

# Amtliche Bekanntmachungen

der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels und der Ortsgemeinden Albersweiler, Annweiler am Trifels, Dernbach, Eußerthal, Gossersweiler-Stein, Münchweiler am Klingbach, Ramberg, Rinntal, Silz, Völkersweiler, Waldhambach, Waldrohrbach, Wernersberg

Verantwortlich für den Text: Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Telefon (0 63 46) 30 10

## Verbandsgemeinde



Verbandsgemeindeverwaltung  
Annweiler am Trifels Bekanntmachung Nr.: 8/2010

Öffnungszeiten am Rosenmontag und Faschingsdienstag

Die Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, die Stadt- und Verbandsgemeindewerke und das Büro für Tourismus sind am

**Rosenmontag, 15. Februar 2010 und am Faschingsdienstag, 16. Februar 2010 ganztägig geschlossen.** Das Ständesamt sowie das Einwohnermelde- und Passamt sind am Rosenmontag von 8:30 Uhr bis 12:00 Uhr geöffnet. Bei Störungen ist

- der Bereitschaftsdienst der Stadt- und Verbandsgemeindewerke unter der Mobilfunktelefonnummer 0173-4638091,
- die Kläranlage unter der Mobilfunktelefonnummer 0173-3712068
- der Werkleiter unter der Mobilfunktelefonnummer 0172-5952279 erreichbar.

76855 Annweiler am Trifels, 28.01.2010

Wagenführer Bürgermeister

## Annweiler



Beschlusszusammenfassung zur 4. Sitzung des Ortsbeirates Stadt Annweiler am Trifels-Stadtteil Gräfenhausen vom 01.12.2009

öffentliche Sitzung

Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

**2 Breitbanddialog - Feststellung des Bedarfs -**

Der grundsätzliche Bedarf an einem schnellen Internetzugang soll mittels eines Schreibens festgestellt werden. Das Schreiben soll an jeden Haushalt gehen und wird von Mitgliedern des Gremiums bei den Bürgern abgeholt. Danach soll eine Informationsveranstaltung erfolgen.

Die vorgenannte Vorgehensweise wurde vom Gremium mit 7 Ja-Stimmen und 1 Neinstimme beschlossen.

## Eußerthal



BEKANNTMACHUNG Nr. 3/2010

der Ortsgemeinde Eußerthal in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

**Bebauungsplanverfahren "Im alten Kloster" 1. Änderung hier: Bekanntmachung des Aufstellungsbeschlusses gem. § 2 Abs. 1 BauGB Bekanntmachung der Offenlage gem. § 3 Abs. 2 BauGB**

Die Ortsgemeinde Eußerthal beabsichtigt den Bebauungsplan "Im alten Kloster" im sog. vereinfachten Verfahren gem. § 13. Baugesetzbuch zu ändern. Die Änderungen beziehen sich nur auf das Grundstück mit der Plan-Nr. 1881/1. Die Grundstücke bleiben von der Änderung unberührt. Im Rahmen der Änderung des Bebauungsplanes im vereinfachten Verfahren ist keine Umweltprüfung durchzuführen

Der Ortsgemeinderat Eußerthal hat in seiner Sitzung vom 27. Januar 2010 die Änderung des Bebauungsplanes "Im alten Kloster" beschlossen. Der Beschluss wird hiermit bekanntgemacht.

Das Plangebiet befindet sich im nordöstlichen Teil von Eußerthal. Die beabsichtigte Gebietsabgrenzung ist in dem beiliegenden Kartenausschnitt, welcher Bestandteil dieser Bekanntmachung ist, mit einer dick gestrichelten Linie dargestellt.

Im Rahmen der Offenlage kann sich die Öffentlichkeit über die allgemeinen Ziele, Zwecke und die wesentlichen Auswirkungen der Aufstellung des Bebauungsplanes informieren. Es besteht die Möglichkeit zur Äußerung und Erörterung. Dazu wird der Entwurf des Bebauungsplanes und der Begründung in der Zeit

**vom 12. Februar 2010 - 12. März 2010**

in der Bauabteilung der Verbands-

gemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Messplatz 1, Zimmer 137, 76855 Annweiler am Trifels, während der üblichen Dienststunden öffentlich zur Einsicht ausgestellt.

Während dieser Zeit besteht die Gelegenheit, sich über die Planungsabsichten zu informieren und sich gegebenenfalls hierzu schriftlich oder mündlich zu äußern.

Es wird daraufhingewiesen, dass ein Antrag nach § 47 der Verwaltungsgerichtsordnung unzulässig ist, soweit mit ihm Einwendungen geltend gemacht werden, die vom Antragsteller im Rahmen der Auslegung nicht oder verspätet geltend gemacht werden können.

**Eußerthal, den 1. Februar 2010**  
Denny  
Ortsbürgermeister

Plan am Ende der Bekanntmachung

## Dernbach



Bekanntmachung Nr. 2/2010 der Ortsgemeinde Dernbach in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

5. Sitzung des Ortsgemeinderates der Ortsgemeinde Dernbach (Wahlperiode 2009/2014)

**Am Dienstag, 09.02.2010, um 20:00 Uhr**, findet im Dorfgemeinschaftshaus, Kirchstraße 31, 76857 Dernbach, die 5. Sitzung des Ortsgemeinderates mit folgender Tagesordnung statt:

**Tagesordnung:**

**Öffentlich:**

- 1 Einwohnerfragestunde
- 2 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
- 3 Beschlussfassung über die Feststellung der Eröffnungsbilanz zum 01.01.2008

**Nicht öffentlich:**

- 4 Vorberatung Haushalt 2010
- 5 Vertragsangelegenheiten

6 Informationen

**76857 Dernbach, 1. Februar 2010**  
Harald Jentzer  
Ortsbürgermeister

## Gossersweiler-Stein



Bekanntmachung Nr. 1/2010 der Ortsgemeinde Gossersweiler-Stein in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

5. Sitzung des Ortsgemeinderates der Ortsgemeinde Gossersweiler-Stein (Wahlperiode 2009/2014)  
**Am Montag, 08.02.2010, um 20:00 Uhr**, findet im Gemeindehaus, Platz am Kaiserbach 46, 76857 Gossersweiler-Stein, die 5. Sitzung des Ortsgemeinderates mit folgender Tagesordnung statt:

**Tagesordnung:**

**Öffentlich:**

- 1 Beratung und Beschlussfassung über den geplanten Straßenausbau zum Kindergarten
- 2 Beratung und Beschlussfassung über Premium-Wanderweg (Felsenrundweg)
- 3 Beratung und Beschlussfassung über die Änderung der Friedhofsatzung
- 4 Beratung und Beschlussfassung über die Änderung der Friedhofsgebührensatzung
- 5 Beratung und Beschlussfassung über Änderung der Vorkaufsrechtsatzung
- 6 Vorstellung des neuen Wehrführers der Freiwilligen Feuerwehr Gossersweiler-Stein
- 7 Beitritt zur Landesarbeitsgemeinschaft Gemeinschaftliches Wohnen
- 8 Beratung und Beschlussfassung über Bau und Erneuerung der Wasserleitung Berglandhalle
- 9 Beratung und Beschlussfassung über Winterdienst in Gossersweiler
- 10 Erfassung von Straßenschäden in den Orten Gossersweiler und Stein
- 11 Informationen

**Nicht öffentlich:**

- 12 Abschluss eines kreiseinheitlichen Rahmenvertrages für die Be-

seitigung von Ölschmutz auf öffentlichen Verkehrsflächen  
13 Vorberatung Ausbau Lindelbrunnstraße  
76857 Gossersweiler-Stein, 1. Februar 2010

Dr. Hanns-Christian Conrad  
Ortsbürgermeister

## Ramberg



Beschlusszusammenfassung zur 3. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde

Ramberg vom 09.12.2009

öffentliche Sitzung

Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

**2 Beratung und Beschlussfassung über den Forstwirtschaftsplan 2010**

Nach ausführlicher Beratung beschließt der Gemeinderat **einstimmig**, mit Ausnahme des Wegebbaus, den vorgelegten Forstwirtschaftsplan 2010.

**3 Beratung und Beschlussfassung über eine Erhöhung der Sachkostenbeteiligung für die Kinder tag e s t ä t t e Ramberg/Dernbach**

Nach ausführlicher Beratung beschließt der Gemeinderat mit **7 Ja-Stimmen, 4 Nein-Stimmen und 2 Enthaltungen** die Sachkostenbeteiligung für die Kindertagesstätte Ramberg/Dernbach wie vorgeschlagen, auf 50 % zu erhöhen.

**4 Beratung und Beschlussfassung über die Verlängerung der Veränderungssperre für das Gebiet des Bebauungsplanentwurfes "West-Hermersbach III. Änderung, Erweiterung und Teilaufhebung**

Der Ortsgemeinderat beschließt mit **7 Ja - Stimmen und 2 Nein-Stimmen die Veränderungssperre als Satzung.**

## STÖRUNGSDIENSTE IM VERBANDSGEMEINDEBEREICH

► **Stadtwerke - Elektrizitäts- und Wasserversorgung** sowie

► **Verbandsgemeindewerke - Wasserversorgung**

Saarlandstr. 13 in Annweiler am Trifels:

Tel.: 0 63 46/30 09-0

Fax: 0 63 46/30 09-40

Nach Dienstschluss bei Störmeldungen:

Mobil-Telefon: 0 173/4 63 80 91

► **Pfalzwerke - Stromversorgung**

bei Störmeldungen:

Bezirksstelle Hinterweidenthal Tel.: 0 63 96/9 21 30

► **Verbandsgemeindewerke - Abwasserbeseitigung**

Kläranlage Annweiler am Trifels:

Tel.: 0 63 46/28 22

Nach Dienstschluss bei Störmeldungen:

Mobil-Telefon: 0 173/3 71 20 68

► **Pfalzgas - Gasversorgung**

bei Störmeldungen: Tel.: 0 62 33/60 40

für die Stadt Annweiler am Trifels und den Stadtteil Annweiler-Queichhambach

► **Energie Südwest AG, Landau - Gasversorgung**

bei Störmeldungen: Tel.: 0 63 41/28 90 - für die Gemeinde Albersweiler

**Völkersweiler**



**Beschlusszusammenfassung zur 2. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde Völkersweiler vom 07.10.2009**  
**öffentliche Sitzung**  
**Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:**

**3 Wahl von Ausschüssen**

Der Ortsgemeinderat beschloss nach kurzer Beratung mit 11 Ja-Stimmen bei einer Enthaltung, die Abstimmungen per Handzeichen durchzuführen.

**3.1 Rechnungsprüfungsausschuss**

Als Mitglieder des Rechnungsprüfungsausschusses wurden folgende Gemeinderatsmitglieder vorgeschlagen:

- Hammer Andreas
- Müller Rainer
- Brandenburger Willi

Der Wahlvorschlag wurde mit 7 Ja-Stimmen bei 5 Enthaltungen angenommen.

Als deren Stellvertreter wurden folgende Gemeinderatsmitglieder vorgeschlagen:

- Braun Andreas
- Rothe Josef jun.
- Dr.Sattel Maria

Der Wahlvorschlag wurde mit 10 Ja-Stimmen bei 2 Enthaltungen angenommen.

Als Mitglied des Rechnungsprüfungsausschusses wurde folgender Bürger vorgeschlagen:

- Erhardt Johannes

Der Wahlvorschlag wurde mit 10 Ja-Stimmen bei 2 Enthaltungen angenommen.

Als dessen Stellvertreter wurde folgender Bürger vorgeschlagen:

- Kirsch Christof

Der Wahlvorschlag wurde mit 10 Ja-Stimmen bei 2 Enthaltungen angenommen.

Das Stimmrecht von Ortsbürgermeister Braun ruhte nach § 36 Abs. 3 Nr. 1 GemO.

**3.2 Ausschuss Leben im Dorf - Jugend und Soziales**

Da der erste Wahlvorschlag ein Gemeinderatsmitglied zuviel enthielt, wurde die Wahl wiederholt:

- Dr. Sattel Maria
- Mandery Rigobert
- Braun Matthias
- Rothe Josef jun.
- Müller Rainer

Der Wahlvorschlag wurde mit 9 Ja-Stimmen bei 3 Enthaltungen angenommen.

Als deren Stellvertreter wurden folgende Gemeinderatsmitglieder vorgeschlagen:

- Geenen Georg
- Braun Andreas
- Hammer Andreas
- Wegmann Walter
- Hammer Gerhard

Der Wahlvorschlag wurde mit 12 Ja-Stimmen einstimmig angenommen.

Als Bürger wurde vorgeschlagen:

- Farien Irene

Der Wahlvorschlag wurde mit 10 Ja-Stimmen bei 2 Enthaltungen angenommen.

Als dessen Stellvertreter wurde

vorgeschlagen:

- Schnabel Renate  
 Der Wahlvorschlag wurde mit 11 Ja-Stimmen bei 1 Enthaltung angenommen.

Das Stimmrecht von Ortsbürgermeister Braun ruhte nach § 36 Abs. 3 Nr. 1 GemO.

**4 Beratung und Beschlussfassung über Straßenbeleuchtungswartung Pfälzwerke**

Ortsbürgermeister Braun unterrichtete den Gemeinderat über den Wartungsintervall zum Austausch der Straßenlampen und die Empfehlung der Pfälzwerke, von Weißlicht auf Gelblicht umzusteigen. Das Angebot für 62 Lampen beläuft sich auf 378,20 plus Mwst. Im Jahr 2015 werden die bisherigen Lampen vom Markt genommen und müssten komplett, mit Lampenköpfen, ausgetauscht werden.

Der Ortsgemeinderat beschloss nach kurzer Beratung einstimmig, die Auftragsvergabe zu vertagen, um in der Zwischenzeit ein Alternativangebot einzuholen.

**Waldhambach**



**Bekanntmachung Nr. 3/2010 der Ortsgemeinde Waldhambach in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels**

5. Sitzung des Ortsgemeinderates der Ortsgemeinde Waldhambach (Wahlperiode 2009/2014)

**Am Dienstag, 09.02.2010, um 19:30 Uhr**, findet im Sitzungsraum des Feuerwehrhauses, Hauptstraße 21, 76857 Waldhambach, die 5. Sitzung des Ortsgemeinderates mit folgender Tagesordnung statt:

**Tagesordnung: Nicht öffentlich:**

- 1 Auftragsvergabe Lärmgutachten
- 2 Abschluss eines kreiseinheitlichen Rahmenvertrages für die Beseitigung von Ölspuren auf öffentlichen Verkehrsflächen
- 3 Verschiedenes

**76857 Waldhambach, 1. Februar 2010**

**Günter Foltz**  
**Ortsbürgermeister**

**Beschlusszusammenfassung zur 4. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde Waldhambach vom 08.12.2009**

**öffentliche Sitzung**

Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

**4 Beschlussfassung über die Feststellung der Eröffnungsbilanz zum 01.01.2008**

Der Gemeinderat beschloss daher einstimmig die Feststellung der Eröffnungsbilanz der Ortsgemeinde Waldhambach zum 1. Januar 2008.

**5 Beratung und Beschlussfassung über Antrag einer Halteverbotsregelung südlicher Teil "Alte Landstraße"**

Es erging folgender einstimmiger Beschluss bei 1 Enthaltung: Für das Teilstück zwischen B 48 und

Abzweigung Hauptstraße gilt ein uneingeschränktes Halteverbot einseitig auf der westlichen Straßenseite. Die Parkbucht im Bereich der Einmündung Hauptstraße wird entfernt. Die restlichen beiden Parkbuchten werden neu markiert. In diesen Buchten ist Parken erlaubt. Die Regelung gilt zunächst für 1 Jahr.

**6 Beratung und Beschlussfassung über die Änderung der Friedhofssatzung**

Nachdem jetzt auch in der Ortsgemeinde Waldhambach Urnengrabstätten möglich sind, beschloss der Ortsgemeinderat einstimmig die abgeänderte beiliegende Friedhofssatzung.

**7 Beratung und Beschlussfassung über die Änderung der Friedhofsgebührensatzung**

Nach kurzer Beratung beschloss der Ortsgemeinderat einstimmig die abgeänderte beiliegende Friedhofsgebührensatzung.

**8 Veranstaltungskalender 2010 - Beratung und Beschlussfassung der Termine**

Nachdem die Kerwe 2010 nicht von der Ortsgemeinde ausgerichtet werden kann, sprach sich der Ortsgemeinderat darüber aus, ob der TUS Waldhambach nicht als Veranstalter einspringen könnte. Ortsbürgermeister Günter Foltz wurde beauftragt, sich mit dem TUS Waldhambach in Verbindung zu setzen.

Beschlussfassung erfolgte einstimmig.

**Für Ortsgemeinde Waldhambach: Ihre Bezirks-Schornsteinfegermeister informiert:**

Zum Schutz vor schädlichen Umwelteinwirkungen durch Luftverunreinigungen und zur Einsparung von Energie an Feuerungsanlagen hat die Bundesregierung eine Verordnung erlassen, die beinhaltet, dass der zuständige Bezirksschornsteinfegermeister einmal jährlich an Öl- und Gas-Feuerungsanlagen Messungen durchführt und die Abgasverluste der Feuerstätte ermittelt.

Zur Aufrechterhaltung der Betriebssicherheit Ihrer Feuerungsanlage und auf der Grundlage der Kehr- und Überprüfungsordnung führt der Bezirksschornsteinfegermeister zudem an Ihrer/Ihren Gas - Feuer - Stätte(n) eine Überprüfung des Abgasweges durch. (Dieses beinhaltet eine Messung des CO-Gehaltes). Diese vorgeschriebene Messung an Ihrer Feuerungsanlage führen wir ab dem **22.02.2010 bis ca. 05.03.2010** in Waldhambach durch.

**Achim Sarter**  
**Bezirksschornsteinfegermeister, Lindelbrunnstr. 40**  
**76857 Gossersweiler**  
**Tel.: 06346/98 90 58**  
**Fax: 06346/98 90 59**

**Waldrohrbach**



**BEKANNTMACHUNG**

Gemäß § 53 Abs. 2 Baugesetzbuch (BauGB) in der Fassung der Bekanntmachung vom 23. September 2004 (BGBl. I S. 2414) in der jeweils geltenden Fassung.

**Auslegung von Bestandskarte und Bestandsverzeichnis zur Baulandumlegung "Bärloch" der Ortsgemeinde Waldrohrbach**

Die Bestandskarte und das Bestandsverzeichnis, in denen der Nachweis des Grundbuchs und des Liegenschaftskatasters für alle Grundstücke des Umlegungsgebietes aufgeführt ist, liegen in der Zeit

**VOM 19. FEBRUAR 2010 BIS 18. MÄRZ 2010**

bei der Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler a.Tr., -Bauabteilung-, Messplatz 1, Zimmer Nr. 137 Haus II, 76855 Annweiler am Trifels, zur Einsichtnahme während der Dienststunden öffentlich auf. Landau in der Pfalz, den 26. Januar 2010

**gez. Baumann**  
**Günter Baumann**  
**Vorsitzender des Umlegungsausschusses**

**Für Ortsgemeinde Waldrohrbach: Ihre Bezirks-Schornsteinfegermeister informiert:**

Zum Schutz vor schädlichen Umwelteinwirkungen durch Luftverunreinigungen und zur Einsparung von Energie an Feuerungsanlagen hat die Bundesregierung eine Verordnung erlassen, die beinhaltet, dass der zuständige Bezirksschornsteinfegermeister einmal jährlich an Öl- und Gas-Feuerungsanlagen Messungen durchführt und die Abgasverluste

der Feuerstätte ermittelt. Zur Aufrechterhaltung der Betriebssicherheit Ihrer Feuerungsanlage und auf der Grundlage der Kehr- und Überprüfungsordnung führt der Bezirksschornsteinfegermeister zudem an Ihrer/Ihren Gas - Feuer - Stätte(n) eine Überprüfung des Abgasweges durch. (Dieses beinhaltet eine Messung des CO-Gehaltes). Diese vorgeschriebene Messung an Ihrer Feuerungsanlage führen wir ab dem **01.03.2010 bis ca. 12.03.2010** in Waldrohrbach durch.

**Achim Sarter**  
**Bezirksschornsteinfegermeister**  
**Lindelbrunnstr. 40**  
**76857 Gossersweiler**  
**Tel.: 06346/98 90 58**  
**Fax: 06346/98 90 59**

**Wernersberg**



**Beschlusszusammenfassung zur 1. Sitzung des Rechnungsprüfungsausschusses Ortsgemeinde Wernersberg vom 13.01.2010**

**öffentliche Sitzung**  
 Veröffentlicht werden nachfolgend nur die Tagesordnungspunkte, bei denen Beschlüsse gefasst wurden:

**2 Wahl des Vorsitzenden**

Werner Schreiner wurde einstimmig zum Vorsitzenden des Rechnungsprüfungsausschusses gewählt.

**3 Wahl des stellvertretenden Vorsitzenden**

Dominik Rubiano Soriano wurde einstimmig zum stellvertretenden Vorsitzenden des Rechnungsprüfungsausschusses gewählt.

**Anlage zur Bekanntmachung "Bebauungsplanverfahren Im alten Kloster" 1. Änderung der Ortsgemeinde Eußerthal - unmaßstäblicher Auszug aus der Flurkarte Darstellung des Geltungsbereiches:**





**Vorträge und Kurse  
der Volkshochschule  
Annweiler am Trifels  
Eine Einrichtung der  
Verbandsgemeinde  
Annweiler**  
Telefon: 06346 - 301-217

## 1. Halbjahr 2010

### Mach mit, bleib fit! Lebenslanges lernen!

#### A 201 Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Es kann jeden treffen. Ein Verkehrsunfall oder eine schwere Krankheit - mit einem Mal ist man auf andere angewiesen. Den Alltag bewältigen ist da nur die eine Seite. Die andere Seite ist, wer trifft Entscheidungen für mich, wenn ich dazu selbst nicht mehr in der Lage bin? Wer regelt meine finanziellen Angelegenheiten, wer entscheidet im Krankenhaus oder wo ich lebe? Und wie kann ich zum Ausdruck bringen, welche Behandlungsmethoden ich wünsche und wann ich eine Behandlung ablehne? Der Vortrag will zeigen, wie man Beizeiten vorsorgen kann. Die Themen Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung stehen dabei im Mittelpunkt.

Lorenz Spall, Notar und Dr. med. Christoph Wiegeling, Internist,

Dienstag, 23.03.2010, 19.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, 3 €

#### A 202 Erben und vererben, das Gesetz wird's schon richten - dachten Sie!

Geerbt. Geschenkt. Gestritten. Das muss nicht sein. Anhand praktischer Beispiele soll aufgezeigt werden, in welchen Fällen ein Testament sinnvoll ist und wann es sein muss.

Lorenz Spall, Notar, Dienstag, 27.04.2010, 19.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, 3 €

#### A 203 Was können Implantate heute leisten?

Sie sind die beste Lösung für fehlende Zähne! Dr. Manfred Runck, Zahnarzt, Montag, 01.03.2010, 19.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1, 3 €

#### Politik - Gesellschaft - Umwelt

##### Einführung in schamanisches Reisen

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin

**P 210** Donnerstag, 11.02.2010, 19.30-21.30 Uhr

**P 211** Dienstag, 20.04.2010, 19.30-21.30 Uhr

**P 212** Mittwoch, 09.06.2010, 19.30-21.30 Uhr

Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 12 €, 1 Termin  
Bedeutung und Heilungsmöglichkeit unserer inneren Schildfamilie

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin

**P 214** Donnerstag, 25.02.2010, 19.30-21.00 Uhr

**P 215** Dienstag, 27.04.2010, 19.30-21.00 Uhr

**P 216** Mittwoch, 16.06.2010, 19.30-21.00 Uhr

Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 10 €, 1 Termin

#### P 240 Schamanismus I

Der Inhalt ist die Reise zum oberen Lehrer, in die Chakren, zum Krafttier, in den Schutzkreis, auf Überkreuzreise.

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin, Samstag/Sonntag, 27./28.02.

2010, 10.00-18.00 Uhr, Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 47 €, (62 € Kleingruppe), 2 Termine

#### P 250 Starke Eltern - Starke Kinder®

Viele Eltern fühlen sich in der Erziehung allein gelassen. Sie sind unsicher, manchmal auch hilflos. Der Elternkurs "Starke Eltern - Starke Kinder"® stärkt das Selbstvertrauen von Eltern als Erziehende. Sie sollen unterstützt werden, eine Familie zu sein, in der alle gern leben, in der (auch) gestritten wird, ohne den Anderen niederzumachen, in der Grenzen und Menschen respektiert werden. Der Kurs bietet Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern an und ist eine Gelegenheit, sich darauf zu besinnen, was jedem Einzelnen in der Erziehung seiner Kinder wichtig ist. Der Elternkurs kann dazu beitragen, den Eltern "Mut zur Unvollkommenheit" zu machen, den Druck zu verringern, immer alles richtig machen zu müssen.

Birgit Jäger-Schmenger, Dipl. Sozialpädagogin

Dipl. Mediatorin, Mittwoch, 10.03.2010, 19.30-21.30 Uhr, Wernersberg, Gemeindehaus, 69 €, (93 € Kleingruppe), 10 Termine

#### P 251 Hausaufgaben - helfen, aber wie?

Hausaufgaben sind in vielen Familien ein Stress- und emotionsgeladenes Thema. Verträdelte Nachmittage, entnervte Eltern, unmotivierte Kinder uns vieles mehr kennzeichnet den Hausaufgabenalltag mancher Schüler/-innen und ihrer Eltern. Der Vortrag soll betroffene Eltern eine Hilfestellung

zur Bewältigung der Problematik geben.

Birgit Jäger-Schmenger, Dipl.-Sozialpädagogin/Dipl.-Mediatorin

Mittwoch, 24.02.2010, 19.30-21.45 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 11 €, 1 Termin

#### P 252 Trotzalter: Ich will!

Es ist kaum auszuhalten. Mein Kind wirft sich ohne ersichtlichen Grund auf den Boden, schreit, tobt und schlägt wie wild um sich. Jeder Versuch es zu beruhigen, bringt es nur noch mehr in Wut, manchmal möchte ich einfach davonlaufen. Dieser Abend soll dazu beitragen, dass Eltern besser verstehen, was mit ihren Kindern im Trotzalter an Veränderungen geschieht und dass dieses Verständnis dabei hilft, in den schwierigen Alltagssituationen mit mehr Geduld, Gelassenheit und innerer Distanz zurecht zu kommen.

Birgit Jäger-Schmenger, Dipl.-Sozialpädagogin/Dipl.-Mediatorin,

Mittwoch, 03.03.2010, 19.30-21.45 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 11 €, 1 Termin

#### Gesundheit

##### A 203 Vortrag: Was können Implantate heute leisten?

Sie sind die beste Lösung für fehlende Zähne!

Dr. Manfred Runck, Zahnarzt, Montag, 01.03.2010, 19.00 Uhr, Annweiler, Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 13 €

##### Indoor-Cycling

In diesem Kurs wird die Ausdauerleistungsfähigkeit über ein gelenkschonendes Training auf dem stationären Fahrrad gefördert. Sie lernen, wie man das Ausdauertraining auf dem Fahrrad individuell dosieren und wie man mit Hilfe von Herzfrequenzmessern im Bereich Herz-Kreislauf die Fettverbrennung steuern kann. Roman Wall, Sport- und Fitnesstrainer

**G 200** Dienstags, 18.30-19.30 Uhr

**G 201** Freitag, 10.00-11.00 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio Sieg, 48 €, 10 Termine

##### Fit Vibe medical

Beim Vibrationsstraining werden durch Schwingungen positive Effekte in der Muskulatur, im Kreislauf- und Stoffwechselsystem sowie auf neuronaler Ebene erzielt. Anwendungsbereiche: Osteoporoseprävention, Rehabilitation nach Sportverletzungen, Verbesserung von Koordination und Stabilität, Entspannungs- und durchblutungsfördernde Programme, Figurverbesserung- Abnehmen- Gewebestrafung, Verbesserung der Flexibilität, Entwicklung von Muskelkraft (effektiv, gelenkschonend und schnell).

Roman Wall, Sport- und Fitnesstrainer

**G 202** Dienstags 16.30-17.30 Uhr

**G 203** Freitag, 05.02.2010, 11.00-12.00 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio Sieg, 48 €, 10 Termine

##### Flexi-Bauch Power

Das FLEXI-BAR ist ein "Schwungstab". In Schwingung gebracht ermöglicht er eine reflektorische Anspannung der Muskeln im gesamten Körper. Auf gelenkschonende und abwechslungsreiche Art werden Muskeln so aktiviert, dass ein intensives dosiertes Kraftausdauertraining möglich ist. Zusätzlich wird die Trainingseinheit mit statischen und dynamischen Bauchübungen abgerundet. Roman Wall, Sport- und Fitnesstrainer

**G 204** Dienstags, 17.30-18.30 Uhr

**G 205** Freitag, 05.02.2010, 09.00-10.00 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio Sieg, 48 €, 10 Termine

##### Rückenzirkel

Die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur hat zentralen Einfluss auf einen gesunden Rücken. Diese Muskulatur kann unter Einbeziehung moderner Trainingsgeräte hervorragend gestärkt werden. Sie erleben ein rücken- und wirbelsäulengerechtes Gesundheitstraining, das in Zirkelform durchgeführt wird. Dadurch erreicht man eine Verbesserung der Rumpfstütz- und Muskulatur. Roman Wall, Sport- und Fitnesstrainer

**G 206** Dienstag, 20.04.2010, 16.30-17.30 Uhr

**G 207** Freitag, 23.04.2010, 11.00-12.00 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio Sieg, 48 €, 10 Termine

##### Rückendynamik

Dieses 60-minütige Training beinhaltet verschiedene Übungen aus den Bereichen Yoga, Pilates und der traditionellen Wirbelsäulengymnastik. Die Erfolge dieser Übungen wie Kräftigung, Dehnung und Mobilisation der Rücken- und Rumpfmuskulatur sind schon nach kurzer Zeit spürbar. So entsteht ein neues Körpergefühl.

Roman Wall, Sport- und Fitnesstrainer

**G 208** Dienstag, 20.04.2010, 17.30-18.30 Uhr

**G 209** Freitag, 23.04.2010, 09.00-10.00 Uhr

Annweiler, Gesundheitsstudio Sieg, 48 €, 10 Termine

#### G 212 Mit Power in den Tag - Energievoll leben

Fühlen Sie sich schon am frühen Morgen überfordert, gehen Sie mit dem Gefühl in den Tag, dem Alltag nicht gewachsen zu sein, dass alles zu viel ist? Lernen Sie einfache und wirkungsvolle Methoden kennen, die es Ihnen ermöglichen, den alltäglichen Stress besser zu bewältigen und Energie zu tanken. Erkennen Sie Ihre Stärken. Nutzen Sie Ihre Ressourcen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Gymnastikmatte

Regina Brachat-Schwab, Ergotherapeutin,

Freitag, 05.03.2010, 9.30-10.30 Uhr,

Annweiler, DRK-Haus, Südring 52, 26 €, (39 € Kleingruppe), 6 Termine

#### Yoga am Abend - dem Alltag eine Pause gönnen

Heranführen an Tiefenentspannung, Pranayama, Atemübungen, Asanas, Yogastellungen, Meditation und Körperwahrnehmung schulen. Der Kurs ist für Menschen, die gerne eine sanfte Yogastunde genießen möchten und ist auch für schwangere Frauen geeignet.

Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken

Brigitte Burkhardt, Yogalehrerin

**G 219** Montags, 18.30-20.00 Uhr

**G 220** Montags, 20.15-21.45 Uhr

**G 221** Montag, 19.04.2010, 18.30-20.00 Uhr

**G 222** Montag, 19.04.2010, 20.15-21.45 Uhr

Rinnthal, Bürgerhaus, 49 €, 8 Termine

**G 224** Donnerstag, 22.04.2010, 18.30-20.00 Uhr

Ramberg, 49 €, 8 Termine

#### G 229 Taijiquan für Fortgeschrittene

Taijiquan ist eine chinesische Bewegungskunst. Trainiert man Taijiquan, das übersetzt etwa "Boxen des höchsten Äußersten" bedeutet, regelmäßig, so kann man eine deutliche Verbesserung der Gesundheit, der Koordination und der seelischen Ausgeglichenheit beobachten. Es unterstützt vor allem die Erhaltung der Beweglichkeit und ist eine Vorbeugung gegen Osteoporose, aber auch im Berufsleben profitieren Sie vom Ausgleich zum Alltagsstress und bilden eine höhere Frustrationstoleranz aus.

Stefan Pätz, Dipl.-Pädagoge, Montags, 20.00-21.30 Uhr, Annweiler Realschule, 69 €, (109 € Kleingruppe), 12 Termine

#### G 232 Klangschalen kennen lernen und ausprobieren

Lernen Sie die wohltuende Wirkungsweise der Klangschalen kennen. Sei es zur Entspannung oder Schmerzlinde- rung, mit der Klangschale stehen Ihnen vielfältige Möglichkeiten offen. Sie erfahren, wie Sie die Klangschalen bei sich und anderen einsetzen können.

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin, Donnerstag, 06.05.2010, 19.30-21.00 Uhr, Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 12 €, 1 Termin

#### Klangmeditationsabend

Während die Klangschale angeschlagen wird und ihre beruhigende und harmonisierende Wirkung entfaltet, wird eine Meditation an Sie gesprochen, die Sie in Ihren Körper führt. Auf diese Weise gelingt es Ihnen leicht sich zu entspannen, abzuschalten, aufzutanken, was immer Sie momentan am nötigsten brauchen.

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin

**G 233** Donnerstag, 11.03.2010, 19.30-20.30 Uhr

**G 234** Mittwoch, 05.05.2010, 19.30-20.30 Uhr

Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 7 €, 1 Termin

**G 236** Klangreise mit Klangschalen für Kinder von 7 - 12 Jahren

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin, Freitag, 26.02.2010, 16.00-16.45 Uhr, Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 5 €, 1 Termin, keine Gebührenermäßigung

Behandlung unserer Chakren

Chakren sind Trichtern ähnlich, die durch den Körper gehen und Wirbel von Licht und Energie erzeugen. Jedes Chakra stellt einen Speicherplatz für eine bestimmte negative menschliche Emotion dar. Ich spreche über die Lage und Bedeutung aller Chakren in meiner schamanischen Tradition und stelle Ihnen eine Methode der Harmonisierung und Reinigung dieser Energiezentren vor.

Ursula Schaefer, Physiotherapeutin

**G 237** Donnerstag, 04.03.2010, 19.30-21.00 Uhr

**G 238** Dienstag, 04.05.2010, 19.30-21.00 Uhr

**G 239** Mittwoch, 23.06.2010, 19.30-21.00 Uhr

Annweiler, Energie-Oase, Flitschberg 4, 12 €, 1 Termin

#### G 241 Schlank im Schlaf

Dieses gleichnamige Programm von Dr. med Detlef Pape u.a. beruht auf den Säulen der Insulin-Trennkost und dem Bewegen im Rhythmus der Bio-Uhr. Das Schlank-im-Schlaf-Prinzip wird vorgestellt. Sie lernen, das "Dickmacher-Hormon" Insulin in Schach zu halten und gezielt "Schlankma-

TK06

wissen, was Sie benötigen, um das Internet betreiben zu können? Dann kommen Sie in diesen Kurs. Sie lernen die Funktionen, die Technik und den Nutzen des Internets kennen. Teilnahmevoraussetzungen: Mindestkenntnisse über die Bedienung von Windowsfenstern mit der Maus sind erforderlich!

Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA, Montag, 01.03.2010, 19.00-21.15 Uhr

Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 60 €, (85 € Kleingruppe), 6 Termine

### C 264 Elektronische Steuererklärung mit Elster-Formular

Kursinhalt: - Voraussetzungen für die elektronische Steuererklärung - Beschaffung und Installation der kostenlosen Software - Erstellung der Steuererklärung am PC - Übermittlung der Daten an das Finanzamt - Sicherheitsmechanismen - Internet-Informationsquellen.

Voraussetzung: Grundkenntnisse am PC

Raimund Mackiw, Lohnsteuerberatungs-Union e.V., Donnerstag, 04.03.2010, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, (49 € Kleingruppe), 4 Termine

### C 265 Steuererklärung 2009

Ein Wegweiser bei der Anfertigung der eigenen Steuererklärung 2008 und 2009 unter Ausnutzung aller Möglichkeiten. Inhalte: Übersicht über die Einkunftsarten und deren Ermittlung - Überblick und Erläuterungen zu Pauschbeträgen, Freibeträgen; z.B. bei Werbungskosten, Sonderausgaben und außergewöhnlichen Belastungen, Ausfüllen von Formularen, Übersicht über Lohnsteuerklassen, Ermittlung der Einkommensteuer. Mit zahlreichen Beispielaufgaben werden die erlernten Inhalte vertieft. Überblick und Erläuterungen zu Pauschbeträgen, Freibeträgen; z. B. bei Werbungskosten, Sonderausgaben und außergewöhnlichen Belastungen, Ausfüllen von Formularen am PC " Elster" Übersicht über Lohnsteuerklassen, Ermittlung der Einkommensteuer. Mit zahlreichen Beispielaufgaben werden die erlernten Inhalte vertieft. Voraussetzung: Grundkenntnisse am PC.

Raimund Mackiw, Lohnsteuerberatungs-Union e.V., Donnerstag, 15.04.2009, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, (49 € Kleingruppe), 4 Termine

### C 266 Excel Grund- und Aufbaukurs - Intensiv-Training

Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA

Mittwoch, 10.03.2010, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 80 €, zzgl. evtl. 15 € Lehrbuch, 115 € Kleingruppe, 8 Termine

### C 284 3 -2 - 1 - meins - eBay für Anfänger

Sie lernen, wie Sie selbst an Auktionen teilnehmen und sicher und erfolgreich handeln. Außerdem, wie Sie selbst Artikel bei eBay anbieten und verkaufen. Geringe Kenntnisse im Umgang mit dem PC und Internet. E-Mail-Adresse und dazugehöriges Passwort sind Voraussetzung und muss dem Teilnehmer bekannt sein.

Romy Schwarz, Dienstag, 20.04.2010, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 15 € Kleingruppe, 1 Termin

### F 281 Erstellen eines Fotobuches unter Windows

Sie möchten gern ein Fotobuch mit den digitalen Fotos Ihrer Urlaubsreise oder von Ihrer Familienfeier etc. erstellen? Hierfür stellen einige Anbieter ihre Programme für die Erstellung und Bestellung über das Internet zur Verfügung. Im Kurs lernen Sie an Hand einer gängigen Bestellsoftware eines Discounters, wie man so ein Buch gestalten kann. Welche Fotos sollen in das Buch? Wie sollen die Fotos auf den Seiten angeordnet und sortiert werden? Und wie kommen sie am besten zur Geltung. Die Vorführung erfolgt Schritt für Schritt mit digitalen Beispielfotos. Anschließend können Sie unter Anleitung aus Ihren mitgebrachten Bildern selbständig ein Fotobuch erstellen. Emailadresse ist notwendig. Bitte mitbringen: Bilder auf USB-Stick. Rebecca Schwarz, Donnerstag, 11.03.2010, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 21 €, 2 Termine

### Sprachen

Die Gebühren richten sich nach der Teilnehmerzahl. Begründet sind auch im Einzelfall abweichende Gebühren möglich. Die Geschäftsstelle informiert Sie darüber.

Unterrichtsstunden	20	24	30
€ bei 12 TN und mehr	35,50	42,50	53,00
€ bei 8 - 11 TN	48,50	58,00	72,50
€ bei 7 TN	55,50	66,50	83,00
€ bei 6 TN	64,70	77,60	97,00
€ bei 5 TN	77,60	92,80	116,00

### S 220 English "50+" - für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: New Headway Elementary, Cornelsen & Oxford, Elke Wagner, Dienstags, 17.00-18.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 222 English for Advanced

Lehrbuch: Straightforward Advanced, Macmillan, Elke Wagner, Montags, 18.30-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 224 Englisch für leicht Fortgeschrittene

Lehrbuch: New Headway Pre-Intermediate, Cornelsen & Oxford, Elke Wagner, Montags, 20.00-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 226 Englisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: New Headway Elementary, Cornelsen & Oxford,

Elke Wagner, Dienstags, 18.30-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 228 English for Advanced

Lehrbuch: New Headway Intermediate, Cornelsen & Oxford, Elke Wagner, Dienstags, 2.00-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum,

### S 230 Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Laurence Wendland, Donnerstag, 18.02.2010, 10.00-11.30 Uhr, Grundschule Albersweiler

### S 231, Französisch für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Lehrbuch: Facettes aktuell 1, Lektion 7, Hueber Verlag, Laurence Wendland, Donnerstags, 19.00-20.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 234 Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Peter Wettig, Dienstag, 02.03.2010, 18.30-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 237 Französisch mit Vorkenntnissen

Claude Laurent, Dienstags, 09.00-10.30 Uhr, Albersweiler, Grundschule

### S 238 Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnissen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben. Laurence Wendland, Mittwoch, 03.03.2010, 18.30 - 20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 239 Französisch am Vormittag

Lehrbuch Couleur de France blanc 2, Langenscheidt, Lektion 2, Laurence Wendland, Dienstags, 9.30-11.00 Uhr, Wernersberg, Gemeindehaus

### S 241 Italienisch für Fortgeschrittene

Lehrbuch: Allegro 2, Klett Verlag, Birgit Strehlitz-Runck, Montags, 18.30-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 242 Italienisch für leicht Fortgeschrittene

Lehrbuch: Allegro, Klett Verlag, Birgit Strehlitz-Runck, Montags, 20.00-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 243 Italienisch Konversation

Lehrbuch: Buonasera a tutti, Klett Verlag, Birgit Strehlitz-Runck, Dienstags, 19.00-20.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 244 Italienisch für leicht Fortgeschrittene (A1)

Lehrbuch: Espresso, Hueber Verlag, Birgit Strehlitz-Runck, Mittwochs, 18.00-19.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

### S 250 Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen 1 (A1)

Lehrbuch: Ene. Der Spanischkurs, Hueber Verlag, Lucia Yong-Siebeneicher, Mittwochs, 18.00-19.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum

**Alle Vorträge und Kurse können bei entsprechender Teilnehmerzahl in Annweiler**

**oder in den Gemeinden stattfinden. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an und fragen**

**Sie in der VHS-Geschäftsstelle auch nach weiteren Vorträgen und Kursen.**

**Rufen Sie uns an, teilen Sie uns Ihre Wünsche mit, wir informieren und beraten Sie gerne.**

**Anmeldung und Information:**

**Volkshochschule Annweiler am Trifels, Messplatz 1**

**Telefon: 06346-301-217**

**Homepage: www.vhs-annweiler.de**

**Email: info@vhs-annweiler.de**

**Geschäftszeiten:**

**Montag von 8.30 - 12.00 Uhr + 14.00 - 17.30 Uhr,**

**Dienstag und Mittwoch von 8.30 - 12.00 Uhr,**

**Freitag von 8.30 - 12.30 Uhr, donnerstags ist die Geschäftsstelle geschlossen**

## Flohmarkt

**Gossersweiler.** Am Samstag, 6. Februar, findet von 12.30 Uhr bis 15.00 Uhr in der Berglandhalle in Gossersweiler der nächste Flohmarkt "Rund ums Kind" der Kath. Kindertagesstätte statt. Angeboten werden Frühjahrs- und Sommerkindbekleidung in allen Größen, Faschingskostüme, Schuhe, Spielsachen, Bücher und sonstiger Kinderbedarf, außerdem Umstandsmode. Die Ware wird nach Art und Größe sortiert übersichtlich aufgebaut. Zusätzlich bietet die KiTa selbstgebastelte Frühlingsgestecke zum Verkauf an. Eine kleine Spielecke für Kinder ist vorhanden. Erfrischungsgetränke, Kaffee und selbstgebackener Kuchen (auch zum Mitnehmen) laden zum Verweilen ein. Die Kath. Kindertagesstätte freut sich auf Ihren Besuch.

## Apulien-Fahrt

**Annweiler.** Eine große Epoche der Staufer wird in der Ausstellung „Die Staufer und Italien“ - Drei Innovationsregionen im mittelalterlichen Europa - einem internationalen Publikum in den Engelnhorn-Reiss-Museen in Mannheim ab September dieses Jahres präsentiert. Im staufischen Jahrhundert (1138-1268) veränderte sich das europäische Weltbild. „Stupor mundi“ - wurde Kaiser Friedrich II. bezeichnet, der Weltenveränderer seiner Zeit. Der Trifelsverein e.V. Annweiler folgt mit einer Studienreise vom 19. April bis 30. April den Spuren der Staufer, im Südreich des römisch-deutschen Königs, Kaiser Friedrich II.. Es werden die bedeutendsten Örtlichkeiten zu Zeiten der staufischen Herrschaft in Apulien besucht und mit fachkundigen Führungen deren historische Bedeutung erkundet. Die Städte Bari, Trani, Bitonto, Bitetto und andere mit ihren Kathedralen und Dome, die Castelle Barletta und Lagopesole, die „steinerne Krone Apuliens“, Castel del Monte in der Capitanata, stehen auf dem Besuchsprogramm. Sie entdecken die typisch apulische Architektur von Ostuni, das Trulli-Land, den „Barock von Lecce“. All dies steht im Kontrast zu den Naturwundern einer Landschaft bei Bravina. Aus der Höhe in die Tiefe geht es beim Besuch einer Höhlenstadt und Grotten bei Castellana. Der Hin- und Rückflug geht ab Stuttgart/Bari. In Meeresnähe bezieht die Reisegruppe für 12 Tage Quartier in einem Hotel. Mit einer fachkompetenten, deutschsprachigen Reisebegleitung werden in Tagesexkursionen die Reiseziele mit einem „De Lux“-Reisebus besucht. Ausführliche Reisebeschreibung und Auskünfte können bei den Vorstandsmitgliedern: Marlies Meyring, Telefon 06346-7549 sowie bei Günter Frey, Telefon 06346-8700 eingeholt werden. Es stehen nur noch wenige Plätze zur Verfügung.

Ende des  
amtlichen  
Teils

cher-Hormone" zu aktivieren. Dieser Kurs möchte zu der Durchführung eines 4-Wochen-Programms einladen. Es findet eine Vorbereitung auf das Programm, eine Begleitung während der Anwendung des Programms (jeweils pro Woche ein Kurstreffen) und eine Nachbereitung statt. Mitzubringen ist das Buch von Pape, Schwarz, Trunz-Carlisi, Heßmann & Gillissen: "Schlank im Schlaf. Der 4-Wochen-Power-Plan" erschienen im Gräfe und Unzer Verlag 2007, 14,90 Euro.

Dr. Birgit Milbach, Donnerstag, 18.02.2010, 10.00-11.30 Uhr, Annweiler, Ratssaal der Verbandsgemeinde, 30, 5 Termine

#### **G 242 Schlank im Schlaf für Berufstätige**

Dieser Kurs möchte zu der Durchführung eines 4-Wochen-Programms mit schnellen Rezepten für Berufstätige einladen. Es findet eine Vorbereitung auf das Programm, eine Begleitung während der Anwendung des Programms (jeweils pro Woche ein Kurstreffen) und eine Nachbereitung statt. Mitzubringen ist das Buch von Pape, Schwarz, Trunz-Carlisi & Gillissen: "Schlank im Schlaf für Berufstätige", Gräfe & Unzer Verlag 2009, 14,90 Euro.

Dr. Birgit Milbach, Donnerstag, 18.02.2010, 18.30-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 30, 5 Termine

#### **Pilates mit Vorkenntnissen**

Nach dem Motto: "Locker sein macht stark", lernen und vertiefen wir das Mattenprogramm und die Anwendung der Pilates-Prinzipien im Alltag. Auch Kleingeräte (Rolle, Ball, Band, Tennisbälle) werden eingesetzt.

Karina Brachät, Physiotherapeutin, Präventionstrainerin

**G 250** montags, 09.30-10.30 Uhr

**G 252** montags, 17.15-18.15 Uhr

**G 253** montags, 18.30-19.30 Uhr

Annweiler, Evang. Gemeindehaus an der Stadtkirche, 48, 10 Termine

#### **Bodyforming - Bauch, Beine, Po**

Unter Bodyforming versteht man eine allgemeine Kräftigung der Hauptmuskelgruppen, insbesondere der "Problemzonen" Bauch, Beine und Po. Zusätzlich werden auch die Rückenmuskulatur, die Arme sowie der Schulter- und Brustbereich "mitgeformt". Ein anschließendes Stretching rundet das Lehrprogramm ab. Mitmachen kann jeder, der sich gesundheitlich wohl fühlt.

Julia Feierabend, Sport- und Gymnastiklehrerin

**G 254** Mittwochs, 19.00-20.00 Uhr,

Annweiler, Grundschulturnhalle, 45 €, 11 Termine

**G 255** Mittwoch, 14.04.2010, 19.00-20.00 Uhr, Annweiler, Grundschulturnhalle, 49 €, 12 Termine, Silvia Ponte

**G 256** Donnerstags, 19.15-20.15 Uhr, Silz,

Bürgerhaus, 59 €, 12 Termine

**G 257** Donnerstag, 23.04.2010, 19.15-20.15 Uhr, Silz,

Bürgerhaus, 49 €, 10 Termine

Ein Einstieg in laufende Kurse ist jederzeit möglich!

#### **Nordic Walking - Aufbaukurs Technik**

Nordic Walking ist weit mehr als "Gehen mit Stöcken". Obwohl es einfach aussieht, ist es wichtig, dass Sie die Technik richtig lernen und üben. Es schleichen sich schnell Fehler in den Bewegungsablauf ein, die die vielen positiven Wirkungen für die Gesundheit umkehren können. Beispielsweise kann bei falscher Ausführung der stärkere Armeinsatz zu weiteren Verspannungen und nicht zu Lockerungen führen. Auch der entlastende Effekt für die Knie- und Hüftgelenke ist nicht selbstverständlich. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Schwerpunkt wird das Erlernen und Verbessern der Nordic Walking Technik sein. Eine große Abschlusstour rundet dieses Kursangebot ab.

Bettina Hornbach, Nordic Walking Instructor DNV Lizenz, Gentle Moving® Trainer

**G 260** Dienstag, 13.04.2010, 09-10.30 Uhr

**G 261** Dienstag, 13.04.2010, 17-18.30 Uhr

Annweiler, 49 €, (69 € Kleingruppe), 10 Termine

#### **Fasten für mehr Lebensfreude**

In einer Gruppe gleichgesinnter, fröhlicher Menschen wird das Fasten zu einem besonderen Erlebnis. Durch den freiwilligen Verzicht auf feste Nahrung und die besondere Lebensweise über einen begrenzten Zeitraum, begleitet von Bewegung, Entspannung und seelischer Regeneration, bekommt der Körper Gelegenheit, sich von Altlasten zu befreien. "Fasten ist der stärkste Appell an die natürlichen Selbstheilungskräfte des Menschen sowohl leiblich, wie seelisch gesehen" (Zitat).

Doris Schwartz, Fastenleiterin (dfa)

**G 281** Samstag, 20.02.2010, 18-20 Uhr

**G 282** Samstag, 06.03.2010, 18-20 Uhr

**G 283** Samstag, 20.03.2010, 18-20 Uhr

**G 284** Samstag, 24.04.2010, 18-20 Uhr

Annweiler, Barbarossastr. 5, Telefon 06346/7074, 90 €, 6 Termine

#### **Beweglich bleiben - ein Leben lang, eine Atem- und Bewegungsschule**

Beweglicher werden, beweglich sein, beweglich bleiben. Oft verspannen sich Menschen beim Bewegungstraining, wenn Schwierigkeiten beim Bewegungsablauf durch vermehrten Kraftaufwand und größere Willensanstrengung kompensiert werden nach dem Motto: Mehr bringt mehr. In diesem Kurs wagen wir den Weg zurück und lernen die Geheimnisse natürlicher Bewegungskoordination, umfassende Beweglichkeit und Ökonomie der Bewegung in Verbindung mit dem Atem kennen. Das sind Prozesse, die wieder zu entdecken sind, damit sich auch ein besseres Körperbewusstsein in Harmonie mit Geist und Seele einstellen kann.

Doris Schwartz, Atempädagogin

**G 287** Dienstags, 09.00-10.00 Uhr für Frauen 60plus

**G 288** Donnerstags, 09-10.00 Uhr

**G 289** Donnerstags, 19-20.00 Uhr

Der Einstieg in bereits laufende Kurse ist jederzeit möglich. Annweiler, Barbarossastr. 5, Telefon 06346/7074, 6 € pro Zeitstunde

#### **H 212 Kochen für Männer! Tipps und Kniffe vom Profi**

Von der Pellkartoffel bis zum fertigen Braten: ein Kurs für alle, die sich an Dosenravioli satt gegessen haben. Hier lernt Mann wie Kartoffeln, Gemüse und Fleisch vorbereitet und in einfache, aber köstliche Gerichte gekocht werden.

Alfons Hümmert, Küchenmeister, Mittwoch, 24.02.2010, 18.30-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 48 €, zzgl. Zutatenumlage, 5 Termine

#### **Kultur und Gestalten**

##### **K 218 Zeichnen und Malen**

Kleine Einführung in die Malerei unter Einsatz der verschiedenen Materialien wie Zeichenstift, Graphitstift, Zeichenkohle, Aquarell, Pastellkreide, Ölkreide, Buntstift, die in verschiedenen Mischtechniken eingesetzt werden können oder auch jede für sich allein. Grundprinzipien von Farbe und Form anhand von Vorlagen oder nach dem Modell werden untersucht und umgesetzt. Es soll auch dem Anfänger ermöglicht werden, ein fertiges Bild mit nach Hause zu nehmen.

Brunhilde Mroszewski, Donnerstag, 18.02.2010, 18.30-20.45 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 80 €, zzgl. Materialkosten, (107 € Kleingruppe), 10 Termine

##### **K 220 Acryl-Malerei: Besondere Struktureffekte**

Entdecken Sie das Thema Acrylmalerei durch verschiedene Techniken, insbesondere Spachteltechnik mit Strukturpaste und diversen Hilfsmitteln. Sie erhalten Grundlagen, Einblicke in Details und Anregungen zur eigenen Kreativität vermittelt. Acrylfarben, Pinsel und Leinwände können preiswert im Kurs erworben werden

Annemarie Wüst,

Dienstag, 23.02.2010, 18.30-21.30 Uhr, Annweiler, Burgenring 73, 49 €, zzgl. Materialkosten, (76 € Kleingruppe), 5 Termine

##### **K 221 Plastisches Gestalten mit Ton - ein Tonerfahrungskurs für Anfänger und Fortgeschrittene.**

Wir wollen mit dem Material Ton umgehen lernen und hierbei die uns entsprechende Form finden. Anleitung zu diversen Aufbautechniken (Hohlgefäße), sowie Tonbearbeitung mit einfachen Hilfsmitteln, wie z. B. Ballentechnik, Stock- und Schlagtechnik und Aushöhlen, Eigene Ideen werden unterstützt. Angeboten werden für den Garten, z.B. Pflanzschalen, Zierkugeln, verschiedene Arten von Stelen u. a.

Margarita Wiegering

Montag, 22.02.2010, 18.30-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 45 € zzgl. Materialkosten, (69 € Kleingruppe), 5 Termine

##### **K 231 Nuno-Filzen - Filzen auf verschiedenen dünnen Stoffen**

Filzen Sie Ihren Frühlingsschal. Nunofilzen bedeutet Filzen mit Gewebe. In besonders schöner Optik gelingt dies mit Seide. Wir befällen luftige, zarte Seidenschals, die individuell gestaltet werden und durch das Filzen ihre Webstruktur verändern. Grundkenntnisse in der Verarbeitung der Wolle sind von Vorteil.

Christa Loos, Montag, 01.03.2010, 18.30-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 22 € zzgl. ca. 5 € Materialkosten, (35 € Kleingruppe), 2 Termine

##### **K 232 Blüten aus Filz**

Eine Blume für jede Gelegenheit, ein Blütenmeer oder eine kapriziöse Schönheit? In diesem Workshop filzen Sie Blumen jeder Art und Form, alles von der Rose bis zur Betunie ist möglich. Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und entwickeln Sie Ihr eigenes Design, denn die Farbvielfalt verführt immer wieder zu neuen Ideen. Vorkenntnisse sind nicht

erforderlich.

Christa Loos, Montag, 15.03.2010, 18.30-20.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 16 € zzgl. ca. 10 € Materialkosten, (25 € Kleingruppe), 2 Termine

##### **M 255 Gitarre für leicht Fortgeschrittene**

Die Teilnehmer dieses Kurses haben bisher die gebräuchlichsten Akkorde (siehe unten), drei grundlegende Schlagmuster und eine erster Zupfmuster für die einfache Liedbegleitung gelernt. Einige der Lieder wurden dabei in vereinfachter Weise gespielt (z. B. Wat's up von 4 Non Blondes ohne Wechselschlag), schwere Akkorde (z. B. F-Dur) durch einfachere ersetzt. Diese Vereinbarungen sollen nun durch Einführung der originalen Spielweisen aufgehoben werden. Daraus ergeben sich zwei zentrale Lerninhalte: 1. Die schrittweise Annäherung an den Barréakkord F-Dur durch gezielte Übungen und geeignete Lieder. 2. Die Erweiterung des Repertoires Anschlag- und Zupfmustern. Daneben werden weitere Lieder gelernt, in denen die bisher erarbeiteten Akkorde (C, D, D7, dm, E, am, G, A, A7, am, H7) in neuen Kombinationen auftauchen. Michael Becker

Donnerstag, 07.01.2010, 19.45-20.45 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 65 €,

15 Termine, keine Gebührenermäßigung

##### **M 262 Akkordeon-Unterricht**

Akkordeon spielen lernen mit beiden Händen:

Walter Halde, dienstags, 19.00-19.45 Uhr; Annweiler,

Rathaus, Hauptstraße, 70 €,

15 Termine, keine Gebührenermäßigung

##### **M 264 Akkordeonorchester**

Das Orchester veranstaltet Konzerte und nimmt an öffentlichen Veranstaltungen teil. Fortgeschrittene und auch perfekte Akkordeonspieler sind hier herzlich willkommen.

Walter Halde, dienstags, 20.00-21.30 Uhr, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße

15 Termine, gebührenfrei

##### **N 210 Zuschneiden und Nähen - Grund- und Aufbaukurs**

Sie finden die Mode zum Kaufen langweilig oder zu teuer? Ihnen passen die gängigen Modelle nicht? Schneidern Sie Ihre Kleidung selbst! Hier können Sie als Anfänger oder Fortgeschrittener die Technik des Schneiderns erlernen oder perfektionieren und eigene Ideen umsetzen. Stoffe können günstig im Kurs erworben werden. Auch Änderungstechniken werden vermittelt. Mitzubringen: Koffernähmaschine

Dagmar Palluch, Damenschneidergesellin, Montag, 31.05.2010, 18.30-21.30 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 52 €, (83 € Kleingruppe), 5 Termine

##### **T 229 Kreativer Tanz für Kinder von 4 - 6 Jahren**

Kreativer Kindertanz ist eine ganzheitliche, spielerische Körpererziehung für Kinder. Das Kind wird nicht in vorgegebene tanztechnische Formen gezwängt, vielmehr werden Anleitungen und Impulse gegeben, die die Phantasie anregen. Zugleich werden Muskulatur, Motorik, Raumgefühl, Rhythmusgefühl und Ausdauer gestärkt.

Petra Seeber, Erzieherin,

Freitag, 05.03.2010.2009, 16.15-17.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, Gymnastiksaal

35 €, 10 Termine, keine Gebührenermäßigung

##### **T 230 Kreativer Tanz für Kinder von 6 - 8 Jahren**

Petra Seeber, Erzieherin

Freitag, 05.03.2010.2009, 15.15-16.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, Gymnastiksaal

35 €, 10 Termine, keine Gebührenermäßigung

#### **Arbeit und Beruf**

##### **B 261 Kaufmännisches Rechnungswesen - Finanzbuchhaltung -**

Voraussetzung: kaufmännischer Berufsabschluss

Inhalte: Grundlagen der Buchführung, Gesetzliche Bestimmungen, Kaufmännische Bestimmungen, Begriffsdefinitionen, In Bilanz - Aktiva, Passiva, In Gewinn- und Verlustrechnung, Kaufmännisches Rechnen, Gesetzliche Steuern, Buchführungsübungen, Lösungen, Buchführungsbelegwesen, Jahresabschluss, Auswertungen

Monika Hager, Bilanzbuchhalterin, Montag, 22.02.2010, 18.00-20.00 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 69 €, (98 € Kleingruppe), 10 Termine

##### **C 261 EDV/Computer - Orientierung ohne Eile**

Zielgruppe: Anfänger/Innen, auch für Senioren ohne Vorkenntnisse:

Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA,

Dienstag, 23.02.2010, 19.00-21.15 Uhr, Annweiler, Staufer-Schulzentrum, 100 €, zzgl. evtl. 15 € Lehrbuch, (145 € Kleingruppe), 10 Termine

##### **C 262 Senioren ans Netz - Arbeiten im Internet**

Wollen Sie einen Einblick in das Internet bekommen? Wollen Sie wissen was www. oder http bedeutet? Wollen Sie