

## Klasse 8d der Einhardschule radelt zum Sieg: 5.446 Kilometer für den Klimaschutz

Erster Stadtrat Oliver Steidl überreicht Urkunde

**Seligenstadt (DK)** Die Klasse 8d der Einhardschule hat beim diesjährigen Stadtradel-Wettbewerb mit insgesamt 5.446 Kilometern als radelaktivstes Team der Einhardstadt Seligenstadt den ersten Platz erzielt - ein tolles Ergebnis, auf das die 26 Mädchen und Jungen zurecht stolz sein können. Am Montag, den 15. Dezember, war es dann soweit: Erster Stadtrat Oliver Steidl kam persönlich vorbei, überreichte im Beisein von Klassenlehrerin Christina Kunz sowie stellvertretendem Schulleiter Dominik Kaletta die Siegerurkunde und gratulierte der Klasse herzlich. Vom 25. August bis 14. September waren die Schülerinnen und Schüler gemeinsam ordentlich in die Pedale getreten. Die Radelgruppe der



Klasse startete unter dem Namen „Peter Tannenbaum“ - als Hommage an die verstorbene Klassentante mit eben diesem Namen. Die Einhardschule

erzielte zudem kreisweit einen hervorragenden zweiten Platz. Für das kommende Jahr hat sich die Klasse erneut das ehrgeizige Ziel gesetzt, wieder

genügend Kilometer für eine Weltumrundung zu sammeln - ein Erfolg, der den Schülerinnen und Schülern in vergangenen Jahren bereits gelungen

ist. „Ich bin beeindruckt von dem Engagement der Schülerinnen und Schüler der 8d“, so Erster Stadtrat Oliver Steidl bei der Übergabe. „Mit 893

kg eingespartem CO2 haben sie nicht nur sportlichen Einsatz gezeigt, sondern auch ein deutliches Zeichen für Klimaschutz und nachhaltige Mobilität gesetzt. Solche Leistungen entstehen durch Team-geist und die konsequente Unterstützung von Lehrkräften und Eltern. Dass die Einhardschule zusätzlich kreisweit Platz zwei belegt hat, unterstreicht die vorbildliche Haltung der ganzen Schulgemeinschaft. Ich freue mich sehr, diesen Erfolg heute persönlich zu würdigen und bin überzeugt: Mit diesem Einsatz sind die Jugendlichen ein Vorbild für viele — und sie haben das Potenzial, im kommenden Jahr wieder symbolisch die Runde um die Erde zu schaffen.“

Foto: Stadt Seligenstadt

## „Süßer die Glocken nie klingen“ am Rathaus

**Klein-Krotzenburg (ah)** Das kleine Konzert „Musik zum Advent am Rathaus“ der Musikgesellschaft am Main fand erst zum zweiten Mal statt, wirkt aber schon wie eine liebgewonnene Tradition.



Zahlreiche Gäste waren zum Rathaus in Klein-Krotzenburg gekommen, um den weihnachtlichen Liedern zuzuhören. Das Orchester enttäuschte die Erwartungen auch nicht. Es erklangen Lieder wie „Ihr Kinderlein kommet“, „Oh Tannenbaum“, „Morgen kommt der Weihnachtsmann“ oder auch „Süßer die Glocken nie klingen“. Eingerahmt waren

die deutschen Weihnachtslieder durch „White Christmas“, „Winter Wonderland“ und „Feliz Navidad“. Das Publikum war eingeladen und das wurde auch reichlich gemacht. Natürlich war nach dem Konzert noch nicht Schluss, denn viele blieben noch einige Zeit zu einem Glas Glühwein und Gesprächen in netter Runde.

Foto: ah



www.rheinmainverlag.de  
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

*Frohe Weihnachten  
und  
besinnliche Feiertage!*

Für das kommende Jahr  
wünschen wir Ihnen  
Gesundheit, Glück und  
viele erfüllte Momente.

Herzliche Grüße vom  
gesamten Team der  
Asklepios Klinik Seligenstadt.

**ASKLEPIOS**  
KLINIK SELIGENSTADT

*Liebe Leser, Vereinsschriftführer  
und Inserenten,*

wir wünschen Ihnen ein frohes und besinnliches  
Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr!

Ab **Freitag, den 2. Januar**, sind wir wieder  
wie gewohnt für Sie erreichbar.

**Ihr Team der**  
*Heimatzeitungen*



### Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen  
usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

### Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 061 82/992360 · Mobil: 01577-3751467  
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspflegestudio.de



### DAHLER

**Ihr Immobilienmakler in  
Hanau und Offenbach**

DAHLER Hanau/Offenbach [dahler.com/hanau](http://dahler.com/hanau)  
T 06181 99 11 970



Zur Website:





EXPERTENRAT

Warum Schulterprobleme so oft wiederkommen



Die Schulter ist das beweglichste Gelenk des Körpers. Ihre Stabilität entsteht weniger durch knöcherne Führung, sondern vor allem durch aktive Muskularbeit. Wird die Muskulatur aus Angst vor Schmerz geschont, fehlt diese Führung. Kurzfristig funktioniert das, langfristig entstehen Unsicherheit – und die Beschwerden werden schlimmer oder kehren zurück.

Ziel ist es daher nicht, den Schmerz zu verdrängen oder sofort „wegzumachen“, sondern ihn zu verstehen. Schmerz bedeutet nicht automatisch, dass etwas kaputt ist. Oft ist er ein Signal für Überlastung, Unsicherheit oder fehlende Kontrolle. Wer lernt, ruhig damit umzugehen, vermeidet unnötige Panik und schafft die Grundlage für Veränderung.

In meiner Arbeit fällt mir häufig auf, dass Schulterschmerzen besonders morgens nach dem Aufstehen oder mitten in der Nacht auftreten. In Ruhe ist die Schulter stärker auf passive Strukturen angewiesen, weil die aktive Muskelspannung fehlt, die sie sonst im Gelenk stabilisiert. Sobald Bewegung und Spannung wieder dazu-

kommen, lässt der Schmerz bei vielen nach.

Ein wichtiger Schritt ist deshalb, Mut zu fassen und die Muskulatur wieder bewusst zu benutzen. Wann genau tut es weh? In welcher Position fühlt sich die Schulter stabil an? Und was verändert sich, wenn die Muskulatur gezielt angespannt wird? Mit Schonung und Dehnen kommt man hier meist nicht weiter – man schiebt das Problem nur auf.

Schulterbeschwerden gehen oft so, wie sie gekommen sind: einfach von selbst. Dauerhaft stabil wird die Schulter aber erst, wenn wir lernen, ihr wieder zu vertrauen – und uns vor allem auf unsere Muskulatur verlassen können.

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



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

# Gemeinsam für Seligenstadt: Reger Austausch beim „Mix & Mingle“

In einem festlich beleuchteten Rathaus mit Blick über den Adventsmarkt und die geschmückte Seligenstädter Innenstadt fand am Abend des 9. Dezember die Veranstaltung „Mix & Mingle – Wein & Genuss – Stadtmarketing & Wirtschaftsförderung“ statt. Die Stadt Seligenstadt und die Seligenstadt Marketing und Tourismus GmbH begrüßten zahlreiche Fördermitglieder des Stadtmarketings sowie Unternehmerinnen und Unternehmer, die das wirtschaftliche Leben der Stadt aktiv mitprägen und vorantreiben.

Bei Wein und Häppchen kamen die Teilnehmenden in lockerer, zugleich aber fachlich wertvoller Atmosphäre zusammen. Es entwickelte sich ein reger Austausch über aktuelle wirtschaftliche Entwicklungen, anstehende Projekte und zukünftige Chancen für den Standort Seligenstadt. Viele Kontakte wurden vertieft, neue Kooperationen angebahnt und Ideen direkt vor Ort weitergedacht. Bürgermeister Dr. Daniel Bastian betonte in diesem Zusammenhang die Bedeutung des Formats: „Seligenstadt lebt von der engen Verbindung zwischen Stadtgesellschaft,

Verwaltung und Wirtschaft. Wenn alle an einem Tisch sitzen, entstehen die besten Ideen für eine starke und zukunftsfähige Innenstadt. Es freut mich sehr zu sehen, wie engagiert sich unsere Unternehmerinnen und Unternehmer für unseren Standort einsetzen.“

Im Rahmen der Veranstaltung boten vier Informationsstände umfassende Einblicke in die Arbeit der Seligenstädter Wirtschaftsförderung, des Stadtmarketings und des Tourismusmanagements. Darüber hinaus präsentierte sich das Netzwerk StandortPLUS, der Zusammenschluss aller Wirtschaftsförderungen der 13 Städte und Gemeinden im Kreis Offenbach, das sich gemeinsam in Arbeitsgruppen und Projekten für die wirtschaftliche Entwicklung des gesamten Kreises engagiert. Die Gäste erhielten so einen detaillierten Überblick darüber, wie eng und strategisch die Zusammenarbeit der verschiedenen Akteurinnen und Akteure bereits heute organisiert ist.

Positive Bilanz: 66.500 Übernachtungen und 200.000 Euro Förderung für die Innenstadt. Besonders positiv aufgenommen



wurden zwei Entwicklungen, die an diesem Abend vorgestellt wurden: Zum einen blickt die Stadt auf über 66.500 Übernachtungen im Jahr 2024 zurück, ein deutliches Zeichen für die Attraktivität Seligenstadts als touristisches Ziel. Zum anderen konnte eine erfreuliche Förderzusage des Hessischen Ministeriums für Wirtschaft verkündet werden: Im Rahmen des Landesprogramms „Zukunft Innenstadt“ werden der Einhardstadt Seligenstadt 200.000 Euro zur Verfügung gestellt. Diese Mittel werden gezielt eingesetzt, um die Innenstadt nachhaltig zu stärken, Aufenthaltsqualität zu erhöhen und innovative Maßnahmen für Handel und Gastronomie umzusetzen.

Marie Servais, Geschäftsführerin der Seligenstadt Marketing & Tourismus GmbH und

Wirtschaftsförderin der Stadt, unterstrich die Bedeutung des gemeinsamen Engagements: „Wir haben in Seligenstadt eine sehr lebendige und konstruktive Unternehmerschaft. Veranstaltungen wie heute Abend zeigen, wie wichtig der direkte Austausch ist, um voneinander zu erfahren, gemeinsame Ziele zu verfolgen und Seligenstadt als attraktiven Standort weiterzuentwickeln. Mein besonderer Dank gilt dem gesamten Team, das mit viel Einsatz und Herzblut diesen Abend ermöglicht hat.“ Die Unternehmerinnen und Unternehmer zeigten sich angetan von Austausch und Atmosphäre und betonten den hohen Mehrwert für die Zusammenarbeit vor Ort. Eine Fortsetzung von „Mix & Mingle“ wurde daher ausdrücklich begrüßt.

Foto: Stadt Seligenstadt

## Rathaus „Zwischen den Jahren“ geschlossen

**Hainburg (DK)** Das Hainburger Rathaus bleibt „zwischen den Jahren“, also vom Mittwoch, 24.12.2025, bis zum Montag, den 5.01.2026, geschlossen. In diesem Zeitraum ist auch die Telefonzentrale nicht besetzt. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Verwaltung stehen Ihnen ab dem 5.01.2026 wieder zur Verfügung.

„Ab dem 5. Januar 2026 sind wir wieder wie gewohnt für die Bürgerinnen und Bürger da“, erklärt Bürgermeister Christian Spahn. Er weist zudem darauf hin, dass Vorschachetermine im Bürgerservice jederzeit online über die Homepage ([www.hainburg.de](http://www.hainburg.de)) vereinbart werden können.

**Mainhausen (DK)** Das erste öffentliche Adventskonzert der Freien Schule Seligenstadt-Mainhausen e.V. war ein voller Erfolg. Gleich mehrere Musik- und Gesangsensembles kamen dabei zum Einsatz. Das große Schulorchester mit Bläserklasse und Percussion Ensemble, unterstützt von den „Quietschies“ (einem Zusammenschluss musizierender Eltern und Lernbegleiter) unter der musikalischen Leitung von Yvonne Büttner, stimmten die zahlreichen Besucher in der Kirche St. Wendelinus in Zellhausen auf eine besinnliche Advents- und Vorweihnachtszeit ein. Mit „Trepak from The Nutcracker“ wurde das Konzert feierlich eröffnet und es folgten weitere Klassiker wie „Morgen

kommt der Weihnachtsmann“ oder auch „Jingle Bells“ die gleich zu Beginn für reichlich Applaus sorgten. Aber auch der Schulchor dirigiert von Thomas Gabriel begeisterte das Publikum und trug zu einer besonders stimmungsvollen Atmosphäre bei. Ein Glanzstück des Abends war der Auftritt des kleinen Vokalensembles der älteren Schülerinnen und Schüler, die u.a. mit „Only You“ und „App-

le Tree“ bei den Zuhörern echte Gänsehautmomente auslösten. Danach folgte eine bewegende Adventsgeschichte mit den Jüngsten der Schulgemeinschaft voller Charme und Herzenswärme, bevor zum Abschluss noch einmal alle Musikformationen gemeinsam mit weihnachtlichen Evergreens wie „We Wish You A Merry Christmas“ oder „Ring Bells“ das beeindruckende Adventskonzert ausklingen

ließen. Am Ende bedankte sich der Elternbeirat bei allen Mitwirkenden der Schulgemeinschaft, insbesondere auch bei der musikalischen Leiterin Yvonne Büttner und dem Verantwortlichen des Schulchores Thomas Gabriel für die gelungene Darbietung und das abwechslungsreiche Programm und lud anschließend noch zu einem gemütlichen „Get-together“ auf den Schulhof ein.

Foto: p



# DER KURIER

## AUSLAGESTELLEN Hier finden Sie unsere Zeitung:

### 63500 Seligenstadt:

Bürgeramt, Frankfurter Str. 100  
Einhardhaus, Aschaffburger Str. 3  
Rathaus, Marktplatz 1  
Der Kurier, Marktplatz 13  
AVIA Tankstelle, Dudenhöfer Str. 34  
Aral Tankstelle, Frankfurter Str. 102A  
Sattler Tankstelle, Steinheimer Str. 111

### 63533 Mainhausen:

(Zellhausen) Eni Service Station Tankstelle, Industriestr. 2

### 63512 Hainburg:

(Hainstadt), Kiosk/Lotto, Hauptstr. 61  
(Klein-Krotzenburg) Shell Tankstelle, Siemensstr. 2

Sie möchten auch gerne Auslagestelle werden?  
Melden Sie sich gerne unter:  
[info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)

Auslagestellen werben bei uns günstiger!

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)

# Beliebter Obst- und Gemüsestand hört aus Altersgründen auf

**Seligenstadt (DK)** Von Anfang an, also dreißig Jahre, stand das Ehepaar Gabriele Baier und Guiseppa Pecere mit ihrem Obst- und Gemüsestand mittwochs auf dem Seligenstädter Wochenmarkt. Zum

Jahresende hören beide aus Altersgründen auf. „Wir konnten einen der Gemüsestände vom Samstag für den Platz am Mittwoch gewinnen. So sehr wir den Verlust des angestammten Standes bedauern, so froh sind wir, dass wir das Angebot an frischem Obst und Gemüse übergangslos auch mittwochs aufrechterhalten können. Ich wünsche dem Ehepaar Pecere/Baier alles Gute und bedanke mich ausdrücklich für die lange Treue und Verlässlichkeit, auch bei Wind und Wetter hinter ihren hervorragenden Waren zu stehen“, so Erster Stadtrat Oliver Steidl. Die Wochenmärkte am Mittwoch und am Samstag erfreuen sich großer Beliebtheit. Das Angebot von frischen und regionalen Waren verbunden mit der schö-

nen Atmosphäre in der historischen Seligenstädter Altstadt zieht viel Kundschaft aus Nah und Fern an. Angebot samstags (17 Stände): Wurst- und Fleisch, sizilianisches Gebäck, Obst- und Gemüse, Honig, Blumen, Kartoffeln und landwirtschaftliche Erzeugnisse, Käsespezialitäten, Senfe, Dips und Gewürzzubereitungen, hessische Spezialitäten, mediterrane Feinkost, Fruchtaufstriche, Essige, Öle, Barista/ Kaffeespezialitäten, Schokoküsse und Confiserie. Angebot mittwochs (7 Stände): Blumen, Obst und Gemüse, mediterrane Feinkost und italienische Spezialitäten, Hessische Spezialitäten, Blumen, Käsespezialitäten, Barista/ Kaffeespezialitäten

Der Seligenstädter Wochen-

markt findet samstags und mittwochs in der Zeit von 8 bis 13 Uhr (Kernzeit) statt. Reichlich Parkplätze (2 Euro/ 24 Stunden) befinden sich auf den Parkdecks „Altstadt“ (am Steinheimer Tor) und „Kloster“ (an der Evangelischen Kirche).

## Beilagen-Hinweis

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

Alldrink, Edeka, Expert Klein, Lidl, Marktkauf, Netto, Penny, XXXLutz

**Manuela Weber**  
Immobilien - Vermögensanlagen

**wünscht Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr!**

**Tel. 060 74 / 92 26 15**  
[www.manuela-weber.de](http://www.manuela-weber.de)



# Auszeichnung für Sabrina Berkold

**Seligenstadt (ah)** „Wer sich ehrenamtlich engagiert, hilft mit seiner Unterstützung Menschen und bereichert den Alltag vieler. Durch die freiwillige Arbeit in Vereinen, Organisationen und Initiativen entsteht etwas Wertvolles, das unsere Gesellschaft zusammenhält“, sagte Landrat Oliver Quilling bei der Überreichung der Auszeichnung „Anerkennung bürgerschaftliches Engagement“ im Kreishaus zum „Tag des Ehrenamtes“ an Sabrina Berkold.

Musik ist im Leben der Seligenstädterin tonangebend und die musikalische Jugendförderung eine große Leidenschaft. Die 39-Jährige gilt als Vorbild und zeigt, wie persönliches Engagement dem Wohle der Gemeinschaft dienen kann. Sabrina Berkold ist eine engagierte Dirigentin des Schülerorchesters der Stadtkapelle Seligenstadt, sie spielt im Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr Mainflingen und macht sich als Vorsitzende der Landesmusikjugend Hessen e.V. für den musikalischen



Nachwuchs stark. Sie hat einen großen Anteil an der positiven Entwicklung der Landesmusikjugend, die mit rund 10.000 Mitgliedern in 370 Vereinen eine bedeutende Plattform für die musikalische Jugendförderung in Hessen darstellt. In der Landesmusikjugend Hessen fördert Sabrina Berkold mit viel Herzblut und fachlicher Kompetenz junge Talente. Sie sorgt dafür, dass Musikerinnen und Musiker die Chance erhalten, sich weiterzuentwickeln und in einer gemeinschaftlichen Umgebung Erfahrungen zu sammeln, die über die Musik hinausreichen.

In einer Zeit, in der die Kluft zwischen digitalen und realen Welten immer größer zu werden droht, gelingt es ihr, den Jugendlichen eine authentische und lebendige Verbindung zur Musik zu vermitteln, die weit mehr ist als nur das Erlernen von Noten und Tönen. Als Dirigentin und Dozentin stellt die Diplom-Musiktherapeutin ihre Fähigkeiten und ihr Wissen in den Dienst der jungen Generation. In der Landesmusikjugend Hessen organisiert sie jährlich Veranstaltungen, Fortbildungen, Konzerte und Workshops.

Foto: ah

## Öffnungszeiten des Wahlamts

**Mainhausen (DK)** Das Wahlamt der Gemeinde Mainhausen ist im Zeitraum vom 29. Dezember bis 2. Januar anlässlich der Kommunalwahl für die Abgabe von Wahlvorschlägen sowie Unterstützungsunterlagen geöffnet. Bürgerinnen und Bürger können das Wahlamt an folgenden Tagen im Rathaus Zellhausen aufsuchen: Montag, 29.12., von 9 bis 12 Uhr; Diens-

tag, 30.12., von 14 bis 17 Uhr; Freitag, 2.01., von 9 bis 12 Uhr. Bitte beachten Sie: An diesen Tagen ist ausschließlich das Wahlamt geöffnet. Die übrige Verwaltung sowie das Bürgerbüro in Mainflingen bleiben in dieser Woche geschlossen. Der Zugang erfolgt über den Haupteingang des Rathauses in Zellhausen. Bitte dort klingeln, um Einlass zu erhalten. Die On-

line-Terminbuchung für Termine ab dem 5.01.2026 und das Digitale Rathaus auf der Homepage [www.mainhausen.de](http://www.mainhausen.de) steht wie gewohnt jederzeit zur Verfügung. Bei Rückfragen zur Kommunalwahl können sich Parteien und Wählervereinigungen gerne an folgende Telefonnummer: 06182/8900-62 oder per Mail an [wahlamt@mainhausen.de](mailto:wahlamt@mainhausen.de) wenden.

# FROHE WEIHNACHTEN UND EIN GUTES NEUES JAHR

*Ihre*  
**Frankfurter Volksbank**  
Rhein/Main

# LÖWER

## FESTTAGSSTIMMUNG

MIT EINEM WEIHNACHTSMANN, DER GARANTIERT FÜR EIN LÄCHELN SORGT.

**BIO-WEIHNACHTSBÄUME  
OHNE CHEMIE UND  
KUNSTDÜNGER**

**SAMTIGE  
WEIHNACHTSMÄNNER**  
in verschiedenen Farben und Größen

STÜCK AB  
**2,99\***  
STATT  
~~4,99~~

**GOLDBACH/ASCHAFFENBURG**  
» A3 Ausfahrt AB-0st  
Mo.–Sa. 9–19 Uhr  
So 11–13 Uhr  
24.12. & 31.12.: 8–13 Uhr

**ROSSDORF**  
» Direkt an der B38  
Mo.–Fr. 8:30–18:30 Uhr  
Samstag 8:30–18:00 Uhr  
24.12. & 31.12.: 8:30–13 Uhr

**HANAU**  
» Gewerbegebiet HU-Nord  
Mo.–Sa. 9–19 Uhr  
24.12. & 31.12.: 9–13 Uhr

**MÖMLINGEN**  
» Direkt an der B426  
Mo.–Sa. 9–18:30 Uhr  
24.12. & 31.12.: 9–13 Uhr

**SELIGENSTADT**  
» A3 Abfahrt Seligenstadt  
Mo.–Sa. 9–18:30 Uhr  
24.12. & 31.12.: 9–13 Uhr

\* Nur solange der Vorrat reicht.





# Frohe Weihnachten.

Ein frohes Weihnachtsfest  
und ein glückliches neues  
Jahr!

Das wünschen wir Ihnen und  
Ihren Lieben.  
Bleiben Sie gesund.

Ihre  
Sparkasse Langen-Seligenstadt

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Langen-Seligenstadt

## Tiervermittlung: Ninchen und Rambo sollen nicht getrennt werden

Ninchen und Rambo, zwei Zwergkaninchen, hängen sehr aneinander und sollen gemeinsam ausziehen. Beide sind jetzt 5 Jahre alt. Ninchen ist sehr verschmust und lässt sich gerne streicheln. Rambo ist etwas zurückhaltender. Da kein Winterfell vorhanden ist, kann eine Außenhaltung erst im Frühjahr erfolgen. Mehr Informationen über Nin-

chen und Rambo erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. auf der Homepage: <https://tsvseligenstadt.de>; per Tel.: 06182-26626 ODER auch gerne per Mail: [info@tsv-seligenstadt.de](mailto:info@tsv-seligenstadt.de)



## STADTWERKE SELIGENSTADT

### WIR BRAUCHEN VERSTÄRKUNG!

- Fachkraft (m/w/d) im Bereich Tiefbau oder Straßenbau

Stellenausschreibung unter [www.seligenstadt.de/rathaus-und-politik/aktuelles/ausbildung-karriere/](http://www.seligenstadt.de/rathaus-und-politik/aktuelles/ausbildung-karriere/)

## Abfallkalender 2026

Verteilung an alle Haushalte bis 31. Dezember

Wie in den Vorjahren erfolgt die Verteilung des Abfallkalenders für das neue Jahr 2026 an alle Haushalte im Gemeindegebiet. Zwischen dem 15. und dem 31. Dezember werden nach und nach die Briefkästen Mainhausen mit einem Exemplar des Abfallkalenders für das kommende Jahr bestückt. Darüber hinaus sind nach der Erstverteilung (ab 2.01.26) weitere Kalenderdrucke des erneut allein durch Werbung finanzierten Abfallwegweisers auch in folgenden Verkaufsstellen für die gemeindlichen Restmüll- und Grünschnitt-/ Biosäcke erhältlich: DerDieDas (Poststelle), Babenhäuser Straße 14 in Zellhausen, Das Lädsche, Ginkgoring 70 in Mainflingen, Bürgerservice der Gemeinde Mainhausen in Mainflingen, Brüder-Grimm-Straße 24, Rathaus Zellhausen, Rheinstraße 3. Bitte die jeweiligen Öffnungszeiten beachten.

Der Abfallkalender kann auch als pdf-Datei und in weiteren Dateiformaten (ics oder iCal) von der Homepage der Gemeinde Mainhausen unter <https://www.mainhausen.de/abfallkalender> abgerufen werden. Auf Verschiebungen von Abfuhrtagen durch Feiertage und saisonale Umstellung des Leerungsturnus ist bitte zu achten, Einzelheiten können dem neuen Abfallkalender entnommen werden. Auch die Rückseite des Abfallkalenders ist wichtig, denn hier gibt es weitere Hinweise zur Abfallentsorgung in Mainhausen, z.B. die Einteilung der Abfuhrbezirke, die Standorte der Sammelcontainer für Verpackungsglas und Alttextilien, den Ort und die Zeiten für die Annahme von Wertstoffen und Elektroaltgeräten, Informationen zur Sperrmüllabfuhr und insbesondere auch die Service-Rufnummern der beauftragten Entsorgungsunternehmen für Fragen und Reklamationen.

## Froschhäuser Weihnachtszauber am 20. Dezember

**Froschhausen (DK)** Die Freiwillige Feuerwehr Froschhausen und die CDU Froschhausen laden gemeinsam am Samstag, 20. Dezember, ab 16 Uhr zum „Froschhäuser Weihnachtszauber“ an das dortige Bürgerhaus ein. Bei Glühwein und Kinderpunsch, Bier und Softgetränken, Bratwürstchen vom Grill, selbstgemachter Linsensuppe und frischen Crêpes soll in gemütlicher Atmosphäre Raum

für Begegnung und Gespräche entstehen. „Mit dem Froschhäuser Weihnachtszauber möchten wir den Menschen in unserem Stadtteil kurz vor den Feiertagen eine Möglichkeit geben, sich in geselliger Runde zu treffen und auf Weihnachten einzustimmen“, erklärt Thomas Lortz. Die Veranstalter freuen sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher.

## DER KURIER

Erste Hilfe

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

## DER KURIER

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

## DER KURIER

### NOTDIENSTE

20. bis 26. Dezember

20	EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN Nieuwpoorter Straße 68, Tel. 0 61 06 / 2 89 77 95
21	LÖWEN-APOTHEKE BABENHAUSEN Fahrstraße 81, Telefon 0 60 73 / 25 34
22	NIKOLAUS-APOTHEKE JÜGESHEIM Hintergasse 11, Telefon 0 61 06 / 36 66
23	BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02
24	SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80
25	SONNEN-APOTHEKE HAINSTADT Königsberger Straße 75, Telefon 52 84
26	GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT Offenbacher Landstraße 52, Telefon 46 67



# Goldhaus Obertshausen

## VERTRAUEN IST GOLD WERT

Ihr Partner für den Ankauf von Wertgegenständen wie zum Beispiel:

- Gold
- Silber
- Uhren
- Bestecke & Zinn

- Schmuck
- Münzen
- Barren
- Antiquitäten

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

Holger Honig

Holger Honig | Bahnhofstraße 58 | 63179 Obertshausen  
Tel.: 0 61 04 9 53 13 15 | [www.goldhaus-obertshausen.de](http://www.goldhaus-obertshausen.de)  
Mo-Fr: 10.00-13.00 Uhr | 15.00-18.00 Uhr oder nach Vereinbarung

rechts von der Kirche vor dem Pfarrhaus

Seit über 20 Jahren Ihr Experte vor Ort!

## elektrowarke

MEISTERBETRIEB

Wir danken unseren Kunden und Partnern für ein Jahr voller inspirierender Projekte und starker Zusammenarbeit.

Unser Highlight: das brandneue Studio in Rödermark. Ein Ort für Ihre Visionen, für Licht und moderne Technik, an dem wir Sie jederzeit herzlich willkommen heißen.

Wir wünschen Ihnen ein neues Jahr voller Komfort, Emotion und smarter Lösungen.

Frohe Weihnachten und ein elektrisierendes neues Jahr.

[elektrowarke.de](http://elektrowarke.de)

**Privater Ankauf von neuen und alten Antiquitäten.** Ich suche Gegenstände aller Art: Zinnfiguren, Zinnwaren, Silberbesteck, Porzellan, Bilder, Münzen, Uhren und Sammlerstücke. Privatankauf fair, diskret und zuverlässig mit kostenloser Besichtigung. D. Hermann Mobil ☎ 01578 122 87 59, E-Mail: [danjamohermann@gmail.com](mailto:danjamohermann@gmail.com)

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

**Frau Milli kauft:** Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Leder- und Lammfelljacken, Perücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Zinn, Bücher, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 07:30-21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 59772692

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

Rhein Main Verlag

## 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](http://www.draht-weissbaecker.de)  
E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

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

# KFZ-ANKAUF

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

PKW

BUSSE

GELÄDEWAGEN

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](mailto:a.g.automobile1@web.de) • [www.kfz-ankauf-24h.de](http://www.kfz-ankauf-24h.de)

## WIR SUCHEN ZUSTELLER

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

**Mehr Informationen:**  
☎ 06104 4970-90  
✉ [zusteller@egro-direktwerbung.de](mailto:zusteller@egro-direktwerbung.de)

## KFZ BAR ANKAUF

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

**Alles anbieten!** (Baujahr, km, Zustand egal)  
**Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.**

**Telefon: 06158 / 60 86 988 • 0173 / 30 87 449**

Kaufe Motorräder alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chopper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Auch mit Mängeln 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**

**Herr Eiffler kauft an** Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. **Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. – So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06105 / 9 67 60 55**

**Herr Zeiß kauft an** Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. **Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. – So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104 / 98 79 935**

**Automarkt**

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen,** ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

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

**Frau Reichelt kauft** Pelze, Nerze, Silberbesteck und Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Zinn, Perlen, Kupfer, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Leder- und Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Gardinen, Puppen, Orden, Figuren, komplette Nachlässe auch Haushaltsauflösungen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck. 100% seriös und diskret. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie kostenlose Wertschätzung. Zahle Bar und vor Ort. Täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne 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**

**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**

## Schule statt Fabrik

Klein-Krotzenburger Sternsinger machen sich für Kinderrechte stark

**Klein-Krotzenburg (DK)** Weltweit müssen rund 138 Millionen Kinder unter Bedingungen arbeiten, die ihnen schaden und ihre Rechte auf Schutz und Bildung verletzen. 54 Millionen Mädchen und Jungen gehen sogar einer ausbeuterischen und gefährlichen Arbeit nach, zum Beispiel in Steinbrüchen, Minen oder auf Kakaopflanzungen. Für ihre Interessen und Rechte macht sich die Aktion Dreikönigssingen 2026 stark. Unter dem Motto „Schule statt Fabrik - Sternsingen gegen Kinderarbeit“ ziehen auch in Klein-Krotzenburg am Samstag, 10. Januar, Königinnen

und Könige von Haus zu Haus. Fokusland ist diesmal Bangladesch in Südostasien, wo nach UN-Angaben rund 1,8 Millionen Kinder in der Landwirtschaft, in der Fischerei oder in der Textilbranche schuften müssen. Mit Prävention, Aufklärung, Bildung und Armutsbekämpfung setzen sich die von den Sternsingern weltweit geförderten Projekte gegen Kinderarbeit ein. In der Pfarrgemeinde St. Nikolaus ruft das Team um Steffen Berger Mädchen und Jungen dazu auf, sich zahlreich an der Sternsingeraktion zu beteiligen. Wer am 10. Januar in ein Königsgewand

schlüpfen will, um Spenden für Kinderprojekte in fast 100 Ländern zu sammeln, kann sich bis zum 26. Dezember in der Sakristei der St. Nikolaus-Kirche in eine Liste eintragen oder sich unter der Rufnummer 4320 im Pfarrbüro melden. Zur Einkleidung, Probe und thematischen Vorbereitung treffen sich die Kinder und Jugendlichen am Mittwoch, 7. Januar, um 15 Uhr im Pfarrsaal, Kirchstraße 25. Der Gottesdienst zur Aussendung der Sternsinger und Sternsingerinnen wird am Samstag, 10. Januar, um 9 Uhr in St. Nikolaus gefeiert. Danach starten die

Gruppen mit Stern und Sammelbüchse ihren Zug durch die Gemeinde, singen ihre Dreikönigslieder und schreiben auf Wunsch auch den Segen „20+C+M+B+26“ (Christus mansionem benedicat – Christus segne dieses Haus) mit Kreide an die Haustüren oder überreichen einen Aufkleber mit der Segensformel. Im vergangenen Jahr kamen beim Dreikönigssingen bundesweit rund 48 Millionen Euro zusammen. Das Geld floss weltweit in Projekte, mit denen Grundbedürfnisse von Kindern gestillt und sie in ihren Rechten gestärkt werden.

## Verdiente Mitglieder des Volkschors 1881 Klein-Krotzenburg

**Hainburg (DK)** Kürzlich hatte der Volkschor 1881 Klein-Krotzenburg zum Familienabend mit Weihnachtsmarkt eingeladen. Neben Glühwein und vielen Leckereien gab es einige Stände mit lokalen handwerklichen Gegenständen zu begutachten. Im Rahmen des kleinen Weihnachtsmarktes wurden die langjährigen Mitglieder des Vereins geehrt. Im Anschluss begrüßte Herr Karl-Georg Bub die Gäste des Weihnachtsmarktes und lobte den gelungenen Weihnachtsmarkt und die Vereinsarbeit des Volkschors, der zu einem der traditionsreichen Vereine der Dorfgeschichte von

Klein-Krotzenburg zählt. In seiner Rede hob Bub hervor, dass ein Verein von vielen Stimmen lebt – aber das manche Stimmen ein Stück weitertragen, manche Hände ein Stück mehr helfen und das manche Herzen ein Stück stärker zu-

sammenhalten. In den anschließenden Ehrungen wurden genau solche Menschen mit dem Ehrenpreis der ÖVV ausgezeichnet. Für Ihre langjährigen ehrenamtlichen Verdienste für den Volkschor 1881 Klein-Krot-

zenburg e.V. erhalten Sabrina Albrecht die Ehrenmedaille in Silber. Michael Zimmer erhält für seine tadellose 20-jährige Arbeit als Kassierer die Ehrenmedaille in Gold. Als weiteren Ehrenpreis erhielt der 1. Vorsitzende Thorsten Kramm die Ehrenmedaille in Gold. Thorsten ist von Kindesbeinen an mit dem Verein verwurzelt und blickt auf 27 Jahre Vorstandsarbeit zurück. Daneben ist er bei der Fastnacht und einigen weiteren Vereinen im Ort aktiv. Für diese Leistung überreichte Karl-Georg Bub, den sichtlich überraschten und Gerührten, den Ehrenpreis in Gold mit Urkunde. Foto: p





S(pi)eligenstadt – die Seligenstädter Spieletage

Langjährige Verdienste wurden gewürdigt

Jetzt Plätze für Gruppen reservieren

Joachim Bergmann ist nun Ehrenvorsitzender der CDU-Stadtverordnetenfraktion

Vom 22. bis 25. Januar werden im Evangelischen Gemeindezentrum Seligenstadt in der Jahnstraße 24 wieder Würfel gerollt, Karten gelegt und Spielfiguren gerückt: Zur vierzehnten Auflage der Seligenstädter Spieletage laden das Kinder- und Jugendbüro der Stadt Seligenstadt, das Katholische Jugendbüro Mainlinie und die Evangelische Kirchengemeinde Seligenstadt und Mainhausen ein. Über 800 Brett-, Karten- und Würfelspiele - von alten Klassikern bis zu Verlagsneuheiten

- stehen zum Ausprobieren bereit. „S(pi)eligenstadt“ wird am Donnerstag von 8 bis 20 Uhr, am Freitag von 8 bis 22 Uhr, am Samstag von 12 bis 23 Uhr und am Sonntag von 12 bis 18 Uhr geöffnet haben. Der Eintritt ist frei. Für Donnerstag und Freitag können Schulklassen sowie Gruppen aus Kindertagesstätten, Gemeinden, Vereinen und Betreuungseinrichtungen bereits jetzt Plätze reservieren. Auf dem Programm stehen auch wieder einige Turniere – zum Beispiel ein Qualifi-

kationsturnier zur deutschen Meisterschaft in „Siedler von Catan“ und eine hessische Landesmeisterschaft in „Mensch ärgere dich nicht“. Ein Spiele-Flohmarkt wird im benachbarten katholischen Gemeindezentrum St. Marien angeboten. Dafür werden gerne noch Spiele-Spenden angenommen. Sie können im evangelischen Gemeindezentrum abgegeben werden. Weitere Informationen, das Anmeldeformular für Gruppen und den Turnierplan gibt es unter [www.spieligenstadt.de](http://www.spieligenstadt.de).

**Seligenstadt (DK)** Der ehrenamtliche Stadtrat Joachim Bergmann ist nun Ehrenvorsitzender der CDU-Stadtverordnetenfraktion. Im Rahmen der Abschlussfeier der Unionsriege im Stadtparlament wurde Bergmann diese hohe Ehre zu teil. Der Ehrenvorsitzende des CDU-Stadtverbandes, Erster Stadtrat Oliver Steidl, und Fraktionsvorsitzender Stephan Böhm überreichten ihm die Ernennungsurkunde. Mit dieser Auszeichnung wird die jahrzehntelange Arbeit von Joachim Bergmann in den parlamentarischen Gremien der Stadt Seligenstadt gewürdigt. Bereits im Jahr 1997 wurde Joachim Bergmann nach der Kommunalwahl zum Fraktionsvorsitzenden gewählt. Er folgte in diesem Amt dem heutigen Landtagsvizepräsidenten Frank Lortz, der die Unionsfraktion von 1989 bis 1997 über acht Jahre führte. Bis 2021, mit einer Unterbrechung von 3 Jahren, stand Joachim Bergmann an vorderster kommunalpolitischer Front für die Christdemokraten in der Einhard-Stadt. Steidl und Böhm dankten ihm für seine überragende Leistung und gaben ihrer Freude Aus-



druck, dass Joachim Bergmann seine Bereitschaft erklärt hatte, auch nach der Kommunalwahl am 15. März 2026 weiter mitzuwirken. Der CDU-Kreisvorsitzende und Landtagsvizepräsident, Frank Lortz, der auch Ehrenbürger der Stadt Seligenstadt ist, bezeichnete das Wirken von Joachim Bergmann als beispielhaft. Er habe sich immer in den Dienst der gemeinsamen Sache gestellt. Und er sei dabei 20 Jahre lang die kommunalpolitische Autorität der CDU gewesen. Sein großer Sachverstand, sein Wissen um die administrativen Vorgänge und seine Prä-

senz brachten dem langjährigen Fraktionsvorsitzenden überall Achtung und Respekt ein. Frank Lortz: „Ich danke meinem Freund Joachim Bergmann für diese großartige Arbeit. Der Magistrat der Stadt Seligenstadt hat in ihm einen ehrenamtlichen Stadtrat, der wie kaum ein anderer aus seiner langjährigen Erfahrung erfolgreiche Beiträge leisten kann. Er hat die Auszeichnung und Ernennung zum Ehrenvorsitzenden der Stadtverordnetenfraktion mehr als verdient. Joachim Bergmann hat sich um das gemeine Wohl verdient gemacht.“

Foto: CDU

## Sternsinger aus Klein-Welzheim unterwegs

**Klein-Welzheim (DK)** Am 9. und 10. Januar 2026 sind die Sternsinger in Klein-Welzheim unterwegs. Als Heilige Drei Könige bringen die Mädchen und Jungen den Segen „Christus segne dieses Haus“ zu den Menschen im Ort. Die kommende Sternsingeraktion steht unter dem Motto „Schule statt Fabrik – Sternsingen gegen Kinderarbeit“. Denn weltweit müssen 138 Millionen Kinder zwischen fünf und 17 Jahren arbeiten, 54 Millionen von ihnen unter besonders gesundheitsschädlichen und ausbeuterischen Bedingungen. Auch im diesjährigen Beispieland Bangladesch. Im Rahmen der Aktion setzen sich die Sternsinger gegen Kinderarbeit ein und sammeln bei ihren Besuchen Spenden für Projekte, die Kinder weltweit unterstützen und fördern. Wer einen Sternsingerbesuch bei sich zu Hause in Klein-Welzheim wünscht, kann sich noch

bis zum 1. Januar anmelden. Dies ist per E-Mail an [sternsinger@marcellinus-petrus.de](mailto:sternsinger@marcellinus-petrus.de) mit Namen und Anschrift unter Angabe des Stichworts „Klein-Welzheim“ möglich. Wer sich bereits in den letzten Jahren für die Sternsingeraktion angemeldet hatte, ist automatisch wieder für einen Sternsingerbesuch vorgemerkt und braucht sich nicht erneut anzumelden.

### Mitmachen und die Welt verändern

Kinder und Jugendliche, die bei der Sternsingeraktion mitmachen möchten, sind herzlich willkommen. Die nächsten Vorbereitungstreffen sind am Montag, 29. Dezember und Dienstag, 6. Januar, jeweils um 10 Uhr im Pfarrheim St. Cyriakus. Hier gibt es alle Infos zum Ablauf, Gewänder werden anprobiert und die Lieder und Texte eingeübt. Am 6. Januar besuchen die Sternsinger im

Anschluss an das Treffen auch bereits die Kita St. Cyriakus und bringen den Kindern dort den Segen zum neuen Jahr. Für Fragen zum Mitmachen steht vorab Astrid Herr ([astridherr@web.de](mailto:astridherr@web.de)) gerne zur Verfügung. Den Abschluss der Aktion in Klein-Welzheim bildet wie immer ein Dankgottesdienst der Sternsinger. Dieser wird als Familiengottesdienst am Sonntag, 11. Januar um 10.30 Uhr in der Kirche St. Cyriakus gefeiert.

## Abfallkalender 2026 abholbereit

**Seligenstadt (DK)** Erster Stadtrat Oliver Steidl informiert, dass die Abfallkalender für 2026 wieder an verschiedenen Stellen zur Abholung bereit liegen. „Wie bereits im letzten Jahr wurden die Kalender von uns an verschiedene Abholstationen verteilt - das ist bisher gut angenommen worden, es gab keinerlei Beschwerden. Daher werden wir auch künftig keine flächendeckende Verteilung an die Haushalte mehr vornehmen.“ Die Kalender liegen spätestens ab 17. Dezember an folgenden Orten zur Abholung bereit:

- Empfang Rathaus, Marktplatz 1, Seligenstadt
- Bürgeramt, Frankfurter Straße 100, Seligenstadt
- Nachbarschaftshaus, Am Hasenpfad 31, Seligenstadt
- Tourist-Info, Aschaffburger Straße 1 (Einhardhaus), Seligenstadt
- Welzheimer Kiosk, Kettelerstraße 60, Klein-Welzheim
- Bäckerei Wolz, Kettelerstraße 23, Klein-Welzheim
- Bäckerei Wolz, Aschaffburger Straße 131, Seligenstadt
- Bäckerei/Cafe Haas, Palatiumstraße 2 (Marktplatz), Seligenstadt
- Haushaltswaren Link, Freihofstraße 1, Seligenstadt
- Kaufhaus Mittl, Aschaffburger Straße 16, Seligenstadt
- Bäckerei Hass, Steinheimer Straße 18, Seligenstadt

- Blumenhaus Zöller, Babenhäuser Straße 10, Seligenstadt
- Postfiliale, Bahnhofstr. 38, Seligenstadt
- Bäckerei Haas, Eisenbahnstr. 5, Seligenstadt
- Tankstelle Sattler, Steinheimer Straße 111, Seligenstadt
- Wertstoffhof Stadtwerke Seligenstadt, Am Eichwald 1, Seligenstadt
- Bäckerei Haas, Willi-Brehm-Straße 2, Seligenstadt
- Bäckerei Haas, An der Lache 2, Froschhausen
- Drogerie Schmitt, Offenbacher Landstr. 7-9, Fraoschhausen

Sollten die Kalender vorübergehend vergriffen sein, werden diese schnellstmöglich nachgeliefert.

Tipp: Viele Haushalte nutzen bereits die kostenlose MyMüll App, die über den Apple Store oder den Google Playstore auf jedem Smartphone installiert werden kann und über anstehende Abholtermine informiert. Auch wird der Abfallkalender wieder als Download auf der städtischen Homepage [www.seligenstadt.de](http://www.seligenstadt.de) bereitgestellt.

Bei Fragen steht das Umweltamt der Einhardstadt Seligenstadt unter den Telefonnummern 06182 873100, 873120 oder 873010 bzw. per Mail an [umweltamt@seligen-stadt.de](mailto:umweltamt@seligen-stadt.de) zur Verfügung.

Bei dir liegt Sparen im Trend?

SALE

bis -70%

19%<sup>1)</sup> MwSt.

geschenkt auf fast den gesamten Einkauf

Für bestehende und neue Bonus Club Mitglieder.

Ausgenommen alle Werbe- und Aktionsartikel aus den aktuellen und in den letzten 30 Tagen gültigen Prospekten auf [moemax.de/prospekte](http://moemax.de/prospekte)

1) Gültig von 20.12.2025 bis 23.12.2025. Ausgenommen reduzierte sowie in unseren Prospekten oder Werbemitteln beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen (z.B. andere Gutscheine oder Rabattaktionen) möglich. Auf deinen Einkauf gewährt Dir mömax einen Rabatt in Höhe des Mehrwertsteueranteils, der anfallen würde. Der Mehrwertsteueranteil entspricht einer Minderung von 15,96% des jeweiligen Kaufpreises. Allerdings kann mömax aus gesetzlichen Gründen nicht die Mehrwertsteuer als solche erlassen. Der Kassenbon 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 Kassenbon 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



Mehr als ein Trend:

Das Nr. 1 CBD Gel in Pharmaqualität

Was Sie über den Trendstoff wissen sollten und warum er Anwender begeistert

Der wertvolle Wirkstoff Cannabidiol, kurz CBD, wird aus der Hanfpflanze gewonnen und beschäftigt Wissenschaftler auf der ganzen Welt, denn in dem Pflanzenstoff steckt enormes Potenzial, darüber sind sich die Fachleute einig. Aber wie können Millionen Menschen von dem Cannabisstoff profitieren? So viel sei verraten: Es hat mit einem hochdosierten CBD-Produkt aus der Apotheke zu tun.

Der älteste Hanf-Fund in Europa liegt in Deutschland und wird auf 5500 v. Chr. datiert. Damals war jedoch noch nicht zu erahnen, dass insbesondere der Cannabisstoff CBD einmal einen Siegeszug in der Wissenschaft antreten würde. Heute ist ein regelrechter CBD-Boom ausgebrochen. Kein Wunder, denn anders als der ebenfalls bekannte Cannabisstoff THC

(Tetrahydrocannabinol), der für die berauschende Wirkung der Cannabisdroge verantwortlich ist, macht CBD weder „high“ noch abhängig. Sogar die WHO (Weltgesundheitsorganisation) stuft CBD als sichere Substanz mit einem geringen Risiko ein.<sup>1</sup> Zahlreiche Studiendaten deuten bereits darauf hin, dass CBD einen äußerst vielfältigen therapeutischen Nutzen haben könnte.

Deutsche Forscher entwickelten erstes Gel mit höchstem CBD-Gehalt pro Tube

Auch ein deutsches Forschungsteam hat sich umfassend mit den vielfältigen Cannabissorten und Extraktionsverfahren beschäftigt. Dabei ist den Wissenschaftlern ein Mega-Erfolg gelungen: Mittels eines speziellen CO<sub>2</sub>-Verfahrens konnten sie aus der besonderen Cannabissorte sativa L.



Wissenschaftler das wertvolle Cannabis CBD Gel mit Menthol und Minzöl an. Dieses hochdosierte CBD Gel ist heute unter dem Namen Rubaxx Cannabis CBD Gel in der Apotheke vor Ort oder online erhältlich.

Im Netz findet man inzwischen zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern. So berichtet eine Anwenderin über das CBD Gel: „Ein sehr gutes Produkt! Schon nach kurzer Anwendung hat sich ein beeindruckender Erfolg eingestellt. Durch die einfache Handhabung und praktische Verpackung kann man es immer dabei haben. Das Preis-Leistungs-Verhältnis ist sehr gut.“



Rubaxx®

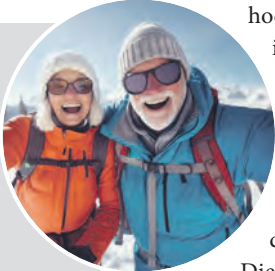
Jetzt Rubaxx CBD Gel auf [rubaxx.de](https://rubaxx.de) bestellen und bis zu 17 %\* sparen!



\*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

Produkttest zeigt: 98 %<sup>2</sup> der Anwender sind von diesem hochdosierten CBD Gel überzeugt

In einem Produkttest<sup>2</sup> hat das Rubaxx Cannabis CBD Gel hervorragende Ergebnisse erzielt. 3 Wochen lang testeten Anwender das Produkt. Die Ergebnisse sprechen für sich: Die Weiterempfehlungsrate der Tester lag bei 98 %, die Zufriedenheit mit dem Produkt sogar bei 99 %! 95 % finden, dass das Gel schnell einzieht.



hochwertiges, reines CBD isolieren und als Rubaxx Cannabis CBD Gel auf den Markt bringen. Kein Wunder, dass es inzwischen das meistverkaufte<sup>3</sup> CBD Gel in deutschen Apotheken ist. Die Experten machten damals nicht nur das erste Gel mit

dem höchsten CBD-Gehalt pro Tube in deutschen Apotheken verfügbar, sondern stellten auch sicher, dass es unter strengen deutschen Pharmastandards mit neuester Technologie hergestellt wird.

Basierend auf ihrem Fachwissen über natürliche Pflanzen- und Inhaltsstoffe reicherten die

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Cannabis CBD Gel**  
(PZN 16330053)

<sup>1</sup>WHO Report Finds No Public Health Risks Or Abuse Potential For CBD. To date, there is no evidence of recreational use of CBD or any public health related problems associated with the use of pure CBD. • <sup>2</sup>Quelle: von 250 Anwendern auf [kjero.com](https://kjero.com) getestet, 11/2022, n=219 • <sup>3</sup>CBD Gele; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2025 • Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält CBD, kein THC. • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

Das Geheimnis des Model-Glows?  
Eva Padberg verrät es!

Für schöne Haut, Haare und Nägel empfiehlt Topmodel Eva Padberg das Nr. 1\* Kollagenpulver aus der Apotheke

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

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

Wahrheit steckt dahinter? Und was sagt die Wissenschaft?

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

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

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



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

Geschmacksneutral und hervorragende Löslichkeit

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

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

Ein schöner Geschenk-Tipp zu Weihnachten

Für Ihre Apotheke:  
**pureSGP Kollagen Peptide**  
(PZN 19120155)

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

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



Mein Beauty-Geheimnis?  
Jeden Morgen pureSGP Kollagen – weil meine Haut und Haare das Beste verdienen."

Eva Padberg



Reinstes Kollagen in Apothekenqualität

Online Shop:  
[www.pureSGP.de](https://www.pureSGP.de)

<sup>1</sup>Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. Nutrients. 2017 Aug 12;9(8):866 • <sup>2</sup>Kollagenpulver; Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2025 • <sup>3</sup>Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei, Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Vitamin D trägt zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei.





# Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

## Spendensumme wird verdoppelt zugunsten des VKKD e. V.

**SÜDHESSEN (PM).** Bereits seit vielen Jahren unterstützt die Rhein Main Verlags GmbH den VEREIN FÜR KREBSKRANKE und chronisch kranke KINDER DARMSTADT/ Rhein-Main-Neckar e. V. regelmäßig. Zur Weihnachtszeit bitten wir dazu unsere Kunden um Unterstützung. Durch die Weihnachtsanzeigen auf diesen Seiten helfen uns Kunden, Partner und Freunde. Die Rhein Main Verlags GmbH wird die Spendensumme verdoppeln.

### Über VKKD

Seit über 30 Jahren unternimmt der Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/ Rhein-Main-Neckar e.V. alles in seiner Macht stehende, um den schwer Kranken Kindern und Jugendlichen mit ihren Eltern und Geschwistern in dieser schweren Zeit das Leben so erträglich wie möglich zu gestalten.

Der Verein bietet psychosoziale und familientherapeutische Unterstützung an und versucht Die Familien finanziell und organisatorisch zu entlasten. Bisher hat der Verein keine Staatliche Unterstützung erhalten und ist damit auf die Spendenbereitschaft aus der Bevölkerung angewiesen. Dank der vielen großzügigen Spenden und Unterstützungen In den vergangenen Jahren kann der Verein den Kindern und ihren Angehörigen individuell helfen.

**Im letzten Jahr konnten dem Verein stolze € 10.000,00 gespendet werden.**

**Wenn auch Sie den Verein unterstützen möchten, freuen sich die Kinder über jeden gespendeten Euro:**

**Spendenkonto des Vereins:**  
**Sparkasse Darmstadt**  
**IBAN: DE17 5085 0150 0006 002200**  
**BIC: HELADEF1DAS**





Grafik: Adobe Stock/3rus\_msh





# Volksleiden Reizdarm: Ist das die wahre Ursache?

## Aktuelle Forschungsergebnisse könnten das Rätsel um das mysteriöse Volksleiden lösen

Es ist ein Rätsel, fast so alt wie die moderne Medizin selbst: Warum leiden so viele Erwachsene immer wieder unter Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen – ohne dass eine Ursache zu identifizieren ist? Bereits vor über 2000 Jahren beschrieb Hippokrates einen Patienten mit unerklärbaren Darmbeschwerden. Genau wie er tappten Ärzte und Wissenschaftler noch über Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende hinweg im Dunkeln – ohne herauszufinden, wodurch dieses mysteriöse Leiden ausgelöst wird.

Während die Medizin riesige Fortschritte machte und durch die Entdeckung von Antibiotika, Impfungen sowie immer neuen Wirkstoffen selbst seltene Krankheiten behandelbar wurden, blieb die Ursache dieser wiederkehrenden Darmbeschwerden weiterhin unentdeckt.

Mit der Zeit entwickelte sich für diese unerklärlichen Beschwerden das Bild des „gereizten Darms“, später formte sich der Begriff des Reizdarmsyndroms.

Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werfen ein neues Licht auf mögliche Ursachen – und machen zugleich Millionen Reizdarm-Betroffenen Hoffnung.

### Was ist ein Reizdarm-syndrom?

Ein Reizdarmsyndrom äußert sich in wiederkehrenden Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung, welche im Wechsel, in Kombination oder auch einzeln auftreten können und in ihrer Intensität, Häufigkeit und Dauer variieren. Für Betroffene stellt dies eine erhebliche Belastung im



Die Ursache des Reizdarmsyndroms ist häufig eine geschädigte Darmbarriere. Durch sie können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen und das enterische Nervensystem reizen.

Alltag dar, die die Lebensqualität stark einschränken kann. Aktuelle Zahlen des Barmer Arztreports zeigen, dass sich dieses Beschwerdebild in den vergangenen Jahren zu einer echten Volkskrankheit entwickelt hat: Mittlerweile leiden schätzungsweise 11 Millionen Deutsche unter einem Reizdarm, Tendenz steigend.<sup>1</sup>

### Forschungsergebnisse zeigen mögliche Ursache

Aktuelle Studienergebnisse kommen nun zu dem Schluss, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache des Reizdarmsyndroms ist. So fanden amerikanische Forscher heraus, dass die Darmbarriere einer Patientengruppe mit wiederkehrenden Darmbeschwerden

ungewöhnlich durchlässig, geradezu löchrig war. Wissenschaftler betitelten dies im Englischen mit dem Schlagwort „Leaky Gut“, auf Deutsch „durchlässiger Darm“. Durch diese kleinsten Schädigungen der Darmbarriere können Erreger oder ungewünschte Stoffe in die Darmwand eindringen und das Darmnervensystem reizen – was zu den typischen Symptomen wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen führen kann.<sup>2</sup>

### Durchbruch in der Forschung

Auf Basis dieser Erkenntnisse begab man sich auf die Suche nach einer wirksamen Lösung. Dabei stießen italienische Wissenschaftler auf einen ganz speziellen Bifido-Bakterienstamm: B. bifidum MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Das Forscherteam stellte sich die folgende Frage: Konnten durch das Anlegen der Bakterien an die Darmbarriere die Schädigungen wie unter einem Pflaster abklingen – und in der Folge auch wiederkehrende Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen zurückgehen?

Um eine Antwort auf diese Frage zu bekommen, führten sie eine wissenschaftliche Studie nach dem höchsten wissenschaftlichen Standard, dem sogenannten Goldstandard, durch. Das Ergebnis war ebenso beeindruckend wie eindeutig: Bei den Patienten mit einem Reizdarm, die den speziellen Bakterienstamm bekommen hatten, konnte eine um ein Vielfaches höhere Verbesserung der Beschwerden festgestellt werden als in der Kontrollgruppe



Ärzte-Odyssee: Laut eines deutschen Arztreports dauert es oftmals bis zu 8 Jahre, bis die Diagnose Reizdarm gestellt wird.

mit Placebo. Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.<sup>3</sup>

### Erfahrungen mit B. bifidum HI-MIMBb75

Der Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner nochmals weiterentwickelten hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten, das mittlerweile zu den meistverkauften Präparaten gegen Reizdarmbeschwerden in ganz Europa gehört.<sup>4</sup> Dieser Erfolg

spiegelt sich auch in vielen Nutzerbewertungen wider. So schrieb Nutzer Hugo B.: „Es half mir mit meinem Reizdarm echt super. Die Beschwerden hatte ich seit Jahren. Jetzt habe ich zum ersten Mal für längere Zeit ‚Ruhe‘ im Darm!“

Der Bakterienstamm gilt zudem als gut verträglich, Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich, kann aber auch ganz bequem direkt beim Hersteller unter [www.kijimea.de](http://www.kijimea.de) erworben werden.

### Wie ein Pflaster für den gereizten Darm.

- ✓ Mit dem einzigartigen Bakterienstamm B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen
- ✓ Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt<sup>5</sup>

Für Ihre Apotheke:

**Kijimea Reizdarm PRO**  
(PZN 15999676)

[www.kijimea.de](http://www.kijimea.de)

<sup>1</sup>Straub C et al. Arztreport 2019 – Pressemappe. 2019. • <sup>2</sup>Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. Journal of clinical gastroenterology, May-Jun 2007; 41 Suppl 1, 7-19. • <sup>3</sup>Guglielmetti S et al. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – A double-blind, placebo-controlled study. Aliment Pharmacol Ther. 2011;33(10):1123-1132. • <sup>4</sup>Insight Health, MAT 12/2024, u. a. DE, AT, ES, IT. • <sup>5</sup>Andresen V et al. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul; 5 (7), 658-666. • Name und Abbildungen der Betroffenen geändert.

# KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

NEU

Ein Gefühl von

## Kribbeln, Brennen, Spannung in den Beinen?

Immer mehr Anwender vertrauen auf ein neues Apotheken-Gel – entwickelt von Nervenspezialisten

Kribbeln, Brennen oder Spannungsgefühle, oft begleitet von trockener Haut. Solche Symptome deuten auf eine Überlastung des Nervensystems hin. Eine Pflege, die kühlt, beruhigt und die Hautbarriere stärkt, ist hier entscheidend – wie das neue Restaxil Gel aus der Apotheke.

### Inspiziert von Nobelpreis-Forschung

Der Feuchtigkeitstransport in der Haut erfolgt über sogenannte Aquaporine – winzige Wasserkanäle, deren Entdeckung mit dem

Nobelpreis ausgezeichnet wurde. **Hydagen Aquaporin** im Restaxil Gel aktiviert diese Strukturen und stärkt so Feuchtigkeit und Schutzfunktion der Haut. Denn eine intakte Hautbarriere ist wichtig, um äußere Reize abzuwehren.

Die im Restaxil Gel enthaltene Formulierung **Koko ML Plus** stimuliert Kälterezeptoren der Haut und erzeugt ein anhaltendes Frischeempfinden – besonders bei Missempfindungen oder schwerem Gefühl in den Beinen eine Wohltat.



Der pflanzliche Komplex **Legactif** aus Goldrute, Mäusedorn und Zitrone unterstützt die Durchblutung, verringert Ödeme

und regt die Mikrozirkulation an. Ergänzend dazu enthält das Restaxil Gel **Johanniskraut**, das als Helfer bei nervenbedingten

Beschwerden gilt. Der Extrakt entfaltet seine beruhigenden, regenerierenden Eigenschaften genau dort, wo die Haut besonders gestresst ist.

### Restaxil Gel – gezielte Pflege mit wissenschaftlichem Anspruch

Die Kombination aus biotechnologisch entwickelten Feuchtigkeitsspendern, physiologisch aktiven Pflanzenextrakten und neuartigem Menthol-Derivat macht Restaxil Gel zu einer dermatologisch geprüften Pflege-

Innovation. Das Gel zieht schnell ein und fettet nicht. Es ist ganz neu und in Ihrer Apotheke oder online erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

**Restaxil Gel**  
(PZN 19649387)

[www.restaxil.de](http://www.restaxil.de)

**Restaxil®**



Grafik: Adobe Stock/3rus, msh

**fröhliche Weihnachten & ein gutes neues Jahr**  
**optalio**  
 empower your data  
 Web: www.optalio.de  
 Tel.: +49 (0) 6196 78077 13

**M.I.I.A.C.**  
 Wir wünschen allen unseren Kunden und Freunden frohe Weihnachten und ein erfolgreiches neues Jahr!  
 M von A & C GmbH  
 Meeraner Straße 17F  
 12681 Berlin

**MAX-GRUPPE**  
 OFFENBACH, BISCHOFSHAIN, HEUSENSTAMM, RÖDERMARK.  
 Das Team der M.A.X. GRUPPE wünscht allen Kundinnen und Kunden ein schönes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr!  
 Audi SKODA VW

**Aledius**  
 Quantum Investments  
 Web: www.aledius.com/jetzt-starten  
 Tel.: +49 (0) 6196 78077 12

**SCHÖNER WOHNEN**  
 Kuhn GmbH & Co. KG  
 Individuelle Wohn(t)räume aus Expertenhand  
 Düsseldorf Straße 12 • 63110 Rodgau  
 Tel. 0 61 06 / 6 39 65 52  
 www.schoenerwohnen-kuhn.de  
 Wir wünschen unseren Kunden frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr!  
**JOKA**  
 FACHBERATER

**VEREIN für KREBSKranKE und CHRONISCH KranKE KINDER** Darmstadt / Rhein-Main-Neckar e.V.

Gesundheit

ANZEIGE

NEU

# Volksleiden versteckter Magnesiummangel?

Schlechter Schlaf, Reizbarkeit, Erschöpfung – was wie Stress aussieht, ist oft ein versteckter Magnesiummangel

Wer sich tagsüber erschöpft, ausgelaugt und antriebslos 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. So kommt es laut aktueller Forschung bei rund 10 bis 30 % der Menschen zu einer Unterversorgung.

## 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 und innerlich zur Ruhe zu kommen. Gleichzei-



tig 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. Ist der Magnesiumspiegel im Gleichgewicht, fällt es vielen Menschen leichter, nachts besser zu regenerieren und am Morgen frischer in den Tag zu starten.

## Auf die richtige Kombination kommt es an

Kein Wunder also, dass Magnesium heute so gefragt ist

wie nie. Doch Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Besonders empfehlenswert sind Kombinationen verschiedener

Verbindungen, die Muskeln, Nerven und Psyche umfassend unterstützen. Hochwertiges Magnesiumbisglycinat überzeugt beispielsweise durch eine hohe Bioverfügbarkeit, wird also vom Körper besonders gut aufgenommen.

## Baldriparan Magnesium Plus – mit dem Plus für eine verkürzte Einschlafzeit

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 erholt in den neuen Tag zu starten.

## Magnesium: Kraftspender für jede Zelle

Magnesium steckt in nahezu jeder Körperzelle und ist unverzichtbar für die Energiegewinnung – so bleiben wir leistungsfähig und konzentriert. Ein Mangel kann sich durch Probleme im Schlaf, Muskelkrämpfe oder Unruhe zeigen. Da der Körper Magnesium nicht selbst bildet, ist eine ausreichende Zufuhr über Ernährung oder Ergänzung wichtig – für einen ausgeglichenen Tag und eine entspannte Nacht.

Für Ihre Apotheke:

**Baldriparan**  
**Magnesium PLUS**  
 (PZN 19927389)

www.baldriparan.de

**Baldriparan®**  
**Magnesium**



NEU



# Wir wünschen besinnliche Weihnachten

Weihnachten ist die Zeit, innezuhalten und an das zu denken, was wirklich zählt – Miteinander, Geborgenheit und Zuhause-Sein.

Aus diesem Gedanken heraus unterstützen wir das Weihnachtsprojekt zugunsten des **Vereins für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt e.V.** – mit Herz und Engagement für Kinder.

Wir wünschen frohe Weihnachten, Gesundheit und Zuversicht im neuen Jahr!

**LOGOCLIC<sup>®</sup>**

**PROBAU<sup>®</sup>**

 **Exklusiv im BAUHAUS**

**Besuchen Sie uns auf:**

[www.bauhaus.info](http://www.bauhaus.info)

[www.probau.eu](http://www.probau.eu)

[www.logoclic.info](http://www.logoclic.info)





**WIR WÜNSCHEN  
FROHE WEIHNACHTEN  
UND EIN  
ERFOLGREICHES  
NEUES JAHR!**



*A Real Classic*

**Hilling**

**Lambretta**  
GET REAL GO REAL

Reisemobil Center  
**Südhessen**

www.reisemobilcenter-suedhessen.de



**KFZ-Servicepoint  
Hilling GmbH**

Einsteinstraße 28 · 64859 Eppertshausen  
0171 - 53 97 96 3 · verkauf@kfz-servicepoint.de

werthoch**zwei**



# Frohe Weihnachten & ein gutes neues Jahr!

★ ★ Wir wünschen geruhsame ★ ★  
Feiertage und ein gesundes 2026!

Dr. Patricia Stüwe-Mathijssen  **Rechtsanwaltskanzlei**

Dr. Patricia Stüwe-Mathijssen  
Rechtsanwältin  
Master of Laws (LL.M.)\*  
\*State University of New York (UB)

**Tätigkeitsschwerpunkte**  
Strafrecht, Mietrecht, Privates  
Baurecht, Vertragsrecht,  
Werkvertragsrecht

Bahnhofstraße 47 • 63500 Seligenstadt  
Tel.: 06182 / 8 94 60-0 • Fax: 06182 / 8 94 60-11 • Kanzlei@psm-kanzlei.de  
[www.psm-kanzlei.de](http://www.psm-kanzlei.de)

★  ★  
**OPTIK CREMER**  
BRILLENMODE + KONTAKTLINSEN

Allen eine  
schöne Weihnacht  
und ein gesundes  
Wiedersehen in 2026



**Zeit für Ihre Augen!**

**Urberach**  
Konrad-Adenauer-Str. 14  
Telefon 06074/6 73 06

**Ober-Roden**  
Frankfurter Straße 15  
Telefon 06074/9 82 62  
[www.optik-cremer.de](http://www.optik-cremer.de)

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr!

## Wir polstern für Sie



**Wir bieten Ihnen:**

- Fertigung exklusiver Polstermöbel
- Individuelle Gestaltung nach Maß
- Aufarbeitung und Neubezug
- Große Auswahl an Stoff- und Ledermustern



**Josef Müller & Söhne GmbH**  
Ringstraße 16 (Werkstatt)  
64859 Eppertshausen | Tel. 06071/31408  
[info@polstereimueller.de](mailto:info@polstereimueller.de) | [www.polstereimueller.de](http://www.polstereimueller.de)



**BerufsAkademie Rhein-Main**  
University of Cooperative Education

## Duales Studium für Deine Karriere: praxisorientiert und international



Ein erfolgreiches und herausforderndes Jahr neigt sich dem Ende. Wir freuen uns sehr, dass wir auch in diesem besonderen Jahr zahlreiche neue Studierende an unserer Berufsakademie willkommen heißen durften und weiterhin zu den größten Anbietern dualer Studiengänge in Deutschland zählen.

**Wir danken unseren Geschäftspartnern, Studierenden und Freunden für ihr Vertrauen und wünschen allen eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.**



**Das Wichtigste über die Berufsakademie Rhein-Main**

Mit über 700 Studierenden und mehr als 160 attraktiven Partnerunternehmen ist die BA Rhein-Main die **größte eigenständige Berufsakademie in Hessen**.

Zusätzlich zur Vermittlung der theoretischen Grundlagen sammeln Studierende im dualen Studium der BA Rhein-Main in den Praxisphasen wertvolle erste Berufserfahrungen bei unseren Partnerunternehmen – ein echter Karrierevorteil!

**Unsere nationalen und internationalen dualen Bachelor-Studiengänge**

- **Betriebswirtschaftslehre und Internationales Management** mit zahlreichen attraktiven Studienprogrammen und Fachrichtungen, wie z.B. Internationales Marketing u. Media Management, Steuern & Prüfungswesen, Digital Management, Banking & Finance, Hotelmanagement & Systemgastronomie, Spedition & Logistik, Industrie, Handel & Dienstleistungen
- **Wirtschaftsinformatik**
- **Angewandte Informatik**
- **Wirtschaftsingenieurwesen – Digital Management and Engineering**



**Bewirb' Dich jetzt und starte zum nächsten Wintersemester Deine duale Karriere an der BA Rhein-Main!**



Mehr Infos  
über unser  
duales Studium  
[www.ba-rm.de](http://www.ba-rm.de)



## Baugesellschaft Turnus mbH

Bauausführungen jeder Art · Hochbau & Gewerbebau · Wohnungsbau

## Frohe Weihnachten und ein erfolgreiches, neues Jahr

Liebfrauenstr. 13 · Münster · Tel. 0 60 71 - 3 53 82 · [www.turnusbau.de](http://www.turnusbau.de)