

# mein südhessen<sup>6</sup>

6. Dezember 2025

Das Leben in Mörfelden-Walldorf, Auflage 11.553



Alle E-Paper, Nachrichten  
und Anzeigen  
**Einfach scannen und mehr lesen**  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



mein südhessen  
auf Facebook



Tiere der Woche

Tiere suchen  
ein neues  
Zuhause.



Grafik: Freepik

Seite 11



**EGRO**  
Direktwerbung GmbH

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

Mehr Informationen:  
06104 4970-90

[zusteller@egro-direktwerbung.de](mailto:zusteller@egro-direktwerbung.de)



Auf den Wanderwegen rund um Nonnweiler lohnen sich Pausen:  
Hier mit Blick auf die Talsperre Nonnweiler. Mehr auf Seite 2.

Foto: DJD/Tourist Information Nonnweiler/Anton Didas

Farbenzauber im Naturparadies  
**Auf den Spuren der Kelten den Herbst genießen**

**Wir möchten Danke sagen  
für Ihre Unterstützung im Jahr 2025!**

**HOSPIZ GG  
STIFTUNG**

© NOOKTA visualisierungen

**Wir bauen ein Hospiz für den  
Kreis Groß-Gerau. Helfen Sie mit!**

**KONTODRÖSCHER** Hospizstiftung GG  
**BANK** Kreissparkasse Groß-Gerau  
**IBAN** DE72 5085 2553 0016 1373 33  
**BANK** Volksbank Darmstadt Mainz eG  
**IBAN** DE30 5519 0000 0681 2970 16  
**VERWENDUNGSZWECK**  
Weihnachtsanzeige

[www.hospiz-gg.de](http://www.hospiz-gg.de)



## GEBIETSBETREUER (m/w/d)

### Dafür sorgen wir:

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

### Das bringen Sie mit:

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

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

**Bewerbung einfach an:** [daniele.dauria@egro-direktwerbung.de](mailto:daniele.dauria@egro-direktwerbung.de)  
oder anrufen unter Tel.: 0 61 04 / 49 70-61  
EGRO Direktwerbung GmbH  
Bieberer Str. 137 | 63179 Oberursel  
Weitere Informationen unter: [www.egro-direktwerbung.de](http://www.egro-direktwerbung.de)

# Farbenzauber im Naturparadies

Auf den Spuren der Kelten den Herbst genießen

(DJD). Die Blätter rascheln im Wind und unter den Füßen. Sie leuchten rot und gelb, vereinzelt sind sie bereits braun geworden. Zwischen den Stämmen bildet sich leichter Nebel, kein Tier ist zu hören. Wer im herbstlichen Saarland wandert, landet in einer mystischen Welt. Besonders reizvoll ist sie im Norden des kleinen Bundeslands: In Nonnweiler und dem Nationalpark Hunsrück-Hochwald waren bereits die alten Kelten unterwegs.

### Die Kelten hautnah erleben

Die Kelten prägten über Jahrhunderte die Kultur und Geschichte Mitteleuropas. Sie waren begnadete Metallarbeiter, bauten beeindruckende Ringwälle und hatten eine eigene, komplexe Gesellschaft sowie Religion. In der Nähe von Nonnweiler befindet sich der Keltische Ringwall Otzenhausen, der zu den eindrucksvollsten keltischen Festungsanlagen Europas zählt. Die Hauptmauer des monumentalen Bauwerks war über zehn Meter hoch und bis zu 40 Meter breit – ein Großteil davon ist heute noch zu bestaunen. Am Fuße des Ringwalles steht ein „echtes“ keltisches Dorf, so wie es vor 2.000 Jahren innerhalb der gewaltigen Festungsanlage auf dem Dollberg ausgesehen haben könnte. Wer möchte, kann sich von einem Druiden herumführen lassen, der von den letzten Tagen der Treverer erzählt, einem keltischen Volksstamm.

### Eins mit der Natur werden

Um unseren Vorfahren noch näher zu kommen, bietet es sich an, den Besuch des Ringwalls Otzenhausen mit einer Wanderung zu verbinden. Auf der 11,4 Kilometer langen „Traumschleife Dollbergschleife“ stieftelt man durch ruhige, unberührte Nationalpark-Wälder – perfekt, um sich wie die Kelten eng mit der Natur verbunden zu fühlen. Eine moderate Steigung führt auf den 693 Meter hohen Dollberg, den höchsten Berg im Saarland. Oben angekommen schwelgt der Blick in die Ferne über ein rot-gelb-leuchtendes Blätterdach, und die Herbstsonne spiegelt sich im Wasser der fjordartig anmutenden Talsperre Nonnweiler. Das größte Trinkwasserreservoir im Saarland und Rheinland-Pfalz hat man zuvor passiert, genauso wie die Wiege der saarländischen Eisenindustrie: den rekonstruierten Züscher Hammer, ein Eisenhüttenwerk aus dem 17. Jahrhundert. Wer die erste Tour geschafft hat, findet unter [www.nonnweiler.de](http://www.nonnweiler.de) weitere Wanderwege, die zu Entdeckungstouren rund um den Saar-Hunsrück-Steig einladen. Die Hubertusrunde beispielsweise gibt einen anderen Blick auf die Talsperre frei, führt über schmale Pfade durch alte Buchenbestände und entlang der Prims und des Forstelbachs. Nach den Wanderungen gibt es leckere Hausmannskost in einer der lokalen Gaststätten.

# KFZ-ANKAUF

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

<b>PKW</b>	<b>BUSSE</b>	<b>GELÄNDEWAGEN</b>	<b>WOHNMOBIL</b>	<b>UNFALLWAGEN</b>	<b>MOTORRAD</b>

**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)

## Wackelig auf den Beinen?

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

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

### Ein spezieller Dual-Komplex bekämpft Schwindelbeschwerden

Nach intensiver Recherche gelang es einem Team aus Wissenschaftlern, zwei Heilpflanzen zu finden, die bei Schwindelbeschwerden sowie häufigen Begleitsymptomen, wie z.B. Kopfschmerzen und Übelkeit, helfen können: Anamirta coccus (Scheinmyrte) und Gelsemium sempervirens (Gelber Jasmin). Ein Dual-Komplex aus diesen beiden pflanzlichen Wirkstoffen ist in den rezeptfreien Arzneityropfen Taumea (Apotheke) enthalten. Taumea hat keine bekannten Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.

Abbildung Betroffenen nachempfunden

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



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

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

Für Ihre Apotheke:  
**Taumea**  
(PZN 07241184)

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



NEU

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

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

### Der Premium-Einschlafbegleiter

Der neue Abendmoment wird getragen von einer Kombination bewährter Inhaltsstoffe. Melatonin, das zentrale Schlafhormon, verkürzt nachweislich die Einschlafzeit. Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion sowie zu einem normalen Nervensystem bei. Auch Glycin spielt eine wichtige Rolle: Studien zeigen, dass es die Schlafqualität bei Personen mit chronisch schlechtem Schlaf fördert und die Erholung nach Belastung verbessern kann.<sup>1,2</sup> Es unterstützt den Schlaf auf natürliche Weise, ohne die Schlafarchitektur zu stören oder am nächsten Tag zu ermüden.<sup>3</sup>



in eine wohlsmckende Tasse voller Abendruhe. Einfach das Pulver – mit natürlichem Vanillegeschmack – kurz vor dem Schlafengehen als milde Ergänzung in Ihr Lieblingsgetränk einröhren, warm oder kalt genießen – und sanft einschlafen.

NEU

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
**Gute Nacht Drink**  
(PZN 20092398)  
[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)



### 70 Jahre Schlafexpertise in einer Tasse

Wenn es um erholsame Nächte geht, gilt Baldriparan seit über 70 Jahren als Spezialist. Ihre pharmazeutische Expertise stecken die Schlafspezialisten nun

Baldriparan® Gute Nacht Drink ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Vitamin B6 trägt zu einer normalen psychischen Funktion bei und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung. •<sup>1</sup>Ramos-Jiménez et al. 2024. An Update of the Promise of Glycine Supplementation for Enhancing Physical Performance and Recovery. •<sup>2</sup>Yamadera et al. 2007. Glycine ingestion improves subjective sleep quality in human volunteers, correlating with polysomnographic changes. •<sup>3</sup>McCarty et al. 2018. Dietary Glycine Is Rate-Limiting for Glutathione Synthesis and May Have Broad Potential for Health Protection. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

# 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](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



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.

# Dranbleiben lohnt sich

Wie man eine Nagelpilz-Therapie auch im Winterhalbjahr konsequent durchhält

**(DJD).** Wenn in der kalten Jahreszeit die Füße in Socken und geschlossenen Schuhen verschwinden, gerät die Fußpflege oft allzu schnell aus dem Blickfeld. Das kann Folgen haben – vor allem für Menschen, die gerade eine Nagelpilzinfektion behandeln. Typische Anzeichen sind verfärbte, verdickte oder brüchige Nägel, oft beginnend an den Rändern. Die Therapie dauert meist Monate und muss konsequent durchgezogen werden, auch wenn die betroffenen Nägel aktuell niemand sieht.

## Ein Rückfall droht

„Die Therapietreue ist bei der Behandlung von Nagelpilz eine echte Herausforderung, da die Therapie bis zu einem Jahr dauern kann“, erklärt Antonia Rexin, Apothekerin aus Hamburg. „Deshalb weise ich immer darauf hin, dass möglicherweise mehrere Flaschen Lack

benötigt werden.“ Wer nachlässt oder vorzeitig aufhört, riskiert einen Rückfall und eine Ausbreitung des Pilzbefalls. Um die Motivation aufrechtzuerhalten, hilft es, die Behandlung fest in den Tagesablauf zu integrieren – etwa abends vor dem Zubettgehen. Dabei unterstützen Präparate wie Ciclopoli gegen Nagelpilz. Der medizinische Lack mit dem Wirkstoff Ciclopirox ist einfach in der Anwendung. „Die Nägel müssen nicht gefeilt werden – das erleichtert die Anwendung und unterstützt die Therapietreue“, so die Expertin.

## Digitale Unterstützung

Auch digitale Helfer können nützlich sein: Entweder man nutzt die Erinnerungsfunktion in seinem Smartphone oder beispielsweise die kostenfreie Ciclonail-App – zu finden unter [www.ciclopoli.de](http://www.ciclopoli.de), im Google Play Store und im Apple

App Store. Sie erinnert an die tägliche Anwendung und bietet Infos rund um Therapie und Pflege. Am besten platziert man seinen Lack zudem unübersehbar auf dem Waschbecken im Bad oder auf dem Nachttisch, sodass man ihn gleich griffbereit hat.

## Ausblick auf den Sommer

Ein zusätzlicher Anreiz: Wer die Behandlung jetzt durchzieht, kann im nächsten Frühjahr wieder unbesorgt offene Schuhe tragen. Das wirkt mitunter besser als jede Erinnerung. Für extra Motivation sorgt auch ein regelmäßiger Blick auf den Fortschritt – etwa durch Vorher-Nachher-Fotos oder einen kleinen Behandlungskalender.



Werden die befallenen Nägel nicht mit einer pilztötenden Lösung oder einer Creme behandelt, kann sich der Befall weiter ausbreiten.

Foto: DJD/Almirall Hermal

## Gesundheit

## ANZEIGE

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

Ein neuer Trend aus den USA sorgt für Aufsehen, auch das deutsche Supermodel Eva Padberg schwört drauf: Ein Löffel Kollagenpulver in Kaffee oder Tee am Morgen soll der langersehnte Ausweg für viele Beauty-Probleme sein. Zahlreiche Verbraucherinnen und Verbraucher im Netz schwärmen davon. Doch was steckt dahinter? Fakt ist: Ab 25 nimmt die Kollagenproduktion ab. Dieses wichtige Protein verleiht Haut, Haaren und Nägeln ihre jugendliche Vitalität und Strahlkraft. Kollagenpulver kann die Reserven von innen auffüllen – doch nicht jedes Kollagen ist gleich. Achten Sie auf hochwertige Qualität.



### Mein Beauty-Geheimnis?

Jeden Morgen  
pureSGP Kollagen –  
weil meine Haut  
und Haare das  
Beste verdienen.“

Eva Padberg



### Das Nr. 1 Kollagen aus der Apotheke

pureSGP Kollagen Peptide kombiniert reines, hochwertiges Premium-

Kollagenhydrolysat mit wichtigen Inhaltsstoffen wie Vitamin C, welches der Körper für die Kollagensynthese benötigt<sup>1</sup>, und Biotin, Zink und Kupfer, um Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe zu unterstützen.<sup>\*\*</sup> Die kleinen, bioaktiven Peptide können besonders leicht vom Körper aufgenommen werden. Das geschmacksneutrale Pulver lässt sich unkompliziert in Tee, Kaffee oder Mahlzeiten einröhren. 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)

**pureSGP**  
Das  
**NR. 1<sup>®</sup>**  
Kollagenpulver  
in Apothekenqualität

**Reinstes  
Kollagen in  
Apothekenqualität**

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

**www.krebskranke-kinder-darmstadt.de**



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

**VEREIN für KREBSKRANKE und CHRONISCH KRANKE KINDER Darmstadt / Rhein-Main-Neckar e.V.**



## Leben mit Multiplem Myelom Wie finde ich den eigenen Weg bei einem Rückfall?

ANZEIGE

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

### Neue Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ unterstützt Betroffene und Angehörige

GSK hat die Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ ins Leben gerufen, um Menschen mit Multiplem Myelom bei



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

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

terstützen, den Alltag gestärkt zu meistern.

Ergänzt wird das Angebot durch eine Video-Podcast-Serie, die bewegende Geschichten und wertvolle Erfahrungen von Expert\*innen und Betroffenen teilt. Der Facebook-Kanal „Zurück zu Dir – Leben mit Multiplem Myelom“ bietet Raum für Austausch und eine unterstützende Gemeinschaft. Zusätzlich sorgt ein WhatsApp-Kanal für eine einfache Möglichkeit, hilfreiche Informationen und aktuelle Inhalte direkt aufs Handy zu erhalten.

Erfahren Sie alles über „ZURÜCK ZU DIR“ und informieren Sie sich über unsere Kanäle – jetzt auf **Halt-bei-Krebs.de**.  
NP-DE-MMU-ADVR-250003; 11/2025



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

**BAUHAUS**®

Wenn's gut werden muss.



**38,79**

**Gardena Streuwagen 'L'**  
Streubreite 45 cm, 12,5 l, ganzjährig einsetzbar, verwendbar mit Dünger, Samen, Granulaten, Sand und Streusalz, gleichmäßige Ausbringung des Streuguts, mit großen, kugelgelagerten Profilrädern für festen Halt  
25685978

**17,89**

**Freund Victoria Schneeschieber**  
Breite 53 cm, Kiefernholzstiel, robuster Kunststoff-D-Griff, Aluprofilkante, Made in Germany  
16310251

**32,89**

**Freund Victoria Schneeschieber 'Profi'**  
Breite 50 cm, Langstiel, Aluminiumstiel, aufgebogener Seitenrand, rippenverstärktes Blatt, mit Kunststoff-D-Griff und Stahlkante  
20708171

**4,95**

**Auftau- & Streusalz**  
Für Straßen, Wege, Parkplätze, etc., stets rieselfähig, kein Verklumpen, Qualität entspricht technischen Bedingungen des Straßenwinterdienstes, 10 kg (1 kg = 0,50)  
25541247

**9,95**

**Auftau- & Streusalz**  
Für Straßen, Wege, Parkplätze, etc., stets rieselfähig, kein Verklumpen, Qualität entspricht technischen Bedingungen des Straßenwinterdienstes, 50 kg (1 kg = 0,20)  
13872259

Allgemeine Angebote nur gültig vom 06.12. - 20.12.2025 in den Fachgeschäften Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.

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

BAUHAUS GmbH & Co. KG Hessen, Sitz: Albert-Einstein-Straße 1, 34227 Fuldabrück  
BAUHAUS GmbH & Co. KG Rhein-Main-Neckar, Sitz: Böhnenbergerstraße 17, 68219 Mannheim

Folgen Sie uns auf:



# Kreativ schenken mit Herz

So lassen sich Fotos in individuelle Geschenke verwandeln

**(DJD-K).** Kaum eine Jahreszeit ist so eng mit Emotionen und gemeinsamen Erlebnissen verbunden wie Weihnachten. Während Lichterketten glitzern und der Duft von Lebkuchen und Zimtsternen durch die Wohnungen zieht, werden Erinnerungen an besondere Augenblicke des Jahres lebendig. Gerne schaut sich die Familie beispielsweise nochmals Schnappschüsse von festlichen Anlässen oder dem letzten Urlaub an. Mit etwas Kreativität lassen sich diese Fotos in individuelle Präsente verwandeln, die mit Sicherheit gut ankommen.

## Jahresrückblick in Bildern

Ob für die Familie, für Freundinnen und Freunde oder als liebevolle Aufmerksamkeit beim Wichteln – Fotogeschenke sind immer eine gute Wahl. Ein selbstgestaltetes Fotobuch etwa bewahrt gemeinsame Erlebnisse und lädt immer wieder zum Blättern ein. Ob verschneite

Landschaften, festliche Abende mit der Familie oder der Sommerurlaub am Meer – die schönsten Momente lassen sich zu einem liebevoll gestalteten Jahresrückblick zusammenfügen. Hochwertig gedruckt und ansprechend gebunden, wird daraus ein Erinnerungsstück, das weit über den Weihnachtsabend hinaus Freude bereitet. Auch Fotokalender, die sich etwa unter [www.pixum.de](http://www.pixum.de)

individuell gestalten lassen, sorgen bei der beschenkten Person immer wieder für ein Lächeln. Ein individuell gestalteter Jahresbegleiter kann ganz unterschiedliche Stimmungen einfangen: fröhliche Familienbilder, eindrucksvolle Naturaufnahmen oder die Lieblings-schnappschüsse des Haustiers.

## Einfach gestalten per App



Fotos, die Geschichten erzählen: Mit etwas Kreativität zaubert man aus Schnappschüssen individuelle Präsente.  
Foto: djd-k/pixum.de

Neben Fotobüchern und Fotokalendern sind auch dekorative Wandbilder eine originelle Geschenkidee. Leinwände, Acryl- oder Alu-Dibond-Prints machen aus Lieblingsfotos ein Designobjekt. Ebenso sind kleinere Geschenke wie personalisierte Fototassen gefragt – sie verbinden Alltag und Emotion auf charmante Weise, etwa beim morgendlichen Kaffee oder in der Pause zwischen den Feiertagen. Die Gestaltungsmöglichkeiten sind dabei so vielfältig wie die Weihnachtsideen selbst. Mit der kostenlosen Software lassen sich Fotos bequem am Computer zu individuellen Designs zusammenstellen. Wer lieber spontan kreativ wird, nutzt beispielsweise die Pixum App für Android und iOS: So lassen sich Fotogeschenke jederzeit und von überall gestalten, auch gemütlich auf dem Sofa bei Kerzenschein. Die mehrfach ausgezeichnete App macht die Gestaltung besonders einfach und intuitiv.

## Sudoku | Rätsel

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

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

## Auflösungen der KW 48

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

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

Alle E-Paper, Nachrichten  
und Anzeigen

**Einfach scannen und mehr lesen  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)**



## Glanz der Lichter



Die Anzahl an privaten Weihnachtstämpchen wird 2025 bei fast 20 Milliarden liegen, wie eine aktuelle Weihnachtsumfrage ergab.

Foto: DJD/LichtBlick/inarik/Shotshop.com

(DJD). Die Weihnachtszeit bringt ein Leuchten in die Städte und privaten Wohnräume: Lichterketten, Sterne und festliche Lampen prägen das Bild und sorgen für eine faszinierende Atmosphäre. Auf diese möchte eine große Mehrheit der Menschen nicht verzichten. Dies bestätigt auch die diesjährige Weihnachtsumfrage, die das Marktforschungsinstitut YouGov im Auftrag des Energieversorgers LichtBlick durchgeführt hat. So bleibt beispielsweise der Wunsch nach öffentlicher Weihnachtsbeleuchtung ungebrochen: 78 Prozent der Befragten möchten im Jahr 2025 eine Beleuchtung an öffentlichen Plätzen und Gebäuden genießen können. Dies entspricht einem leichten Anstieg gegenüber dem Vorjahr.

**In privaten Haushalten  
erstrahlen fast 20 Milliarden  
Weihnachtstämpchen**

Fast 20 Milliarden Lämpchen werden 2025 zu Weihnachten in den privaten Haushalten erglühen, das sind rund zwei Milliarden weniger als noch im letzten Jahr. „In diesem Jahr werden weniger Lämpchen eingesetzt. Ein Grund dafür könnte sein, dass viele ältere Leuchtegeräte aus konventionellen Lampen ihre Lebensdauer überschritten haben. Dafür spricht, dass der Anteil der LED-Lampen gleichzeitig gestiegen ist“, erklärt Ata Mohajer, Communication Manager bei LichtBlick. Weil weniger konventionelle Lämpchen erstrahlen, sinkt auch die Menge an klimaschädlichen Emissionen, die aufgrund des deutschen Strommixes in den Haushalten entstehen. „Begünstigt wird diese Entwicklung durch den höheren Anteil erneuerbarer Energien an der Stromversorgung. Beides zusammen lässt den durch

die Beleuchtung verursachten CO<sub>2</sub>-Ausstoß in diesem Jahr um rund 54.000 Tonnen sinken“, erläutert Ata Mohajer.

**Die meisten Haushalte schalten ihre Weihnachtsbeleuchtung täglich ein**

Ein weiteres Ergebnis der Umfrage: Deutlich mehr als die Hälfte der Haushalte verwendet die Weihnachtsbeleuchtung während der Weihnachtszeit, also von der Adventszeit bis zum Fest der Heiligen Drei Könige Anfang Januar, täglich – sowohl drinnen als auch draußen.

An den Tagen, an denen die Lämpchen leuchten, sind sie in etwa einem Drittel der Haushalte für drei bis vier Stunden in Betrieb und bei einem Viertel sogar fünf bis sechs Stunden. Nur ein kleiner Anteil lässt die Beleuchtung weniger als eine Stunde pro Tag laufen.

## Noch tragbar? Tausche es. reYOU's Tauschparty

**FES**

**09.12.2025 von 16.00 bis 20.00 Uhr,  
Techem Löwen Lounge (VIP-Bereich)**  
vor der Nix-Eissporthalle, Ratsweg



\* Lose kann man auch kaufen

**Spende ein Elektroaltgerät oder Dekorationsartikel und erhalte dafür Lose für die TOMBOLA\*. Bringe bis zu 5 Kleidungsstücke mit und tausche der Anzahl entsprechend.**

[reyours.fes-nachhaltigkeit.de](http://reyours.fes-nachhaltigkeit.de)

**Die Rhein-Main-Macher**

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de) • Ihre Onlinezeitung



ANZEIGE

## Sprachreisen mit Jürgen Matthes Echte Erlebnisse statt Social Media

Während andere in den Ferien endlos durch Social Media scrollen, erleben Jugendliche auf den Sprachreisen von Jürgen Matthes echtes Leben, echte Menschen und echte Abenteuer. Seit über 40 Jahren steht der Name Matthes für hochwertige Sprachferien nach England – speziell für Schüler von 10 bis 19 Jahren, die ihre Englischkenntnisse verbessern und gleichzeitig unvergessliche Ferien verbringen möchten.

Untergebracht in sorgfältig ausgewählten Gastfamilien, tauchen die Teilnehmenden direkt in den britischen Alltag ein. Vormittags findet abwechslungsreicher Englischunterricht in kleinen Gruppen statt – geleitet von qualifizierten, muttersprachlichen Lehrkräften. Nachmittags und abends warten spannende Freizeitprogramme: Ausflüge nach London und Brighton, Sportturniere, kreative Workshops und gemeinsame

Events, bei denen Freundschaften über Grenzen hinweg entstehen.

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



### KFZ BAR ANKAUF

Alle Fahrzeuge

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

Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)

Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.

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



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

Bitte alles anbieten. Zahle bar.

Tel.: 0173 / 30 87 449 • 06158 / 60 86 991

### SUCHE FAHRZEUGE

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export,  
Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld,  
bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.

Tel.: 06258 / 50 89 921 • 0151 / 718 723 06

Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren,  
Bagger, Anhänger, Baumaschinen,  
zahle bar und Höchstpreise!

Tel.: 0151 / 718 723 06 • 06258 / 50 89 921

mein südhessen  
wünscht Ihnen eine  
schöne Adventszeit!



# GOLD- UND SILBERANKAUF

Vergleichen lohnt sich!

**GOLDPREIS  
AUF DEM  
HÖCHSTSTAND**



Goldschmuck

Machen Sie Ihr Altgold zu Bargeld

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

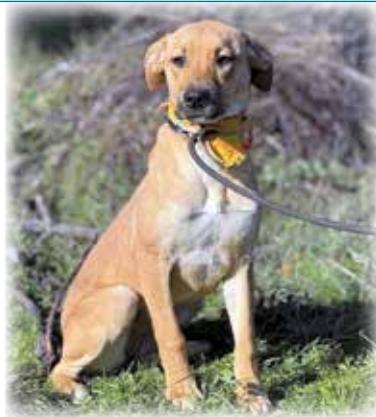
Leipziger Straße 31 • Frankfurt am Main • Telefon: 069 - 77 03 38 78

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 18.00 Uhr

**JETTE**

Jette ist Anfangs etwas unsicher, das gibt sich aber schnell, wenn man ihr die nötige Zeit und Ruhe gibt. Dann will Jette auch noch viel lernen und laufen und toben... Sie ist geimpft, gechippt und kastriert. Jette ist 1 Jahr alt, ist 45 cm groß und wiegt 15 kg.

Foto: HTB



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

**SHIVA**

**TSV SELIGENSTADT (PM).** Shiva wurde, wie ihre 5 Geschwister, im Juni diesen Jahres im Tierheim geboren. Sie ist ein Kaninchen – ein Teddy-Mix.

Ihrem Alter entsprechend ist Shiva spielfreudig und recht lebhaft. Bei Vermittlung zu einem vorhandenen Tier sollte dieses deshalb ebenfalls sehr aktiv sein. Sie kann auch gerne zusammen mit ihrem Brüderchen Pancake umziehen. Die zwei passen gut zusammen.

Außenhaltung ist möglich, das Gehege sollte aber ausreichend Regenschutz besitzen. Bei dieser Rasse ist eine wöchentliche Fellpflege nötig, ansonsten verfilzt das Fell.

Foto: TSV

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

**FRAU DANIEL KAUF**

Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Schallplatten, Eisenbahnen, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelins, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge.

Komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen.

Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung.

**100 Prozent seriöse und diskrete Barabwicklung vor Ort.**

Täglich Montag-Sonntag von 8-21 Uhr.

**Telefon 06196-40 26 889**



## Tauschparty in der Löwen-Lounge: Nachhaltigkeit mit Spaß und der Chance 2 VIP-Tickets zu gewinnen.



ein Löwen-Schal könnten ebenso Besitzer wechseln wie ein Abendkleid, Dirndl für das nächste Oktoberfest, Jeans, Pullover, eine Jacke oder Gürtel.

Das Nachhaltigkeits-Event in sportlichem Umfeld wird von Rüdiger Storch moderiert, dem Kult-Hallensprecher der Löwen. In der Verlosung gibt es viele Preise zu gewinnen: neben VIP-Karten für ein Heimspiel der Löwen auch Trikots und Artikel von FES. Lose für die Tombola gibt es im Tausch für ein gespendetes, funktionierendes Elektroaltgerätes oder einen Dekorationsartikel. Vor Ort können auch Lose gekauft werden.



**FRANKFURT AM MAIN (PM).** Am 9.12. ist es wieder so weit: Die FES Frankfurter Entsorgungs- und Service GmbH lädt zur reYOUrS-Tauschparty für Kleidung ein. In der Techem Löwen Lounge (VIP-Bereich) an der Nix-Eissporthalle kann von 16.00 bis 20.00 Uhr nicht nur nachhaltig getauscht, sondern im Tausch von einem Elektroaltgerät oder einem Dekorationsartikel gegen ein Los auch an einer attraktiven Tombola teilgenommen werden.

Sich von Altem trennen und Spaß haben, klingt erst einmal schwer vereinbar, dass dies funktioniert, hat FES schon im August bei der letzten Tauschparty gezeigt. Nicht mehr getragene und dennoch gut erhaltene Kleidung anderen interessierten im Rahmen einer Tauschparty zur Verfügung zu stellen, dient der Ressourcenschonung und schützt die Umwelt. Noch weiß niemand, was es an diesem Nachmittag Spannendes zu finden gibt - Fessie-Shirts, Sportartikel oder

Alles Wissenswerte über die Party unter [re yours.fes-nachhaltigkeit.de](http://re yours.fes-nachhaltigkeit.de).

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

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

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

**Valentino kauft an:**  
Pelze aller Art. Zahle bis zu 5000€. Lederjacken, Bilder, Bruchgold, Altgold, Zahngold, Bernsteine, Ferngläser, Bleikristall, Tischdecken, Gardinen, Porzellan, Gold- u. Silbermünzen, Gemälde, Taschenuhren, Armbanduhren, Schmuck, Perlen, Briefmarken, Perücken, Figuren, Modeschmuck, Eisenbahnen, Schallplatten, Bücher, Silberbesteck, Vorhänge, Abendgarderobe, Teppiche, alte Möbel, Nähmaschine, Schreibmaschine, Puppen, Kleidung, Zinn, Orden, Gobel-in, Messing, Bilder, Krüge, Krokotaschen, Markentaschen.  
Kostenlose Hausbesuche und kostenlose Werteinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So 7-20 Uhr erreichbar 01784612931

## ► Job

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

# ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40  
[info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)

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

**Kaue 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 Steinbach kauft an,**  
Pelze und Lederjacken aller Art, alte Nähmaschinen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Handtaschen, Modeschmuck, Bernstein, Schmuck, Perücken, Schallplatten, Ferngläser, Krokotaschen, Puppen, Taschenuhren, Armbanduhren, Eisenbahn, Kristalle, Messing, Bilder, Orden, Kleidung, Gobel-in, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schreibmaschinen, Gardinen, Möbel, Bücher, Haushaltsauflösung, kostel. Beratung und Anfahrt sowie Werteinschätzung.  
++ 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

## ► SIE sucht IHN

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

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

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

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

**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, Gobel-in, Teppiche, Porzellan, Krüge, Möbel, Gardinen, Tischdecken, Uhren. Kostenlose Beratung und Anfahrt bis 100 km sowie Werteinschätzung. Zahle Höchstpreise, 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21.00 Uhr  
**Tel. 069 - 34 87 58 42**

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

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

**ZÄUNE • GITTER • TORE**  
**Draht-Weissbäcker KG**  
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg  
Tel. (06071) 98810  
Fax (06071) 5161  
[www.draht-weissbaecker.de](http://www.draht-weissbaecker.de)  
E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

**DRAHT WEISSBÄCKER**

- 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	Layout, Satz,	Druck- und Pressehaus Naumann
Anschrift:	Bieberer Straße 137 - 63179 Oberursel	Anzeigesatz	GmbH & Co. KG
	06104 66720-40 · info@rheinmainverlag.de	und Druck:	Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Geschäftsführung:	Bernd Maas · Angelika Hofferberth	Vertrieb:	EGRO Direktwerbung GmbH
Redaktion:	redaktion@mein-suedhessen.de	Alle unter der Anschrift des Verlages.	Oberursel · Tel. 06104-4970-0
Gesamtauflage:	671.214		Gesamtpreisliste Nr. 42, gültig ab 27. September 2025. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.
In der Rhein Main Verlags GmbH erscheinen wöchentlich: Odenwälder Journal, Münsterer Anzeigebatt, Eppertshausener Anzeigebatt, msh Mörfelden-Walldorf, msh Hattersheim/Kelsterbach, Rodgau Zeitung, Neues Heimatblatt Rödermark, Der Kurier Seligenstadt, msh Offenbach, msh Mühlheim, Neue Zeitung Oberursel, 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 AI-Technologien zur Unterstützung bei der Bearbeitung von Routineaufgaben.		Redaktionsschluss:	Dienstag, 11 Uhr
		Anzeigenschluss:	Dienstag, 12 Uhr

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

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de).

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

# So schmeckt Ranch auf Norddeutsch

Rezepttipps: Der Soßenklassiker aus den USA passt zu Salaten, Gemüse und mehr



**(DJD).** Für besondere Genussmomente ist oft nicht viel notwendig. Buttermilch und Joghurt, Knoblauch und Zwiebeln, vor allem jede Menge Kräuter und ein paar Gewürze – fertig ist ein echtes Ranch Dressing. Seit die Ur-Rezeptur vor rund 70 Jahren in Kalifornien entstanden ist, hat sich der cremig-würzige Genuss laut Statista zur beliebtesten Salatsauce der USA gemacht. Ob für grüne Blattsalate, als Gemüsedip oder selbst zu Frittierem, in vielen amerikanischen Haushalten steht ein Ranch Dressing fast täglich auf dem Esstisch. In Deutschland ist der Soßenklassiker bestenfalls ein Geheimtipp. Doch das ändert sich gerade.

Von Neu Wulmstorf nach New York

Mit der charakteristischen Vielseitigkeit und der Cremigkeit überzeugt das Dressing inzwischen auch hierzulande immer mehr Genussfreunde. Ein Grund für den kulinarischen Trendsetter: Die frischen, kräuterigen Aromen des Klassikers passen einfach immer, besonders zu leichten, sommerlichen Salaten. Erstaunlich ist allerdings, wo Ranch-Fans fündig werden. Denn ausgerechnet ein kleines norddeutsches Familienunternehmen zeigt den Amerikanern nun, wie Ranch richtig gut schmeckt. In einer Blindverkostung mit amerikanischen Staatsbürgern, die in Deutschland leben, hat sich die neue Ranch Salatsauce von Zum

Frischer Salatgenuss im US-Stil: Die klassische Ranch Salatsauce wird auch hierzulande immer beliebter.

Foto: DJD/www.zum-dorfkrug.de

Dorfkrug gegen drei etablierte US-Marken geschmacklich als Nummer eins durchgesetzt. Grund genug für den Familienbetrieb aus Neu Wulmstorf, in New York den Erfolg mit einer Kampagne auf den weltberühmten riesigen Bildschirmen am Times Square zu feiern. Schade für die Amerikaner: Den Testsieger aus der eigenen Küche des Dorfkrugs gibt es nur auf dieser Seite des Atlantiks zu kaufen.

**Rezeptidee: Blattsalate mit gebratenen Geflügelstreifen und Ranch**

Die cremig-würzige Salatsauce auf Buttermilch-Joghurtbasis lässt sich vielfältig verwenden, zum Beispiel für einen frischen und leichten Salat.

#### Zutaten (für 2 Portionen):

- 1 kleines Romanasalatherz
- 6-8 Cherrytomaten
- 1/2 Gurke
- 1/2 gelbe Paprika
- 1/2 Avocado (optional)
- 1 Handvoll Croûtons
- 40 g Parmesanspäne
- 2 Hähnchenbrustfilets
- Ranch Salatsauce von Zum Dorfkrug
- 1 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver

#### Zubereitung:

Den Salat waschen und in mundgerechte Stücke zupfen, das Gemüse klein schneiden. Alles in eine große Schüssel geben. Die Hähnchenbrustfilets mir Salz, Pfeffer und Paprika würzen und in einer Pfanne

in Olivenöl goldbraun braten, anschließend in Streifen schneiden. Croûtons und Parmesanspäne über den Salat streuen, das Fleisch darauf anrichten und großzügig mit der Ranch-Salatsauce toppen. Alles frisch servieren – fertig ist ein knackiger, sättigender Salatgenuss.

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

RheinMainVerlag

## GASTROENTEROLOGIE, HEPATOLOGIE UND PNEUMOLOGIE



„Invasive Endoskopieverfahren ermöglichen eine Therapie oft schon im Rahmen der Untersuchung – so können wir große Operationen vermeiden!“



#### Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Alle Erkrankungen
- des Magen-Darmtraktes,
  - von Leber, Gallenblase & Pankreas
  - der Speiseröhre
  - sowie der Lunge



#### Interdisziplinäres Darm- & Lungenzentrum



#### Indikationsambulanz

Chefarzt Prof. Dr. med. D. Faust  
Terminvereinbarung unter:  
06103 / 912 14 92  
[www.asklepios.com/langen/experten/sprechstunden](http://www.asklepios.com/langen/experten/sprechstunden)



**ASKLEPIOS**  
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen  
[www.asklepios.com/langen](http://www.asklepios.com/langen)

# Bei dir liegt Sparen im Trend?

# 19%

# MwSt. geschenkt

## auf fast den gesamten Einkauf

Für bestehende und neue Bonus Club Mitglieder.

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



**WOW!**

1) Gültig von 03.12.2025 bis 09.12.2025. Ausgenommen reduzierte sowie in unseren Prospekten oder Werbemitteln beworbene Ware, die im Haus gekennzeichnet ist. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen (z.B. andere Gutscheine oder Rabattaktionen) möglich. Auf deinen Einkauf gewährt Dir mömax einen Rabatt in Höhe des Mehrwertsteueranteils, der anfallen würde. Der Mehrwertsteueranteil entspricht einer Minderung von 15,96% des jeweiligen Kaufpreises. Allerdings kann mömax aus gesetzlichen Gründen nicht die Mehrwertsteuer als solche erlassen. Der 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**  
in Frankfurt

**möma**