gehen will

Ursachen verstehen und die Beschwerden gezielt lindern

(DJD). Er lässt den Körper nicht zur Ruhe kommen, kribbelt unangenehm in Brust und Hals und kommt immer wieder – tagsüber und oft auch mitten in der Nacht. Trockener Hustenreiz quält Menschen oft noch, wenn die Erkältung schon längst ausgestanden ist. Die Betroffenen fragen sich, warum der Husten nicht endlich aufhört. Genau diesem Problem widmete sich jetzt ein Expertengespräch mit dem Lungenfacharzt Dr. Michael Barczok aus Ulm und dem Pharmakologen Prof. Manfred Schubert-Zsilavecz aus Frankfurt am Main. Ihr Fazit: Reizhusten braucht eine andere Therapie als produktiver Husten.

Was den Hustenreiz so hartnäckig macht

Während der sogenannte produktive Husten dabei hilft, Schleim aus den Bronchien zu lösen, hat der trockene Reizhusten keinen schüt-



Wenn quälende Hustenattacken nachts den Schlaf stören, sind Maßnahmen gefragt, die den Reiz schnell und gezielt bekämpfen.

Foto: DJD/A. Nattermann & Cie./lightfieldstudios/123RF

zenden Nutzen. Er entsteht durch eine Überempfindlichkeit der Hustenrezeptoren in den Atemwegen. „Nach einem viralen Infekt kann es zu einer anhaltenden Überempfindlichkeit kommen. Selbst minimale Reize wie kalte Luft, Staub oder Sprechen können dann den Husten auslösen“, erklärt Dr. Barczok. Besonders nachts ist das belastend – mit negativen Folgen für Schlaf und Alltag.

Schleimlöser sind oft kontraproduktiv

Was also tun? „Bei trockenem Reizhusten sind Schleimlöser mitunter kontraproduktiv“, warnt Barczok. Denn es gibt keinen Schleim zu lösen – die Ursache liegt in den übererregten Nervenfasern. Hier kommen Hustenstiller ins Spiel, die gezielt den Reiz dämpfen. Mucosilent gegen Reizhusten beispielsweise spricht die überempfindlichen Hustenrezeptoren direkt an. Der

enthaltene Wirkstoff Levodropropizin wirkt nicht über das Gehirn, sondern lokal in den Atemwegen. „Der periphere Wirkmechanismus vermindert die Zahl der Hustenattacken und deren Intensität. Das bedeutet: mehr Lebens- und höhere Schlafqualität“, erläutert Prof. Schubert-Zsilavecz.

Hilfe zur Selbsthilfe

Um die Atemwege zusätzlich zu entlasten, können einfache Maßnahmen helfen. Tipps hierzu finden sich auch unter www.mucosolvan.com. So sollte man ausreichend trinken, damit Rachen und Schleimhäute feucht bleiben, gegen trockene Raumluft vorgehen und regelmäßig lüften. Auch reizende Faktoren wie Rauch oder Staub besser meiden. Wer Sport treibt, sollte warten, bis der Husten vollständig abgeklungen ist – körperliche Belastung kann die gereizten Atemwege sonst unnötig strapazieren.

Medizin

ANZEIGE

Sexuelle Schwäche

Die richtige Dosis für Ihr Liebesleben

Natürliche Hilfe bei sexueller Schwäche – dosierbar nach Ihren Bedürfnissen

Ob frisch verliebt, vor dem ersten Date oder seit vielen Jahren verbunden – manchmal macht der Körper nicht mit, wenn es drauf ankommt. Deseo Arznetropfen bieten wirksame Hilfe bei sexueller Schwäche – individuell dosierbar, je nach Situation und persönlichem Empfinden.

Es gibt Momente, in denen man sich nach Intimität sehnt – doch Erektionsprobleme oder fehlendes Verlangen machen oft einen Strich durch die Rechnung. Mal ist es der Druck, funktionieren zu müssen, mal fehlt nach einer langen Belastungsphase schlicht die Energie. Deseo, zugelassen zur Behandlung von sexueller Schwäche, kann in solchen Phasen unterstützen. Die Tropfenform erlaubt – im Gegensatz zu Tabletten – eine individuelle Dosierung, angepasst an das persönliche Befinden und die jeweilige Situation.

Natürliche Hilfe, voller Genuss

Deseo enthält den natürlichen Arzneistoff *Turnera diffusa*, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird und laut Arzneimittelbild im Urogenitalsystem



ansetzt. Die Einnahme erfolgt unabhängig vom Geschlechtsakt und ermöglicht so mehr Spontaneität. Dabei sind weder Neben- noch Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln bekannt. Deseo ist zudem rezeptfrei erhältlich – diskret in jeder Apotheke oder online, ohne unangenehmen Arztbesuch.

Für Ihre Apotheke:

Deseo

(PZN 04884881)



www.deseo.net



Thema: Rheumatische Schmerzen

Natürliches Gel überzeugt bei Knieschmerzen

Dieses natürliche Schmerzgel begeistert Anwender

Lassen Sie sich von Schmerzen nicht ausbremsen! Zahlreiche Betroffene suchen heute nach einer natürlichen Alternative zu herkömmlichen Schmerzmitteln – und finden sie im Rubaxx Schmerzgel. Das Arzneimittel setzt konsequent auf einen kraftvollen pflanzlichen Wirkstoff und sorgt bei vielen für spürbare Erleichterung und mehr Bewegungsfreiheit im Alltag.



„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der Wirkkraft des Rubaxx Schmerzgels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Arzneistoff *Rhus toxicodendron*!

Stark bei Schmerzen

Rhus toxicodendron wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen. Auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft der Wirkstoff Linderung. Rubaxx Schmerzgel bietet wirksame

und gut verträgliche Hilfe aus der Natur. Es lässt sich gezielt auf den zu behandelnden Stellen auftragen und ist auch zur Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:

**Rubaxx
Schmerzgel**

(PZN 18709526)



RubaXX®

Abbildung Betroffenen nachempfunden

DESEO. Wirkstoff: *Turnera diffusa* Dil. D4. DESEO wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: *Rhus toxicodendron* Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

PITTLER ProRegion Berufsausbildung GmbH



WIR FREUEN UNS ÜBER DEINE BEWERBUNG FÜR EINEN
DER FOLGENDEN AUSBILDUNGSBERUFE: WWW.PBA-ONLINE.DE

- ANLAGENMECHANIKER /IN
- ANLAGENMECHANIKER /IN FÜR SANITÄR-, HEIZUNGS- UND KLIMATECHNIK
- ELEKTRONIKER /IN FÜR:
 - AUTOMATISIERUNGSTECHNIK
 - BETRIEBSTECHNIK
 - GEBÄUDE- UND INFRASTRUKTURSYSTEME
 - GERÄTE UND SYSTEME
- FACHKRAFT FÜR METALLTECHNIK / SCHWERPUNKT MONTAGETECHNIK
- INDUSTRIEKAUFMANN /FRAU
- INDUSTRIEMECHANIKER/IN
- MASCHINEN- UND ANLAGENFÜHRER/IN
- MECHATRONIKER /IN
- MECHATRONIKER /IN FÜR KÄLTETECHNIK
- ZERSpanungsmechaniker

SAVE
THE DATE

Tag der offenen Tür & 40
Jahre PITTLER ProRegion!
25.09.2026



Wissen ist Macht

WIR WISSEN WIE MAN ES
MACHT

GOLD- UND SILBERANKAUF

Vergleichen lohnt sich!

GOLDPREIS
AUF DEM
HÖCHSTSTAND

Machen Sie Ihr Altgold zu Bargeld



Goldschmuck

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



Erbschaften

!!! SOFORT BARGELD !!!

Juwelier Rubin

Seit über 30 Jahren
im Rhein-Main-Gebiet.

Im Isenburg-Zentrum • Hermesstraße 4 • Neu-Isenburg • Telefon: 06102 - 37 29 20

Leipziger Straße 31 • Frankfurt am Main • Telefon: 069 - 77 03 38 78

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 18.00 Uhr

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen
der KW 06

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

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

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



Darmgesundheit neu gedacht

So unterstützen Sie Ihren Darm – dreifach kompetent und natürlich

(WLM). Ein ausgefüllter Alltag, wenig Bewegung und schnelle Mahlzeiten zwischendurch – all das kann die Verdauung belasten. Kein Wunder, dass das sensible Gleichgewicht des Darmmikrobioms leicht aus der Balance geraten kann. Genau hier setzt das neue bioticLoges subtilis an: Mit Bacillus subtilis, Akazienfasern und Calcium vereint es drei wertvolle Komponenten, die sich optimal ergänzen und den Darm gezielt und auf natürliche Weise unterstützen.

Fast ein Fünftel der Deutschen bewegt sich überhaupt nicht, und an einem Werktag sitzen wir im Schnitt über zehn Stunden. Auch beim Essen hapert es: Rund zwei Drittel ernähren sich nicht ausgewogen, und 80 % haben Schwierigkeiten, Stress auf gesunde Weise zu bewältigen. Diese Faktoren können sich auf viele Arten auf unsere Gesundheit auswirken und führen unter anderem zu einem Ungleich-



gewicht des empfindlichen Darmmikrobioms. Darum ist es wichtig, unsere Darmflora im Gleichgewicht zu halten. Manche Bakterien im Darm stellen dabei ein ganz besonderes Stoffwechselprodukt her: die kurzkettige Fettsäure Butyrat. Sie übernimmt im Körper viele Aufgaben und hilft zum Beispiel, die Darmwand gesund und stabil zu halten.

Dreifach kompetent zur natürlichen Unterstützung des Darms

Das neue Nahrungsergänzungsmittel bioticLoges subtilis vereint

drei wertvolle Komponenten, die sich perfekt ergänzen: Zwei Milliarden koloniebildende Einheiten Bacillus subtilis: Bacillus subtilis ist ein besonders gut erforschtes, widerstandsfähiges und natürlicherweise im Darm vorkommendes Bakterium, das auch in der Natur weit verbreitet ist – in humusreichen Böden, im Heu, in Gewässern, in der Luft. Das Besondere: Es kann widerstandsfähige Sporen bilden, die selbst Hitze und Magensäure überleben. Bacillus subtilis kann andere nützliche Darmbakterien fördern, zur Stärkung der natürlichen Darmbarriere beitra-

gen sowie Verdauungsprozesse begleiten – etwa durch die Bildung von Enzymen und Stoffwechselprodukten. Die zusätzlich enthaltenen Akazienfasern dienen den guten Darmbakterien als Nahrung und unterstützen somit gezielt deren Wachstum. Zudem unterstützt Calcium die normale Funktion von Verdauungsenzymen.

Für wen?

Das Nahrungsergänzungsmittel ist geeignet bei diffusen Magen-Darm-Beschwerden, insbesondere Blähungen und Stuhlnunregelmäßigkeiten. Es kann außerdem eingenommen werden bei gestörter Darmbarriere, nach einer Antibiotikatherapie oder zur bewussten Unterstützung des Darmmikrobioms. Die bequeme Dosierung von nur einer Kapsel täglich lässt sich leicht in den Alltag integrieren.

Foto: stock.adobe.com / SizeSquare's

Gesundheit

ANZEIGE

NEU

Neues „Schlafwunder“ Magnesium?

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

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

Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1 Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat



der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. **Der Clou: Das Plus an**

Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.² So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Magnesium – ein echtes Multitalent für den Körper

- 1. Regeneration durch Magnesium**
Magnesium hat eine wichtige Funktion bei der Zellteilung,³ dem wichtigsten Prozess für die Regeneration unseres Körpers.
- 2. Ruhigere Nerven durch Magnesium**
Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei¹ und ist somit an lebenswichtigen Prozessen wie Herzschlag, Atmung und Verdauung beteiligt.
- 3. Muskelentspannung durch Magnesium**
Muskelkrämpfe oder Augenlid-Zuckungen – dahinter steckt oft Magnesiummangel. Die Unterstützung durch einen Magnesiumkomplex kann helfen, diese Muskelkrämpfe zu reduzieren¹.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Magnesium PLUS
(PZN 19927389)



www.baldriparan.de

Kündigung war unwirksam

Arbeiten im Homeoffice: Landesarbeitsgericht trifft weitreichende Entscheidung

(DJD). Während viele Beschäftigte Homeoffice inzwischen als selbstverständlichen Teil ihres Berufslebens ansehen, gibt es vermehrt Unsicherheiten sowohl aufseiten der Arbeitgeber als auch der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, wie mit Remote Work umzugehen ist.

Das Homeoffice ist keine bloße Leihgabe des Arbeitgebers, sondern genießt – sobald es vertraglich beziehungsweise sonstig verbindlich geregelt ist – denselben Schutz wie jeder andere Arbeitsort.

Foto: DJD/Itzehoer Versicherungen

Ein Fall aus der Praxis

In einem nun von einem Landesarbeitsgericht entschiedenen Fall arbeitete ein Arbeitnehmer aufgrund einer betrieblichen Regelung überwiegend im Homeoffice. Nachdem sich die Unternehmensstrategie geändert hatte, forderte der Arbeitgeber ihn plötzlich auf, seine Tätigkeit wieder dauerhaft im Betrieb auszuüben – obwohl dieser mehrere hundert Kilometer vom Wohnort des Mitarbeiters entfernt lag. Der Arbeitnehmer weigerte sich und setzte seine Arbeit von zu Hause aus fort. Daraufhin sprach der Arbeitgeber eine fristlose, hilfsweise ordentliche Kündigung wegen angeblicher Arbeitsverweigerung aus.

Gericht entschied zugunsten des Arbeitnehmers

Das zuständige Landesarbeitsgericht erklärte die Kündigung für unwirksam – und setzte dabei ein deutliches Signal für die moderne Arbeitswelt. Entscheidend war für die Richter, dass das Homeoffice in diesem Fall nicht bloß eine unverbindliche Kulanzregelung, sondern Bestandteil der arbeitsvertraglichen Vereinbarung geworden war. Damit war der Arbeit-



geber rechtlich nicht befugt, den Arbeitsort einseitig wieder in den Betrieb zu verlegen. Wer einen solchen Wechsel erwirken wolle, müsse entweder eine Vertragsänderung mit dem Arbeitnehmer vereinbaren oder – falls keine Einigung möglich ist – eine Änderungskündigung aussprechen. Beides hatte der Arbeitgeber nicht getan. Ebenso klar stellte das Gericht fest: Wer eine unzulässige Weisung seines Arbeitgebers nicht befolgt, begeht keine Arbeitsverweigerung. Die Weigerung des Arbeitnehmers war daher rechtmäßig und konnte eine Kündigung nicht rechtfertigen. Der Arbeitnehmer wurde in diesem Fall von seiner Rechtsschutzversicherung, die den Arbeitsrechtsschutz umfasst, unterstützt.

Homeoffice genießt Schutz wie jeder andere Arbeitsort

Für die Praxis hat das Urteil erhebliche Bedeutung. „Es macht deutlich, dass Homeoffice keine



Kurz gefasst:

Während viele Beschäftigte Homeoffice als selbstverständlich ansehen, gibt es zunehmend Unsicherheiten im Umgang mit Remote Work. Ein Landesarbeitsgericht schafft Klarheit: Ein Arbeitnehmer arbeitete überwiegend im Homeoffice.

Als der Arbeitgeber ihn plötzlich zurück in den mehrere hundert Kilometer entfernten Betrieb beorderte, weigerte er sich – und wurde gekündigt. Das Gericht erklärte die Kündigung für unwirksam. Das Homeoffice war Bestandteil der arbeitsvertraglichen Vereinbarung geworden. Der Arbeitnehmer wurde von seiner Rechtsschutzversicherung unterstützt. „Das Homeoffice genießt – sobald es verbindlich geregelt ist – somit denselben Schutz wie jeder andere Arbeitsort“, so Stephanie Chander, Geschäftsführerin der Itzehoer Rechtsschutz Union.

bloße Leihgabe des Arbeitgebers ist, sondern – sobald es vertraglich beziehungsweise sonstig verbindlich geregelt ist – denselben Schutz genießt wie jeder andere Arbeitsort“, betont etwa Stephanie Chander, Geschäftsführerin der Itzehoer Rechtsschutz Union. Arbeitnehmer, so die Expertin,

können sich also darauf verlassen, dass ihre Lebensplanung nicht durch eine plötzliche Rückrufanordnung ins Büro zunichtegemacht werden darf. „Für Arbeitgeber bedeutet das: Wer Flexibilität will, muss sie sauber regeln – oder später den arbeitsrechtlichen Preis zahlen“, so Chander.

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

ALDI, Alldrink, Edeka, Expert Klein,
Globus Baumarkt, HIT, Küchen Aktuell,
Lidl, Nahkauf, Netto, Norma, Penny,
Polster Aktuell, toom Baumarkt,
XXXLutz, Zimmermann

www.rheinmainverlag.de – Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Bad-Komplettrenovierung zum günstigen Festpreis!

Ausführung durch qualifizierte
polnische Handwerker!

Kontakt:

Andreas Piechowiak
Erich Kästner Weg 10
64625 Bensheim

Telefon: 06251 - 73 66 0
Mobil: 0176 - 45 76 91 91
Mail: aaa.bausanierung@gmail.com



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

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

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 Werteschät-
zung. 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, 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 Werteschätzung.
++ 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

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

Alles komplett aus einer Hand!
Innenausbau • Trockenbau • strei-
chen • fliesen • Bad komplett •
25 Jahre Erfahrung • zuverlässig
☎ 0172 / 67 18 159

► SIE sucht IHN

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

Ich, Martina, 69 J., ehemalige Statio-
nshilfe, sehe gut aus, bin an-
schmiegsam u. zärtlich, leider
schon verwitwet u. kinderlos, ich
fahre gern Auto u. liebe es den
Haushalt zu führen. Bitte melden
Sie sich heute noch pv, wir könn-
ten getrennt oder auch zusammen
wohnen. Sie dürfen auch älter
sein. Tel. 0151 - 62913874

Adelheid, 78, zärtliche Seniorin,
bin gepflegt, fürsorglich u. liebens-
wert, e. gute Köchin, mag die Na-
tur, Garten u. fahre gern Auto. Als
mein Mann verstarb, blieb ich allei-
ne zurück. Ich suche pv einen sym-
pathischen Mann mit ähnlichem
Schicksal, wohne hier in der Ge-
gend, wäre umzugsbereit und wür-
de gern mit Ihnen telefonieren Tel.
0157 - 75069425

ANZEIGEN

Tel. 06104 66720-40

E-Mail: info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH

Bieberer Straße 137 | 63179 Obertshausen

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

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**

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 Iseborjer, Der Frankfurter sowie den Ausgaben des Combi Medien
Verlages, des Verlagshaus Taunus Medien und des Hochtaunusverlages.
Wir nutzen KI-Technologien zur Unterstützung bei der Bearbeitung von
Routineaufgaben.

Layout, Satz, Druck- und Pressehaus Naumann
Anzeigensatz GmbH & Co. KG
und Druck: 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 ein-
gesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Ge-
winnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich
gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers
wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

**Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber an Ihrem 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

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, gechipt und kastriert.

Marcel ist 1 Jahr alt, ist 48 cm groß und wiegt 19 kg. Foto: HTB



MARCEL

Hoffungsvolle Tierblicke e.V.

www.htb-ev.de | Tel. 06068-4785493 | oder 0162-2939838



MR. PIETY

TSV SELIGENSTADT (PM). Der nicht mehr ganz so kleine Mr. Piety ist ein Peruaner-Meerschweinchen. Seitdem der schöne schwarz-weiße Wuschel beim TSV ist, hat er sich zu einem stattlichen Schweinchen-Mann gemausert. Er ist jetzt ein knappes Jahr alt. Seinen Artgenossen gegenüber ist er nicht gerade zurückhaltend, dem Menschen

steht er aber noch eher schüchtern gegenüber. Leckerchen nimmt er trotzdem ganz vorsichtig aus der Hand, da sind seine Neugier und sein Appetit doch größer.

Mr. Piety sitzt am allerliebsten in seiner Hängematte und beobachtet das Geschehen um ihn herum. Er sucht ein schönes und liebevolles Endzuhaus bei einer oder mehreren Damen, mit denen er um die Häuser ziehen darf. Bei dem Süßen wurde leider in seinem jungen Alter ein Herzproblem festgestellt, welches ihn aber nicht daran hindert, sein Schweinchen-Leben in vollen Zügen zu genießen. Für sein Herz bekommt er täglich ein Medikament, welches man ihm völlig problemlos verabreichen kann. Foto: TSV

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

TINO (PM). Mellowbee ist eine sportliche Hündin, die auch gerne einfach mal quer durch den Zwinger im Tierheim rennt und die anderen Hunde mit auf ihre wilde Party nimmt. Dabei hat die im Dezember 2022 geborene Mellowbee die anderen Hunde auch gut im Griff. Mellowbee meldet, wenn fremde Menschen kommen und wird sicherlich im neuen Zuhause ein Territorialverhalten entwickeln. Mellowbee ist gut ansprechbar, wenn sie Menschen verbellt, doch muss man sie dann zu sich holen, sonst hört sie nicht auf. Mit Training ist das sicherlich gut in den Griff zu bekommen, jedoch muss man auch die Bereitschaft dazu haben. Eine Hundeschule sollte aufgesucht werden, damit sich keine Fehler in der Erziehung einschleichen. Mit ihren Menschen ist Mellow-



MELLOWBEE

bee ganz wundervoll. Mit ihren wunderschönen Augen, versucht Mellowbee die Menschen nämlich regelmäßig um den Finger zu wickeln. Mellowbee ist verschmust und versucht das auch oft einzufordern. Das Laufen an der Leine muss noch etwas besser geübt werden.

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

CHICO

Unser schüchterne Chico wartet schon lange auf „seine“ Menschen.

Rasse: Schäferhund Labrador Mischling
Geburtsjahr: 11.2023
Geschlecht: männlich
Größe: mittelgroß – groß
kastriert: ja



Chico, der große Rüde, läuft schon gut in der Gruppe mit und ist eher schüchtern und zurückhaltend. Er zieht nicht an der Leine und ist verträglich mit seinen Artgenossen.

Chico hat ein bezauberndes Mienspiel und man kann ihm seine Gedanken regelrecht von der Stirn ablesen.

Der Hübsche wartet auf Menschen, die nicht gleich zu viel von ihm erwarten und etwas Geduld mitbringen.

Ein Kinder-Spiel-Hund ist er zur Zeit noch nicht. Verträglich mit seinen Artgenossen ist er aber. Er ist ein ganz spezieller Vierbeiner, der mit seinen vertrauten Menschen durch dick und dünn gehen würde. Okay, es gibt schon auch Situationen, die ihn stressen und das merkt man ihm auch an, wenn er seine Backen aufbläst oder er nicht mehr entspannt an der Leine läuft. Die meiste Zeit tut er dies aber. Und am meisten genießt er es im Wald zu sein; ohne viel Trubel. Chico ist ein Hund, dem man gut am Gesicht ablesen kann, was er

gerade denkt. Und wenn er einen mag, gibt er sogar Küsschen.

Chico braucht seine Zeit, bis er einen in sein Herz lässt. Aber hat man sich dann diesen Platz erobert, wird man ihn für immer haben.

Interessenten müssen ein paar Wochen regelmäßig kommen, damit Chico eine Bindung aufbauen kann. Chico ist kein Hund, den man kurzfristig mitnehmen kann.

Chico ist super verträglich mit allen Artgenossen. Er hat bei uns noch nie beim Gassi auf einen anderen Vierbeiner reagiert. Die ruhigeren Typen mag er vielleicht etwas mehr, als die aufgedrehten.

Chico wartet auf hundeerfahrene und bewegungsfreudige Menschen, die Geduld mitbringen.

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

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

RECHT REGIONAL LOKAL

DER KURIER

Odenwälder Journal
Hochtaunus Verlag

Verlagshaus Taunus MEDIEN GMBH

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

HEIMATBLATT RÖDERMARK

NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

NEUE ZEITUNG HEUSENSTAMM

MÜNSTERER ANZEIGEBLATT

EPPERTSHAUSENER ANZEIGEBLATT

DER ISEBORJER

meinsüd hessen

Rodgau Zeitung

Südhessen in einem Verlag | www.rheinmainverlag.de

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

IHR PROFI RUND UMS HAUS

LETZTE CHANCE
20%
auf Grünschnitt
nur bis Ende Februar



VORHER **NACHHER**

Wir arbeiten mit einem Hochdruckreiniger mit 80% Luft und 20% Wasser.

Wir versiegeln den Stein mit einer Schutzmischung. Durch diese Versiegelung garantieren wir, dass Jahre kein Moos, keine Algen oder hartnäckiger Schmutz auftreten werden.

Nach der Reinigung verfugen wir die Fugen auf Wunsch erneut mit verschiedenen Sandarten.



- Pflasterreinigung
- Gehwegreinigung
- Terrassenreinigung
- Wintergartenreinigung
- Fassadenreinigung
- Dachreinigung
- Reinigungsarbeiten
- Holz streichen
- Haushalts- & Firmenauflösungen
- Keller auf- & ausräumen

- Fliesen abstemmen
- Entsorgung von Bauschutt, Holz, Grünschnitt usw.
- Renovierungsarbeiten
- Tapete entfernen
- Gartenarbeiten und -Gestaltung aller Art
- Grün-, Hecken- und Baumschnitt aller Art
- Abrissarbeiten u.v.m.
- **WINTERDIENST**



VORHER
NACHHER



VORHER
NACHHER



VORHER
NACHHER



VORHER
NACHHER

100% Kundenzufriedenheit!

06106/2791922



HAUSMEISTERSERVICE

SERVICE RUND UMS HAUS

KOSTENLOSE BERATUNG

info@christians-hausmeisterservice.de
www.christians-hausmeisterservice.de
63110 Rodgau • Hochstädter Str. 16