

AMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

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

Verantwortlich für den Text: Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels, Telefon 063 46 - 30 10

VERBANDS- GEMEINDE



Amtsblatt des Landkreises Südliche Weinstraße

Nr. 8 vom 28.02.2020

Öffentliche Bekanntmachung

der Sitzung des
Schulträgersausschusses des
Landkreises Südliche Weinstraße
in der Wahlperiode 2019/2024
am 12.03.2020

- Bekanntmachung vom
28.02.2020 -

Am Donnerstag, den 12.03.2020,
17:00 Uhr, findet die **Sitzung**
des Schulträgersausschusses des
Landkreises Südliche Weinstraße
in der Wahlperiode 2019/2024
im in der Mensa (1. OG) der Alten-
bergschule, Zeppelinstraße 55,
76887 Bad Bergzabern, statt.

Die Tagesordnung sieht folgende
Beratungsgegenstände vor:

Öffentliche Sitzung

1 Rücknahme des Antrages auf
Zusammenlegung der beiden
Förderschulen mit dem Förder-
schwerpunkt Lernen im Land-
kreis Südliche Weinstraße an
den Standorten Bad Bergzabern
(Altenbergschule) und Annweiler
(Staufer-Schulzentrum)

2 Informationen zum baufälligen
Nebengebäude auf dem Grund-
stück der Altenbergschule,
Förderschule mit dem Förder-
schwerpunkt Lernen, Zeppelin-
str. 55, 76887 Bad Bergzabern

3 Neuvergabe der Reinigungs-
dienstleistungen in den Schul-
gebäuden und Schulsportanlagen
der in der Trägerschaft des Land-
kreises Südliche Weinstraße
befindlichen Schulen sowie in
weiteren Dienstgebäuden der
Kreisverwaltung Südliche Wein-
straße

4 Informationen

Nicht-öffentliche Sitzung

1 Informationen

Öffentliche Bekanntmachung

über die Sitzung des Werk-
ausschusses für den EWW
des Landkreises
Südliche Weinstraße
in der Wahlperiode 2019/2024
am 10.03.2020

- Bekanntmachung vom
28.02.2020-

Am Dienstag, den 10.03.2020,
16:00 Uhr, findet bei der Kreisver-
waltung Südliche Weinstraße im
Sitzungssaal, An der Kreuzmühle
2, 76829 Landau i. d. Pfalz, die
Sitzung des Werkausschusses für
den EWW des Landkreises Südli-
che Weinstraße in der Wahlperiode
2019/2024, statt.

Die Tagesordnung sieht folgende
Beratungsgegenstände vor:

Öffentliche Sitzung

1 Auftragsvergaben

2 Informationen

Nicht-öffentliche Sitzung

1 Informationen

Verbands- gemeindeverwaltung

Annweiler am Trifels
Bekanntmachung
Nr. 16/2020

Überprüfung öffentlicher Sirenenanlagen

Zur Überprüfung der Funktions-
tüchtigkeit der Sirenenanlagen mit
Alarmgeber und -empfänger findet
im Bereich der Verbandsgemeinde
Annweiler am Trifels

am Samstag, den 14.03.2020
in der Zeit zwischen
11.30 Uhr und 12.00 Uhr

ein Probealarm statt.

Durch die Auslösung der Sirenen
ertönt das Signal „Feueralarm“

-ein Ton von 1 Minute Dauer, mit
zwei Unterbrechungen von jeweils
12 Sekunden-

Annweiler am Trifels,
den 26.02.2020

Christian Burkhart
Bürgermeister

Bekanntmachung

Nr. 17/2020
der Verbandsgemeinde
Annweiler am Trifels

2. Sitzung des Ausschusses für
Tourismus, Umwelt und Klima-
schutz der Verbandsgemeinde
Annweiler am Trifels
(Wahlperiode 2019/2024)

Am Donnerstag, 12.03.2020, um
18:00 Uhr, findet im Sitzungssaal
des Rathauses der Verbandsgeme-
inde, Messplatz 1, 76855 Ann-
weiler am Trifels, die 2. Sitzung des
Ausschusses für Tourismus, Umwelt
und Klimaschutz mit folgender Ta-
gesordnung statt:

Tagesordnung: Öffentlich:

- 1 Klimaschutzmaßnahmen
- 2 Sachstand Nachhaltiges Reise-
ziel Deutsche Weinstraße
- 3 Anfragen
- 4 Informationen

Nicht öffentlich:

- 5 Neuorganisation Verein SÜW
- 6 Anfragen
- 7 Informationen

76855 Annweiler am Trifels,
28. Februar 2020

Christian Burkhart
Bürgermeister

Ortsübliche Bekanntmachung

über die öffentliche Bekanntgabe
der Aktualisierung des
Liegenschaftskatasters

In der Gemarkung Annweiler,
Flur 0, Flurstücke 3561/12,
3563/8, 3563/10, 3564/2,
3566/4, 3568/1, 3572, 3574,
3574/2, 3575, 3576, 3576/2,
3577/1, 3581/2, 3795, 3796,
3797, 3798, 3799, 3800, 3801,
3802, 3803, 3804, 3805, 3806,
3807, 3808 Lagebezeichnung
Radweg an der B48 Annweiler in

Richtung Wernersberg wurde das
Liegenschaftskataster aus An-
lass einer Teilungsvermessung
durch den Fortführungsnachweis
bL 00072884/2016 aktualisiert.

Gemäß § 10 Abs. 4 des Landes-
gesetztes über das amtliche Ver-
messungswesen (LGVerM) vom 20.
Dezember 2000 (GVBl. S. 572, BS
219-1) in der geltenden Fassung
werden den Eigentümerinnen, Ei-
gentümern und Erbbauberechtigten
der Flurstücke die Änderungen der
Daten im Liegenschaftskataster
öffentlich bekannt gegeben. Der
verfügbare Teil des Fortführungs-
nachweises hat folgenden Wort-
laut:

„Das Liegenschaftskataster ist
aufgrund dieses Fortführungs-
nachweises zu aktualisieren.“

Der Fortführungsnachweis ist
in der Zeit vom 13.03.2020 bis
13.04.2020 beim Vermessungs-
und Katasteramt Rheinpfalz in
Landau i. d. Pf. ausgelegt und
kann während der Geschäftszeiten
(Montag bis Freitag von 8.00 Uhr
bis 13.00 Uhr) eingesehen werden.

Die Aktualisierung des Liegen-
schaftskatasters gilt nach § 1 Abs. 1
des Landesverwaltungsverfahrens-
gesetzes vom 23. Dezember 1976
(GVBl. S. 308, BS 2010-3) in Ver-
bindung mit § 41 Abs. 4 Satz 3 des
Verwaltungsverfahrensgesetzes
in der jeweils geltenden Fassung
nach Ablauf von zwei Wochen nach
dieser ortsüblichen Bekanntma-
chung als bekannt gegeben.

Rechtsbehelfsbelehrung:

Gegen diese Entscheidung kann
innerhalb eines Monats nach Be-
kanntgabe Widerspruch erhoben
werden. Der Widerspruch kann

1. schriftlich oder zur Niederschrift
bei dem Vermessungs- und Ka-
tasteramt Rheinpfalz, Pestaloz-
zistraße 4, 76829 Landau in der
Pfalz oder
2. durch E-Mail mit qualifizierter
elektronischer Signatur nach
dem Signaturgesetz an:

vermka.rpf@poststelle.rlp.de
erhoben werden.

Im Auftrag
gez. Hemmer

Michael Hemmer, VD

Öffentliche Bekanntmachung

zur Abfallentsorgung
im Landkreis Südliche Weinstraße

Problemabfall- sammlung 2020

Sehr geehrte Damen und Herren,
am 07.03.2020 findet im Land-
kreis die nächste Problemabfall-
sammlung statt.

Am 07.03.2020 werden von
8.30 Uhr bis 11.30 Uhr auf dem
Wertstoffwirtschaftszentrum Nord
bei Edesheim - wie bereits ange-
kündigt - wieder Problemabfälle
eingesammelt. Den Bürgern im
Landkreis wird dabei wieder Ge-
legenheit gegeben, ihr Umweltbe-
wusstsein unter Beweis zu stellen
und Problemabfälle umweltgerecht
zu entsorgen.

**Eingesammelt werden Farben, La-
cke, Lösungsmittel, Reinigungsmittel,
Batterien, Pflanzenschutzmittel
und Giftstoffe. Gebrauchte Motoren-
und Getriebeöl wird nicht angenom-
men. Seit dem 1. Juli 1987 müssen
Verkäufer von Motoren- und Getriebeöl
das Altöl von ihren Kunden kostenlos
zurücknehmen.**

Bei der Problemabfallsammlung
werden lediglich ölverunreinigte
Putzlappen u.Ä. angenommen.
Auch Altmedikamente werden bei
der Problemabfallsammlung nicht
mehr erfasst. Altmedikamente
in haushaltsüblichen Mengen
können in die Restabfalltonne
gegeben werden. Verpackungen
aus Pappe und Beipackzettel ge-
hören in die Papiertonne. Leere
Kunststoffdosen, Folien, Blister
und Tuben gehören in den gelben
Wertstoffsack. Leere Glasflaschen
gehören in den Altglascontainer.

Bei der Sammlung werden die
Problemabfälle von Privathaushal-
ten kostenlos mitgenommen. Es
sollten pro Haushalt nur Mengen
bis 50 kg bzw. 50 l abgegeben
werden. Gewerbebetriebe, die
Problemabfälle entsorgen lassen
möchten, können sich unmittelbar
mit der SAM GmbH (Tel.: 06131
982-980) in Verbindung setzen.

Es wird auch darauf hingewie-

Rufbereitschaft der Stadt- und Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels

Meldungen an die nachstehenden Rufnummern bzw. in dringenden Fällen über den Polizeinotruf 110

Elektrizitätsversorgung

0 63 46/30 09 - 16

Stadt Annweiler mit Stadtteilen und Ortsgemeinden Wernersberg
und Gossersweiler-Stein

Wasserversorgung

0 63 46/30 09 - 17

Stadt- und Verbandsgemeinde Annweiler

Gasversorgung

0 63 41/2 89 - 192

Stadt Annweiler und Stadtteil Queichhambach

Kläranlagen der Verbandsgemeindewerke

0 63 46/30 09 - 18

Die Stadt- und Verbandsgemeindewerke sind während
der allgemeinen Öffnungszeiten erreichbar unter:

0 63 46 / 30 09 - 0

sen, dass die Problemabfälle nur in geschlossenen Behältern und Verpackungen abgegeben werden können. Vor Eintreffen des Sammelfahrzeuges sowie während und nach der Sammlung dürfen keine Problemabfälle abgestellt werden. Die Problemabfälle sind direkt beim Sammelpersonal abzugeben!

Weitere Informationen finden Sie im SÜW-Wertstoff-Wegweiser 2020!

Für Rückfragen steht Ihnen die Kreisverwaltung Südliche Weinstraße, Tel.: 06341 940-420, zur Verfügung.“

**Mit freundlichen Grüßen
Stolz**

PROBLEMABFÄLLE

von A bis Z:

Abbeizmittel
Abflussreiniger
Alkali-/Mangan-Batterien
Antibeslagmittel
Autobatterien
Autochrompflegemittel
Autowasch-/pflegemittel
Backofenreiniger
Batterien
Desinfektionsmittel
Dispersionsfarben (flüssig)
Entfroster
Entkalker
Entwickler
Farben (nicht ausgehärtet)
Fensterputzmittel
Fixierbäder
Fleckentferner
Fotochemikalien
Frittierfette
Frittieröl
Frostschutzmittel
Fußbodenreinigungs-/pflegemittel
Grillreiniger

Harzrückstände
Heizölröste
Herbputzmittel
Holzschutzmittel
Imprägniermittel
Klebstoffe
Knopfzellen
Lacke
Laugen
Lederpflegemittel
Lithium-Knopfzellen
Lösungsmittel
Metallputzmittel
Mottenschutzmittel
Möbelpflegemittel
Nickel-Cadmium-Batterien
Nitroverdünnungen
Pflanzenschutzmittel
Polyurethanabfälle
Primärbatterien
Quecksilber-Rundzellen
Quecksilberoxid-Knopfzellen
Raumsprays
Reinigungsmittel
Rohrreiniger
Rostschutzmittel
Rostumwandler
Rundzellen
Sanitärreiniger
Säuren
Schädlingsbekämpfungsmittel
Schimmeltötungsmittel
Schuhpflegemittel
Silberoxid-Knopfzellen
Silberputzmittel
Spraydosen
(ohne „Grünen Punkt“)
Tapetenkleister
Terpentin
Thermometer (Quecksilber)
Unterbodenschutz
Verdüner
Waschmittel
WC-Reiniger
Weichspüler
Zink-/Kohle-Batterien
Zink-/Luft-Knopfzellen

MÜNCHWEILER



2017
11 Grundstücksangelegenheiten
12 Auftragsvergaben
13 Informationen
76857 Münchweiler am Klingbach, 28. Februar 2020
Hans-Peter Carius
Ortsbürgermeister

Bekanntmachung

Nr. 1/2020
der Ortsgemeinde
Münchweiler am Klingbach
in der Verbandsgemeinde
Annweiler am Trifels

5. Sitzung des Ortsgemeinderates
der Ortsgemeinde
Münchweiler am Klingbach
(Wahlperiode 2019/2024)

Am Montag, 16.03.2020, um 19:00 Uhr, findet im Feuerwehrhaus, Mühlweg, 76857 Münchweiler am Klingbach, die 5. Sitzung des Ortsgemeinderates mit folgender Tagesordnung statt:

Tagesordnung: Öffentlich:

- 1 Einwohnerfragestunde
 - 2 Festsetzung des wiederkehrenden Beitrages Feld- und Waldwege für 2020/2021
 - 3 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
 - 4 Reinigung der Brunnenanlage
 - 5 Informationen über Sturmschäden im Waldbereich
 - 6 Teilnahme der Ortsgemeinde am elektronischen Versand der Sitzungsunterlagen
 - 7 Bauangelegenheiten
 - 8 Auftragsvergaben
 - 8.1 Entfernung Kreuz am Friedhof
 - 9 Informationen
- Nicht öffentlich:**
- 10 Prüfung der Jahresrechnung

WERNERSBERG



Ortsübliche Bekanntmachung

über die öffentliche Bekanntgabe der Aktualisierung des Liegenschaftskatasters

In der Gemarkung Wernersberg, Flur 0, Flurstücke 723, 724, 725, 727, 728, 729, 731, 732/1, 735/1, 737/1, 738/3, 740/1, Lagebezeichnung Radweg an der B48 Wernersberg in Richtung Annweiler wurde das Liegenschaftskataster aus Anlass einer Teilungsvermessung durch den Fortführungsnachweis bL 00072884/2016 aktualisiert.

Gemäß § 10 Abs. 4 des Landesgesetzes über das amtliche Vermessungswesen (LG Verm) vom 20. Dezember 2000 (GVBl. S. 572, BS 219-1) in der geltenden Fassung werden den Eigentümerinnen, Eigentümer und Erbbauberechtigten der Flurstücke die Änderungen der Daten im Liegenschaftskataster öffentlich bekannt gegeben. Der

verfügende Teil des Fortführungsnachweises hat folgenden Wortlaut:

„Das Liegenschaftskataster ist aufgrund dieses Fortführungsnachweises zu aktualisieren.“

Der Fortführungsnachweis ist in der Zeit vom 13.03.2020 bis 13.04.2020 beim Vermessungs- und Katasteramt Rheinpfalz in Landau i. d. Pf. ausgelegt und kann während der Geschäftszeiten (Montag bis Freitag von 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr) eingesehen werden.

Die Aktualisierung des Liegenschaftskatasters gilt nach § 1 Abs. 1 des Landesverwaltungsverfahrensgesetzes vom 23. Dezember 1976 (GVBl. S. 308, BS 2010-3) in Verbindung mit § 41 Abs. 4 Satz 3 des Verwaltungsverfahrensgesetzes in der jeweils geltenden Fassung nach Ablauf von zwei Wochen nach dieser ortsüblichen Bekanntmachung als bekannt gegeben.

Rechtsbehelfsbelehrung:

Gegen diese Entscheidung kann innerhalb eines Monats nach Bekanntgabe Widerspruch erhoben werden. Der Widerspruch kann

1. schriftlich oder zur Niederschrift bei dem Vermessungs- und Katasteramt Rheinpfalz, Pestalozzistraße 4, 76829 Landau in der Pfalz oder

2. durch E-Mail mit qualifizierter elektronischer Signatur nach dem Signaturgesetz an:

vermka.rpf@poststelle.rlp.de
erhoben werden.

Im Auftrag
gez. Hemmer
Michael Hemmer, VD



UNSER PROGRAMM FÜR DAS 1. HALBJAHR 2020

Mach mit, bleib fit! – Lebenslanges Lernen

Vorträge und Kurse der Volkshochschule Annweiler am Trifels.
Eine Einrichtung der Verbandsgemeinde Annweiler, Tel.: 06346/ 301-217



Ihre
Ansprechpartnerin
Marita Bretz
Annweiler

Führung / Vortrag

A 201 Der Hartsteinbruch Albersweiler für Kinder und Jugendliche von 6 – 14 Jahren

Kinder und Jugendliche erfahren den Steinbruch in ihrer eigenen Welt. Erklärungen zur Entstehung der verschiedenen Gesteine und am Ende wieder deren Zerfall, werden mit Unterrichtsmaterial ergänzt. Das Schulfach „Erdkunde“ vermittelt Wissen über unsere Erde, auf der wir stehen. Ebenso erfahren Kinder den Unterschied zwischen hartem und weichem Stein und was damit geschieht. Die Information in Geologie kann auch durch Aktionen der Firma BAG im Steinbruch erweitert werden. Das Unternehmen unterstützt uns und gibt Schutzhelme aus. Wer auf Steine klopfen will, muss Augenschutz und Hammer/Meißel mitbringen. Den Abschluss bildet eine Führung durch die Mineralienausstellung im Rathaus, die das vorher Gesehene vertieft. Angepasste Kleidung und entsprechendes Schuhwerk.

Treffpunkt ist an der alten Werkstatt, oberhalb des Gasthauses Gebr. Nägle, Hauptstraße 11, 76857 Albersweiler. Angepasste Kleidung und entsprechendes Schuhwerk.

Herwig Wolf,
zertifizierter Gästeführer,

Freitag, 08.05.2020, 14.30 - 18.00 Uhr,
Kostenbeitrag 3 € Kinder, 6 € Erwachsene als Begleiter.
Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich

A 202 Der Hartsteinbruch Albersweiler – Eine bildhafte Zeitreise in die Erdgeschichte

Deutschlandweit einzigartig gewährt der Steinbruch einen Blick in die Geschichte unserer Erde. Wenn Ihnen ein zertifizierter Gästeführer die Zusammenhänge erklärt, wird der Besuch zu einem faszinierenden Erlebnis. Die Farben der Erdkruste erzählen die Geschichte der letzten 200 Millionen Jahre unserer Zeit. Mit Anschauungsmaterial untermauert, erhalten Sie Infos zur Geologie und der Geomorphologie unserer Heimat. Zum Abschluss wird Ihnen eine Führung durch die Mineralienausstellung in Albersweiler angeboten, die das vorher Gesehene vertieft. Angepasste Kleidung

und entsprechendes Schuhwerk. Treffpunkt ist an der alten Werkstatt, oberhalb des Gasthauses Gebr. Nägle, Hauptstraße 11, 76857 Albersweiler

Herwig Wolf, zertifizierter Gästeführer,

Samstag, 09.05.2020, 14.30 - 18.00 Uhr,
Kostenbeitrag 8 € Erwachsene, 4 € Jugendliche (12 bis 16 Jahre).
Anmeldung wegen begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt erforderlich

A 203 Vortrag: „Tomaten: alles selbst gezogen – vom Samen zur Frucht“

In diesem Vortrag wird der Anbau von Tomaten auf dem Balkon oder im Garten gezeigt. Vom Gewinnen der Samen, der Aufzucht der Jungpflanzen, der Kultur der Pflanzen bis zur Ernte der Tomaten und häufigen Krankheiten der Pflanzen sowie Maßnahmen dagegen. Der Referent ist selbst seit vielen Jahren Hobbygärtner und baut jedes Jahr zwölf bis fünf-

zehn verschiedene Tomatensorten in seinem Garten an.
Alexander Roth, Apotheker
(Naturheilverfahren und Homöopathie) und Arzt,
Donnerstag, 19.03.2020, 19.00 Uhr,
1 Termin, Kostenbeitrag 8 €, „Alte Apotheke“,
Hauptstraße 9, Annweiler am Trifels

A 204 Vortrag: Haus an Kinder übertragen – Heimaufenthalt und dann Haus weg?

Vorweggenommene Erbfolge und der Regress der Sozialhilfe.

Das Recht der Vermögensnachfolge befasst sich insbesondere mit der Erhaltung des Vermögens für die Familie. Leichtfertigkeit bei der Übertragung machen die Türen für den Sozialhilfeträger weit auf. Aber auch der Zugriff auf Pflichtteils- und Erbsprüche der Kinder durch den Sozialhilfeträger schaffen unbekannte und riskante Gefahrenlagen. Der Vortrag verdeutlicht die Interessen und gibt Ansätze zu einem besseren Weg.

Jan Ole Ewert, Fachanwalt für Erbrecht,

Dienstag, 03.03.2020, 19.00 Uhr,
Kostenbeitrag 5 €, Annweiler am Trifels,
Ratssaal der Verbandsgemeindeverwaltung, Messplatz 1

EDV

C 260 Senioren fit für's Internet

Die Digital-Botschafter sind vor Ort Ansprechpartnerinnen und –Partner für ältere Menschen und wollen ihnen den Einstieg in die digitale Welt erleichtern. Den Seniorinnen und Senioren wird die Möglichkeit geboten, sich in einer sogenannten „Computersprechstunde“ mit Fragen und Problemen rund um das Thema Handy, Tablet und PC (Apple, Android) an einen Digital-Botschafter zu wenden. Interessierte können beispielsweise direkt mit Ihren eigenen Geräten vorstellig werden um eventuelle Problematiken mit dem entsprechenden Gerät direkt vor Ort zu klären oder Schulung im Umgang mit diesen Geräten zu erhalten.

Kurt Leiner, Digital-Botschafter.

Die Termine finden freitagvormittags, jeweils nach Absprache, in der Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler am Trifels statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Für weitere Informationen und Fragen stehen Ihnen die Ansprechpartner gerne zur Verfügung.

C 266 Excel Version 2019 Grund- und Aufbaukurs – Intensiv-Training

Mit Programmen wie Excel, kann man am Computer einfach mit Daten umgehen. Mit Excel kann man Formblätter erstellen, Rechnungen ausführen lassen und Daten zu anschaulichen Diagrammen umsetzen. Am Ende können Sie spezielle Excel-Funktionen nutzen und generell Excel effektiver einsetzen.

Voraussetzung: Kenntnisse von Windows.

Stefan Hoffmann, Informatik-Betriebswirt VWA,
Mittwoch, 04.03.2020, 19.15 - 21.30 Uhr,
8 Termine, Kursgebühr 76 €, Kleingruppe (6 Teilnehmer)
102 € + evtl. 15 € Lehrbuch, Albersweiler, Schulungsraum,
Am Kanal 38

Sprachen

**Alle Sprachkurse finden statt in der Berufsbildenden Schule Annweiler, Herrenteich 12.
Neu- und Quereinsteiger sind jederzeit willkommen**

Englisch für Wiedereinsteiger (A1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die zwar schon einmal mit der englischen Sprache gearbeitet haben, sie jedoch in den letzten Monaten und Jahren nicht genutzt haben. Um die vorhandenen Fähigkeiten aufzufrischen, sind Sprechen und Hören ganz elementare Werkzeuge. Aus diesem Grund richtet dieser Kurs das Hauptaugenmerk auf die praktische Verbesserung des Verständnisses sowie der sprachlichen Fertigkeiten.

Pauline Forkel

S 220 montags, 17.30 – 19.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 82 €

S 221 Montag, 20.04.2020, 17.30 – 19.00 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 74 €

Französisch mit Vorkenntnissen (A2)

Sie haben bereits ein Lehrwerk der vhs abgeschlossen oder ähnliche Kenntnisse und wollen Ihr Französisch aktivieren und vertiefen. Wir freuen uns über Verstärkung! Einstieg jederzeit möglich. Lehrbuch: Facettes aktuell 2, Hueber-Verlag.

Laurence Wendland

S 232 montags, 16.30 - 18.00 Uhr,
13 Termine, Kursgebühr 72 €

S 233 Mittwoch, 22.04.2020, 16.30 - 18.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

Italienisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

Lucrezia Gaia Fusi

S 238 donnerstags, 18.30 – 20.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

S 239 Donnerstag, 23.04.2020, 18.30 – 20.00 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 50 €

„Alla prossima volta“ - Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.

Lehrbuch: Espresso 2, Hueber-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 240 montags, 16.30 - 18.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

S 241 Montag, 20.04.2020, 16.30 - 18.00 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 55 €

Italienisch für Fortgeschrittene (B2)

Dieser Kurs möchte den Teilnehmer/-innen den Übergang vom lehrbuchbezogenen Unterricht zum Konversationskurs erleichtern. Auf der Grundlage von kurzen Texten und Zeitungsartikeln mit Vokabelhilfe soll trainiert werden, Meinungen auszudrücken und diese mit anderen auszutauschen. Kleine Übungen tragen zur Erweiterung des Wortschatzes und Wiederholung der Grammatik bei.

Birgit Strehlitz-Runck

S 242 montags, 18.15 – 19.45 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

S 243 Montag, 20.04.2020, 18.15 – 19.45 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 55 €

„I più forti“ Italienisch Konversation (C1)

Le lezioni saranno basate su testi di letteratura moderna ed articoli di attualità. Esercizi di vocabolario e d'ascolto consentiranno di approfondire e consolidare le conoscenze d'italiano già acquisite.

Birgit Strehlitz-Runck

S 244 dienstags, 19.30 – 21.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

S 245 Dienstag, 21.04.2020, 19.30 – 21.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

„Allora, andiamo“ - Italienisch für Fortgeschrittene (B1)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.

Lehrbuch: Espresso 2, Hueber-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 246 mittwochs, 17.30 – 19.00 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 66 €

S 247 Mittwoch, 22.04.2020, 17.30 – 19.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 61 €

Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1)

Lehrbuch: Con piacere nuovoA1, Klett-Verlag

Birgit Strehlitz-Runck

S 248 mittwochs, 19.15 – 20.45 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 66 €

S 249 Mittwoch, 22.04.2020, 19.15 – 20.45 Uhr,

11 Termine, Kursgebühr 61 €

Spanisch mit Vorkenntnissen (B1)

Hier können Sie Ihre Spanischkenntnisse erweitern und weiter lernen erfolgreich auf Spanisch zu kommunizieren.

Lucia Yong de Siebeneicher

S 252 Mittwoch, 05.02.2020, 18.00 - 19.30 Uhr,
8 Termine, Kursgebühr 50 €

S 253 Mittwoch, 22.04.2020, 18.00 - 19.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 65 €

Spanisch für Wiedereinsteiger (A1)

Sie erlernen u.a. Lebensmittel einkaufen, nach dem Preis fragen, Gefallen und Missfallen ausdrücken, im Restaurant bestellen, sich über Essgewohnheiten unterhalten. Über alltägliche Tätigkeiten berichten. Zeitangaben ausdrücken, Kurznachrichten lesen und erstellen, eine Stadt beschreiben, nach dem Weg fragen und ihn beschreiben, Kleidungsstücke beschreiben, Produkte und Preise vergleichen, Möbelstücke benennen, eine Wohnung beschreiben, eine Auswahl treffen und begründen.

Lucia Yong de Siebeneicher

S 254 Mittwoch, 05.02.2020, 19.30 – 21.00 Uhr,
8 Termine, Kursgebühr 50 €

S 255 Mittwoch, 22.04.2020, 19.30 – 21.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 65 €

Gesundheit / Ernährung / Fitness

Fettverbrennungstraining

Individuell pulsgesteuertes Fettverbrennungstraining an verschiedenen Geräten (Laufband, Crosstrainer, Ergometer, Liegefahrrad, Stepper und/oder Rudergerät).

Ernährungsberatung kann optional vor Ort dazu gebucht werden.

Heinz Sieg, Dipl. Sportwissenschaftler

G 200 Montag, 02.03.2020, 17.30 – 18.30 Uhr, 8 Termine

G 201 Montag, 04.05.2020, 17.30 – 18.30 Uhr, 8 Termine,
Kursgebühr 40 €, Kleingruppe 57 € (6 Teilnehmer),
Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“,
Hauptstraße 60

Wirbelsäulengerechtes Krafttraining an Geräten

Nach einer 10-15minütigen Aufwärmphase wird an modernen Fitnessgeräten vor allem die Rumpfstütz- und Muskulatur trainiert. Abgerundet wird das Training durch ein 5minütiges Abwärmen.

Tim Sieg, Sport- und Fitnesstrainer

G 202 Mittwoch, 04.03.2020, 19.30 - 21.00 Uhr, 8 Termine

G 203 Mittwoch, 06.05.2020, 19.30 - 21.00 Uhr, 8 Termine,
Kursgebühr 54 €, Kleingruppe 72 €, (6 Teilnehmer),
Annweiler, Gesundheitsstudio „die Wirbelsäule“,
Hauptstraße 60

Fasten für Gesunde nach Dres. Buchinger/Lütznier

Entgiften – Abnehmen – Bewegen – Neubeginn

Fasten heißt:

- nichts essen, z. B. für eine Woche
 - nur trinken (Tee, Wasser, Säfte)
 - leben aus körpereigenen Depots
 - Ausscheidung fördern
 - Reinigung von Körper, Seele und Geist
 - Impuls zur Korrektur des Lebensstils
- In dieser Zeit erhalten Sie:
- Informationen zu fastenunterstützenden Maßnahmen
 - Fastensuppe und Getränke
 - Ernährungstipps
 - Nordic-Walking der Fastenwoche angepasst

Es macht Sinn, in der Fastenwoche das Arbeitstempo zu reduzieren, Zeit für sich selbst einzuplanen. In einem Zeitraum von einer Woche treffen wir uns jeden Nachmittag (außer Mittwoch) für ca. 2 - 3 Stunden.

G 206 Freitag 20.03.2020 - 27.03.2020

Treffen jeweils ab 16.00 Uhr, 76857 Wernersberg. Max. Teilnehmerzahl 6 Personen. Sollte ein Kurs nicht voll belegt sein, behalten wir uns vor, die Termine zusammenzulegen. In Zusammenarbeit mit dem Berufsverband Fasten & Ernährung. „Die Profis für gesundes Leben“.

Susanne Schweinsberg, Fastenleiterin (BV-FE),
7 Termine, Kursgebühr 129 €.
Begrenzte Teilnehmerzahl (6 Personen)

G 207 Rückenfit nach der Arbeit

Nach einem Arbeitstag ist die Muskulatur oft verspannt oder verhärtet, daher bieten wir bei „Rückenfit nach der Arbeit“ einen vhs-Kurs mit Mobilisierungs-, Stabilisierungs- sowie Kräftigungsübungen an. Bei den Dehnübungen kommen auch die Faszien (Bindegewebe) nicht zu kurz und die eingeschlifften Bewegungsmuster werden durch körperliche Übungen erweitert. Sie haben die Möglichkeit, sich von Ihrem „Kopfkino“ zu befreien, abzuschalten und loszulassen
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, evtl. Decke und Kissen, Matte

Diana Heft, Trainerin für Entspannung/Stressbewältigung und Allgemeiner Breitensport

Dienstag, 10.03.2020, 17.00 – 18.00 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 40 €, Kleingruppe 53 €, Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

G 208 Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Durch die systematische Schulung der Achtsamkeit sensibilisiert die Progressive Muskelentspannung das Zusammenspiel von Muskeltonus, Lebensgefühl und Gedankenwelt und stärkt so die Fähigkeit, eigenverantwortlich zu mehr innerer Ruhe sowie seelischer und körperlicher Ausgeglichenheit zu gelangen. Die Progressive Muskelentspannung ist eine alltagstaugliche Methode zur Stressbewältigung und ein Weg zur Schulung von Achtsamkeit. Die Methode ist höchst effektiv und leicht erlernbar.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte oder Decke, warme und bequeme Kleidung.

Diana Heft, Trainerin für Entspannung/Stressbewältigung und Allgemeiner Breitensport

Dienstag, 10.03.2020, 18.30 - 20.00 Uhr,
7 Termine, Kursgebühr 52 €, Kleingruppe 70 €, Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

Yoga für den Rücken

Durch spezielle einfache Übungen (Asanas) wird die gesamte Rumpfmuskulatur gedehnt und gekräftigt. So wird die Wirbelsäule gestützt und hochgradige Belastungen und Druck auf die Wirbelsäule genommen. Fehlhaltungen der Wirbelsäule werden verbessert, so dass eine aufrechtere Haltung möglich ist.

Am Ende der Einheit erfolgt eine Tiefenentspannung um den gesamten Körper und den Geist in Einklang zu bringen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Matte

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin

G 210 montags, 17.30 – 18.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 68 €

G 211 Montag, 20.04.2020, 17.30 – 18.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 56 €, Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

Hatha-Yoga -Eine Reise zu sich Selbst

Der Weg des Hatha-Yoga führt auf eine persönliche Reise zu sich Selbst. Durch Körper- und Atemübungen lernen wir unseren Körper, Geist und Seele wieder miteinander zu verbinden. Das Erlangen des inneren Friedens, geistiger und körperlicher Harmonie auf Basis des Gewaltverzichtes steht dabei an erster Stelle. Asanas aus dem Hatha-Yoga fördern unsere Beweglichkeit, kräftigen die Muskulatur, mobilisieren die Gelenke und verändern unser Denken auf positive Weise. Das Üben von Pranayama, (Atemkontrolle und rhythmische Atmung) beruhigt unseren Geist und lässt einen tiefen inneren Frieden in uns entstehen. Eine abschließende Tiefenentspannung, einer Reise in unser Innerstes, durch Konzentration auf Körper und Atmung, befreit unseren Geist und kann uns dabei unterstützen die Selbstheilungskräfte in unserem Körper zu aktivieren.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Kissen und Decke,

Yogamatte

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin S.Y.

G 212 Montag, 02.03.2020, 18.15 - 19.45 Uhr, 10 Termine

G 213 Montag, 02.03.2020, 20.00 - 21.30 Uhr, 10 Termine,
Kursgebühr 80 €, Annweiler-Bindersbach,
Dorfgemeinschaftshaus, Münzstraße 24

G 214 Donnerstag, 05.03.2020, 18.15 - 19.45 Uhr,
10 Termine

G 215 Donnerstag, 05.03.2020, 20.00 - 21.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 80 €, Annweiler-Bindersbach,
Dorfgemeinschaftshaus, Münzstraße 24

Yoga in Ramberg - durch Bewegung zur Ruhe kommen –

Körperliche Beweglichkeit trainieren, den eigenen Körper neu wahrnehmen und kräftigen, auftanken mit Atem- und Entspannungsübungen, den Alltag loslassen und Gelassenheit gewinnen. Der Kurs ist für Yoga-Einsteiger nicht geeignet.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung

Susanne Hanke, Yogalehrerin

G 219 montags, 20.00 - 21.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 66 €

G 220 Montag, 20.04.2020, 20.00 - 21.30 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 50 €, Ramberg,
Grundschulturnhalle, Dekan-Schill-Straße 1A

Yoga für Alle in Albersweiler

Den Körper kräftigen und Spannungen lösen, Achtsamkeit entwickeln, Lebensfreude entdecken - Yoga bringt auf einfachste Weise Körper, Atem und Geist in Einklang. Entspannungsübungen laden ein zur Ruhe zu kommen. Dieser Kurs ist für alle Menschen, welche die wohltuende Wirkung des Yoga im Wechsel zwischen aktiven und entspannenden Sequenzen erfahren möchten. Einsteiger und Geübte sind beide willkommen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung

Susanne Hanke, Yogalehrerin

G 221 mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr,
13 Termine, Kursgebühr 93 €

G 222 Mittwoch, 22.04.2020, 19.30 – 21.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 79 €, Albersweiler,
Seminarraum Physio Schneiders, Weinstraße 104

Yoga am Vormittag

Yoga ist eine uralte indische Lehre und Praxis, die einen Weg „zur menschlichen Weiterentwicklung“ beschreibt. Die im Westen zumeist praktizierte Form des Hatha-Yoga arbeitet mit bestimmten Entspannungs-, Atem-, Konzentrations- und Bewegungsübungen. Bei regelmäßigem Üben bewirkt Hatha-Yoga eine innere Ausgeglichenheit und erhöhte Konzentrationsfähigkeit, um auf diesem Wege neue Kräfte für den Alltag zu gewinnen. Ob Anfänger oder bereits praktizierender Yogi - hier bekommen alle interessante Anregungen und ein abwechslungsreiches Yogaprogramm.

Heike Heinz, Yogalehrerin

G 224 mittwochs, 09.30 - 11.00 Uhr,
13 Termine, Kursgebühr 114 €

G 225 Mittwoch, 22.04.2020, 09.30 - 11.00 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 97 €, Annweiler-Queichhambach,
Dorfgemeinschaftshaus, Queichtalstraße 39

G 227 Yoga für Kinder und Jugendliche von 7 - 12 Jahren

Yoga für Kinder und Jugendliche ist bisher im Angebot der Yogaszene kaum vertreten. Dies ist umso erstaunlicher, wenn man berücksichtigt, dass in der Yogatradition Indiens dies meist genau die Zeit war, in der Menschen mit Yoga begannen. Kinder und Jugendliche wachsen heute in einer Welt auf, in der es immer schwieriger wird sich zu orientieren, den eigenen Platz zu finden. Das scheinbar unvermeidliche Chaos der Pubertät muss eben so gut es geht „durchlebt“ werden. Es wird zu wenig Raum geboten für eine ganzheitliche Förderung der Persönlichkeit. Reizüberflutung, Bewegungsmangel, schädliche Umwelteinflüsse, Schulstress und Zukunftsängste belasten viele Jugendliche. Yoga schon in jungen Jahren zu beginnen ist eine besondere Chance, um zu einem bewussten und verantwortungsvollen

Menschen heranzureifen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin S.Y.

Mittwoch, 04.03.2020, 16.00 - 17.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 74 € (ab 8 Teilnehmer), 90 € (bei 6 Teilnehmer), Annweiler, DRK-Haus Annweiler, Südring 52

Meditation

Wohllösende Selbstbeobachtung, wie sie in der Meditation geübt wird, entspannt und fördert sowohl das Selbstbewusstsein als auch das Mitgefühl mit unserer Umgebung. Der Kurs bietet eine Einführung in die taoistische Meditation. Der Taoismus versteht auch das Denken als einen durch und durch physiologischen Vorgang. Diese Meditationsmethode intensiviert unsere Beziehung zum eigenen Leib. Wir werden gründlich geerdet. Auf dieser Basis können sich dann ein weites Herz, ein wacher Geist und eine sichere Intuition entwickeln. Die Illusion der Selbstbestimmung weicht dabei mehr und mehr der Erkenntnis, dass wir vom Universum durchs Leben getragen werden.

Thomas Mietzner

G 228 dienstags, Termin auf Anfrage, 09.30 – 10.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 67 €, Annweiler-Bindersbach,
Meditationsraum Rehbergstraße 62

G 230 LEBENSLUST anstatt Diätfrust

Du möchtest dich endlich leichter fühlen und du bist bereit etwas Neues auszuprobieren. Dann bist du herzlich eingeladen zu diesem Tagesworkshop, wo du in einem geschützten und achtsamen Raum dich in freiem Ausdruckstanz, bei Wahrnehmungsübungen für deinen Körper, bei Achtsamkeitsübungen bewegen kannst. Vermittlung ganzheitlicher Sichtweisen zur Gewichtsreduktion, Tipps zur Entgiftung von Körper-Geist-Emotionen, Stärkung des Selbstvertrauens und der Selbstliebe sind weitere Inhalte dieses Workshops.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Antirutschsocken, Matte, Decke, dein Lieblingsessen für die Mittagspause, Getränk

Karin Sobiesinsky, Tanz- und Ausdruckstherapeutin,

Samstag, 07.03.2020, 10.00 – 16.00 Uhr,
1 Termin, Kursgebühr 26 €, Kleingruppe 34 €, Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus, Queichtalstraße 39

G 231 Körper-Geist-Seele-DETOX

Unser Körper ist oft von zu viel, zu süß, zu fett überlastet und in der Folge übersäuert, und dadurch können vielfältige Beschwerden und Erkrankungen auftreten, die als „Zivilisationserkrankungen“ bezeichnet werden. Auch können uns Stress, Überforderungen in Beruf und Familie, Druck, Ängste, Ärger, Wut... „sauer“ machen. Wenn dann noch negative Gedanken, wie „mich kann man nicht lieben“, „ich bin dumm, zu dick, zu dünn, nicht schön...“ und sonstige Lebensmuster dazu kommen, so ist das Fass am überlaufen und es können körperliche und seelische Erkrankungen entstehen, wie Übergewicht, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Gelenkerkrankungen, Infektanfälligkeit, Rheuma, Gicht, Müdigkeit, Erschöpfung, Nervosität, Schlafstörungen, Depressionen... Was können wir dagegen tun? In einem Vortrag erfährst du von Ursachen und Auswirkungen der Übersäuerung, Lösungsmöglichkeiten, um deinen Körper zu entgiften, sowie deinen Geist und deine Seele von unnötigem Ballast zu befreien.

Im 2. Teil des Abends lade ich dich zu einer Bewegungsreise und Meditation ein und es kann sich Erleichterung, Freude und Harmonie einstellen!

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Matte.

Karin Sobiesinsky, Tanz- und Ausdruckstherapeutin,

Samstag, 28.03.2020, 15.00 – 18.00 Uhr,
1 Termin, Kursgebühr 15 €, Kleingruppe 20 €, Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

G 232 Klopfe dich frei

MET-Klopftherapie (Meridian-Energie-Techniken) nach Rainer Franke ist eine rasch zu erlernende und sehr wirkungsvolle Methode, um sich von negativen Energien und Schwingungen zu lösen. Das Anwendungsspektrum ist vielfältig: wir können uns freiklopfen von Ängsten, Sorgen, belasten-

den Gedanken, Emotionen wie Wut, Ärger, Trauer, Schuldgefühlen, Überzeugungen, die nicht mehr in unser Leben passen, Stress, sich nicht gut genug zu fühlen, Zweifel, Widerstände. Dadurch können auch körperliche Symptome Erleichterung finden. Du kannst an diesem Abend nach einer kurzen theoretischen Einführung diese Technik erlernen - es werden einige Punkte am Körper mit einem Finger leicht beklopft. Danach kannst du dies mühelos in deinem Alltag praktizieren. Bei regelmäßiger Anwendung wirst Du mehr Leichtigkeit, Selbstvertrauen, Freude und Harmonie in deinem Leben genießen können. Bitte mitbringen: Schreibzeug für eigene Notizen, Getränk.

Karin Sobiesinsky, Tanz- und Ausdruckstherapeutin,

Samstag, 25.04.2020, 15.00 – 18.00 Uhr,
1 Termin, Kursgebühr 15 €, Kleingruppe 20 €,
Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl. Gut für – alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.

Bitte mitbringen: Isomatte.

Elisabeth Bruck-Ritter, Physiotherapeutin

G 244 montags, 18.30 – 19.30 Uhr,
13 Termine, Kursgebühr 53 €

G 245 Mittwoch, 22.04.2020, 18.30 – 19.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 45 €,
Albersweiler, Grundschulturnhalle, Auf der Lehr 1

Wirbelsäulengymnastik mit Pilates

Es handelt sich hierbei um ein systematisches Ganzkörpertraining zur Prävention von Beschwerden, die infolge von Bewegungsmangel auftreten, sowie dem Entgegenwirken schon vorhandener Probleme. In diesem Kurs wird mit verschiedenen Methoden gearbeitet, um die Muskelbalance herzustellen, die Beweglichkeit des Körpers zu verbessern, und die konditionelle Situation zu stärken. Das individuelle Wohlbefinden jedes einzelnen Kursteilnehmers steht immer im Vordergrund. Zum Ausklang der Stunde findet immer eine kurze Entspannungseinheit mit verschiedenen Entspannungstechniken statt.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken,
Gymnastikmatte, Handtuch.

Eva Dahl, Physiotherapeutin

G 251 montags, 09.30 - 10.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 70 €

G 252 Montag, 20.04.2020, 09.30 - 10.30 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 64 €,
Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

Ich bewege mich – Pilates – Das sanfte Training bringt schnelle Erfolge

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum stehen Bauch, Hüften, Po und Rücken, die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Bewegungen werden sehr bewusst und mit großer Konzentration ausgeführt. Die Übungen sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Wie intensiv das Training ist, können Sie individuell variieren. Gut für – alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen.

Pilates ist für jedes Alter geeignet!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken,
Gymnastikmatte, Handtuch.

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin

G 253 montags, 18.45 – 19.45 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 68 €

G 254 Montag, 20.04.2020, 18.45 – 19.45 Uhr,
10 Termine, Kursgebühr 56 €,
Annweiler, Evang. Gemeindehaus, Kirchgasse

Bauch-Beine-Po

Mit diesem Kurs können Sie Beine, Po und Ihren Bauch stärken und straffen. Außerdem dient er zur Stabilisierung von Knie- und Hüftgelenken und ist bei Rückenbeschwerden sehr zu empfehlen. Das Workout ist einfach ausführbar und effektiv. Im Vordergrund stehen figurformende und gewebesträufende Übungen mit oder ohne Hilfsmittel für Ihren gesamten Körper.

Mona Kirsch, Fitnesstrainerin

G 255 mittwochs, 18.30 – 19.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 75 €

G 256 Mittwoch, 22.04.2020, 18.30 – 19.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 69 €, Annweiler,
Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

AROHA® für Fortgeschrittene

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Shiva Shankar, Sport- und Fitnesstrainer

G 257 dienstags, 19.30 – 20.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 77 €

G 258 Dienstag, 21.04.2020, 19.30 – 20.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 77 €,
Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

AROHA® für Fortgeschrittene

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung.

Shiva Shankar, Sport- und Fitnesstrainer

G 259 donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 80 €

G 261 Donnerstag, 23.04.2020, 19.00 – 20.00 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 63 €,
Annweiler-Queichhambach, Dorfgemeinschaftshaus,
Queichtalstraße 39

Qi Gong

Qi Gong, ein ganzheitliches Gesundheitsmodell aus der traditionellen chinesischen Medizin, hält für alle Menschen, unabhängig von Alter und Konstitution die Möglichkeit bereit, die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Ausgeglichenheit entscheidend zu verbessern und Ruhe und Kraft für den Alltag zu gewinnen.

Teilnahme ab 18 Jahren. Bei diesem Kurs ist ein Einstieg jederzeit möglich.

Regina Brachat-Schwab, Qi Gong-Kursleiterin

G 263 donnerstags, 18.00 – 19.00 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 60 €

G 264 Donnerstag, 23.04.2020, 18.00 – 19.00 Uhr,
9 Termine, Kursgebühr 45 €,
Annweiler, DRK-Haus, Südring 52

Pilates für einen gesunden Rücken

Das Ganzkörpertraining nach Joseph Pilates kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching. Im Zentrum steht die Körpermitte, im Pilates auch „Powerhouse“ genannt. Pilates kräftigt, entspannt und dehnt auf sanfte Weise die tiefen Muskeln. Der Körper wird straff und geschmeidig, die Haltung aufrecht. Die Übungen fördern das Bewusstsein für den eigenen Körper, sind sehr effektiv und zeigen rasch Erfolge. Gut für alle, die sich ein sanftes und effektives Training für den ganzen Körper wünschen. Sehr geeignet auch für Menschen die etwas gegen körperliche Beschwerden unternehmen wollen

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken,
Gymnastikmatte, Decke.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 265 montags, 17.30 – 18.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 48 €

G 266 Montag, 20.04.2020, 17.30 – 18.30 Uhr,

11 Termine, Kursgebühr 44 €, Silz,

Drums Alive®

Drums Alive® macht Spaß und baut Stress ab. Genervt in der Arbeit? Der Kopf ist voll und die Gedanken wollen nicht loslassen? Dann ist eine Stunde Drums Alive® genau das Richtige um den Alltag zu vergessen und Freude im eigenen Tun zu bekommen. Sie haben die Möglichkeit sich so richtig auszutrommeln und allen Energien freien Lauf zu lassen. Drums Alive® ist ein Ganzkörpertraining, das viel mit koordinativen Aspekten der Muskulatur und des gesamten Bewegungsapparates spielt. Durch die Inhalte von kreuzkoordinativen Bewegungen werden Gedächtnis und Gehirnleistung gefördert. Es ist ein super Ausdauertraining, welches mit hohem Kalorienverbrauch und jeder Menge Spaß das Herzkreislaufsystem fördert und trainiert. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Unter www.drumsalive.de gibt es weitere gute Informationen.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 267 montags, 18.30 - 19.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 48 €

G 268 Montag, 20.04.2020, 18.30 - 19.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 44 €, Silz, Bürgerhaus,
Hauptstraße

Power Hour

Ein Fitnessworkout, das die im Trend liegenden Begriffe wie Bodyweight-Training, Intervall-Training, Core-Training, Faszi-entraining, Circle-Training, Brainfitness und vieles mehr beinhaltet. Auch „Aerobic is back“ ist wieder schwer im Trend. Wir machen alles was uns Spaß macht und haben viel Freude daran. Werde Teil einer tollen Gruppe.

Diana Jablonski, Fitness- und Gesundheitstrainerin

G 269 montags, 19.30 - 20.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 48 €

G 270 Montag, 20.04.2020, 19.30 - 20.30 Uhr,
11 Termine, Kursgebühr 44 €, Silz,

G 272 Gesundes Walken für Teilnehmer ab 60+(++)

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, welche sich in den letzten Jahren in Deutschland zunehmend stärker, auch bei Senioren, durchgesetzt hat. Die Beliebtheit dieses Sports nimmt ständig zu, wobei gerade ältere Menschen sich dafür immer häufiger begeistern. Gerade für Senioren sind die Bewegungseinheiten von großer Bedeutung und helfen dabei, auch im Alter körperlich fit zu bleiben. Ein großer Vorteil von Nordic Walking ist die geringe Beanspruchung für die Gelenke beim Laufen. Diese Bewegungsart ist vor allem für Ausdauer, Kraftentwicklung, Koordinationsfähigkeit und Beweglichkeit zu empfehlen.

Dr. Meike Köster-Töpfer, Heilpraktikerin

Mittwochs, 10.00 – 11.30 Uhr,
12 Termine, Kursgebühr 89 € (Kleingruppe), Annweiler

G 274 Indoorycling für Anfänger

Indoorycling ist ein Ausdauersport auf stationären Fahrrädern. Das Training dient der Verbesserung der Ausdauer oder wahlweise Fettverbrennung. Ansporn durch Gruppendynamik. Bei gesundheitlicher Eignung ist dieser Kurs für alle Altersklassen geeignet, von motivierten Jugendlichen bis zu sportlichen Senioren. Persönliche Ermittlung des FTP-Wertes (individueller Belastungswert), durch den der Tritt-widerstand am Bike reguliert werden kann. Widerstandsregulation anhand farbig gekennzeichnete Belastungszonen. Während des Kurses erfolgt musikalische Begleitung und Motivation durch den Trainer. Im Vordergrund stehen Spaß und die persönliche Motivation, die eigene Belastungsfähigkeit zu verbessern. Die Einweisung und Handhabung der Bikes, sowie die Fahrtechniken werden vor Ort durch den Trainer erklärt und demonstriert. Die Anzahl der Kursteilnehmer ist vorläufig auf 23 Personen begrenzt.

Bitte mitbringen: Sportbekleidung, Sportschuhe,
wenn möglich auch Fahrradschuhe,
eine Trinkflasche und Handtuch.

Martin Golfier, Fitnesstrainer,

Mittwoch, 11.03.2020, 18.30 – 19.15 Uhr,
5 Termine, Kursgebühr 43 €, Annweiler,
rifels-Fitnessworld, Landauer Straße 90

G 285 „Heilpflanzen vor der Haustür“ - ein Abendspaziergang

Im Bereich des Wiesen- und Ackergeländes oberhalb des Neubaugebietes „Burgenring“ wird eine etwa 2,5-stündige Führung (ca. 3 – 4 km) stattfinden, bei der etwa 30 bis 40 dort wachsende Heilpflanzen vorgestellt und Namen und Anwendung benannt werden. Es wird auf Besonderheiten der Pflanzen und auch Verwechslungsgefahren hingewiesen und einzelne Pflanzen mit typischen Gerüchen/Düften zum „Beschnuppern“ herungereicht. Fragen sind erwünscht. Begrenzte Teilnehmerzahl.

Alexander Roth, Apotheker (Naturheilverfahren und Homöopathie) und Arzt

Donnerstag, 25.06.2020, 18.00 Uhr, 1 Termin, Kursgebühr 10 €, Treffpunkt: Annweiler, Burgenring 50 (vor dem ehemaligen Gasthaus Burgenring)

H 212 Trüffel und Pralinés selbstgemacht

Selbstgemachte Trüffel und Pralinés - eine Besonderheit - da wird Ihr Osterhase staunen. Nach diesem Kurs werden Sie die sahnigen Köstlichkeiten - mit und ohne Alkohol - leicht in Ihrer eigenen Küche zubereiten können. Lernen Sie mehr über den Umgang mit Kuvertüre und der Verarbeitung dieser zartschmelzenden Verführung. Jeder Teilnehmer wird viel Gelegenheit zum Üben haben und die Rezepte sowie eine Menge Trüffel und Pralinés mit nach Hause nehmen. Es bleibt Ihnen überlassen, ob Sie damit Ihre Familie und sich verwöhnen oder liebe Menschen beschenken möchten.

Bitte mitbringen: Schürze, scharfes Messer, Teigschaber, geruchsfreies Schneidebrett, Geschirrhandtuch, Behälter für fertige Pralinés, Getränke nach Wunsch, Spültuch/Schwamm, Spülmittel. Wer hat, bringt bitte eine mittelgroße Metallschüssel und einen passenden Topf für ein Wasserbad mit.

Tanja Plickert, Diplom-Oecotrophologin (FH),

Montag, 30.03.2020, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 Termin, Kursgebühr 17 €, Kleingruppe 22 € plus 12 € Lebensumlage, Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Küche, Herrenteich 12

Junge Vhs**G 227 Yoga für Kinder und Jugendliche von 7 - 12 Jahren**

Yoga für Kinder und Jugendliche ist bisher im Angebot der Yogaszene kaum vertreten. Dies ist umso erstaunlicher, wenn man berücksichtigt, dass in der Yogatradition Indiens dies meist genau die Zeit war, in der Menschen mit Yoga begannen. Kinder und Jugendliche wachsen heute in einer Welt auf, in der es immer schwieriger wird sich zu orientieren, den eigenen Platz zu finden. Das scheinbar unvermeidliche Chaos der Pubertät muss eben so gut es geht „durchlebt“ werden. Es wird zu wenig Raum geboten für eine ganzheitliche Förderung der Persönlichkeit. Reizüberflutung, Bewegungsmangel, schädliche Umwelteinflüsse, Schulstress und Zukunftsängste belasten viele Jugendliche. Yoga schon in jungen Jahren zu beginnen ist eine besondere Chance, um zu einem bewussten und verantwortungsvollen Menschen heranzureifen.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Crysanti Ruppert, Yogalehrerin S.Y.

Mittwoch, 04.03.2020, 16.00 - 17.30 Uhr, 10 Termine, Kursgebühr 68 € (ab 8 Teilnehmer), 90 € (bei 6 Teilnehmer), Annweiler, DRK-Haus Annweiler, Südring 52

K 219 Malkurs für Kinder im Alter ab 8 Jahren

Selbstgemalte Bilder sind ein toller Blickfang für jedes Zimmer und ein ganz besonderes Geschenk. In diesem Kurs werden die wichtigsten Grundlagen der Acrylmalerei vermittelt und eine grundlegende Einführung bietet zudem reichlich Inspiration. Eine Vielzahl von Techniken bieten gestalterische Freiheit - gerade auch für Anfänger. Das wichtige Basiswissen wird Schritt-für-Schritt erklärt und begleitet die Kinder so zu ihrem ganz persönlichen Meisterwerk.

Bitte mitbringen: 2 – 3 Leinwände oder Papier, dieses Papier muss 300 g stark sein, Acrylfarbe. Farben und Pinsel können auch gegen eine Gebühr i.H.v. 4,00 € bei Frau Wüst mitbenutzt werden.

Annemarie Wüst

Freitag, 27.03.2020, 15.00 – 17.30 Uhr und Samstag, 28.03.2020, 15.00 – 17.30 Uhr, 2 Termine, Kursgebühr 28 €, (maximal 6 Teilnehmer), Annweiler, Malraum, Burgenring 73

Malen / Nähen**K 221 Lust auf Kunst?**

Kunst ist – insbesondere die Malerei – eine besondere Form der Kommunikation, zunächst einmal mit sich selbst und dann natürlich auch mit den Menschen, die sie wahrnehmen. Es ist wichtig, die Leidenschaft und Begeisterung für die Malerei zu teilen und weiterzugeben. Dieser Kurs richtet sich an alle, die Kunst nicht nur anschauen und bewundern, sondern selbst einmal kreativ werden wollen. Dabei kann jeder sein Talent entdecken, Neues ausprobieren, Ideen umsetzen, die Seele baumeln lassen, mit anderen (nicht nur über Kunst) ins Gespräch kommen. Unser wichtigster Grundsatz: Wir bewerten unsere Kunst nicht! Gearbeitet wird nach eigenen Vorstellungen. Anfängern und Ungeübten oder Unentschlossenen wird mit Vorlagen, Tipps und Anregungen geholfen.

Bitte mitbringen: Mindestens 3 Leinwände in verschiedenen Größen sowie Ihre Malutensilien und Arbeitskleidung (Pinsel und Farbe können im Kurs erworben werden).

Annemarie Wüst,

Donnerstag, 27.02.2020, 18.30 – 21.30 Uhr, 4 Termine (max. 6 Teilnehmer), Kursgebühr 66 €, Annweiler, Malraum, Burgenring 73

K 223 Aquarellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

Techniken wie z.B. Nass-in-Nass-Technik, Nass-in-Trocken-Technik und Lasurmalerei.

Sie erlernen einfache Motive in Farbe und Bildaufbau zu erfassen und umzusetzen.

Motive, Fotos etc. können mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Pinsel Nr. 3, 8, 18, Aquarellblock 300 g/m².

Walburga Weber

Dienstag, 24.03.2020, 18.00 – 20.00 Uhr

Donnerstag, 26.03.2020, 16.00 – 18.00 Uhr

Dienstag, 31.03.2020, 18.00 – 20.00 Uhr

Donnerstag, 02.04.2020, 16.00 – 18.00 Uhr

Dienstag, 07.04.2020, 18.00 – 20.00 Uhr

Donnerstag, 09.04.2020, 16.00 – 18.00 Uhr

(oder nach Absprache), Kursgebühr 70 €, 6 Termine, (max. 6 Teilnehmer), Kursgebühr 70 €, Albersweiler/St. Johann, Malraum, Löwensteinstraße 2

Musik**Gitarre: Einzelunterricht**

Neben den Gruppenkursen wird Gitarrenunterricht auch als Einzelunterricht angeboten. Freie Termine und weitere Informationen: vhs Annweiler, Telefon: 06346-301-217.

E-Gitarre: Einzelunterricht

E-Gitarrenkurse werden ausschließlich als Einzelunterricht angeboten. Freie Termine und weitere Informationen können unter 06346-301-217 nachgefragt werden.

Gitarre: Vom Anfänger zum Fortgeschrittenen – „Die ersten Barréakkorde“

Unterrichtsinhalte: Erlernen von Ersatzakkorden, mit denen Barrégriffe zunächst umgangen werden können. Übungen zur Entlastung der Hand durch eine verbesserte Körperhaltung. Einführung der Barréakkorde in optimalen Bereichen des Griffbretts. Erlernen von Liedern mit Barréakkorden, in denen diese zunächst durch Ersatzakkorde ersetzt werden können, um erst nach und nach mit fortschreitendem Lernerfolg den Wechsel zur Barrétechnik einzuleiten.

Michael Becker

M 254 mittwochs, 17.30 – 18.30 Uhr, 13 Termine, Kursgebühr 99 € (bei 4 Teilnehmer),

M 274 Mittwoch, 22.04.2020, 17.30 – 18.30 Uhr, 11 Termine, Kursgebühr 84 € (bei 4 Teilnehmer),

M 260 donnerstags, 19.15 – 20.15, 12 Termine, Kursgebühr 93 €, (bei 4 Teilnehmer),

M 280 Donnerstag, 23.04.2020, 19.15 – 20.15, 9 Termine, Kursgebühr 70 €, (bei 4 Teilnehmer), Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen

Dieses Angebot baut auf dem Anfängerkurs auf. Die Teilnehmenden erlernen weitere Akkorde und erweitern ihre Spieltechnik. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Michael Becker

M 248 dienstags, 20.20 – 21.20 Uhr, 12 Termine, Kursgebühr 92 €, (bei 4 Teilnehmer)

M 268 Dienstag, 21.04.2020, 20.20 – 21.20 Uhr, 11 Termine, Kursgebühr 84 €, (bei 4 Teilnehmer), Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Gitarre für Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden vorrangig Lieder behandelt, in denen unterschiedliche Spieltechniken verwendet werden (z.B. gezupfte Strophe – geschlagener Refrain). Des Weiteren werden verschiedene Anschlagstechniken mit Variationen der Anschlagdynamik eingeführt (Dämpfen der Saiten, Betonung bestimmter Schläge). Die Teilnehmer lernen dadurch, ihre Gitarrenbegleitung variantenreicher zu gestalten und den Charakter eines Stückes durch die entsprechende Vortragsweise zu unterstreichen.

Gruppenunterricht. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Michael Becker

M 256 mittwochs, 19.25 – 20.25 Uhr, 13 Termine, Kursgebühr 99 € (bei 4 Teilnehmer)

M 275 Mittwoch, 22.04.2020, 19.25 – 20.25 Uhr, 11 Termine, Kursgebühr 84 € (bei 4 Teilnehmer), Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Gitarre für Anfänger mit Vorkenntnissen

Dieses Angebot baut auf dem Anfängerkurs auf. Die Teilnehmenden erlernen weitere Akkorde und erweitern ihre Spieltechnik. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Michael Becker

M 246 dienstags, 18.40 – 19.40 Uhr, 12 Termine, Kursgebühr 92 € (bei 4 Teilnehmer)

M 266 Dienstag, 21.04.2020, 18.40 – 19.40 Uhr, 11 Termine, Kursgebühr 84 € (bei 4 Teilnehmer), Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

Gitarre für Fortgeschrittene

Gruppenunterricht. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Michael Becker

M 247 dienstags, 19.45 - 20.30 Uhr, 12 Termine, Kursgebühr 68 € (bei 4 Teilnehmer)

M 267 Dienstag, 21.04.2020, 19.45 - 20.30 Uhr, 11 Termine, Kursgebühr 63 € (bei 4 Teilnehmer), Annweiler, Berufsbildende Schule im Staufer-Schulzentrum, Herrenteich 12

M 284 Akkordeon-Unterricht

Akkordeon spielen lernen mit beiden Händen

Walter Halde,

dienstags, 19.00 - 19.45 Uhr, 10 Termine, Kursgebühr 60 € (bei 4 Teilnehmer), keine Ermäßigung, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20

M 285 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, 15 Termine, entgeltfrei, Annweiler, Rathaus, Hauptstraße 20

Schenken Sie Bildung mit einem Gutschein der Volkshochschule Annweiler am Trifels.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 8 Personen, Kleingruppen mindestens 6 Personen. Alle Vorträge und Kurse können bei entsprechender Teilnehmerzahl in Annweiler oder in den Gemeinden stattfinden.

Bitte melden Sie sich für die Kurse rechtzeitig an. 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

Ende des amtlichen Teils

10417294_10_1

Freiwilligen-Mitmach-Tag

Das menschliche Gesicht der Stadt wird erfahrbar

Annweiler. Ein Novum in der Trifelsstadt: Das Landauer Studio des Senders OK Weinstraße produzierte am vergangenen Mittwoch einen live-Mitschnitt der Stadtratssitzung (siehe Titelseite). Und davor gab der Stadtchef eine Pressekonferenz im Rathaus. Zusammen mit dem Koordinations-Team für den Freiwilligen-Mitmach-Tag. Dies wurde ebenfalls live aufgezeichnet.

„Es gibt viele Leute, die was tun wollen“, meinte Stadtbürgermeister Benjamin Seyfried auf der Pressekonferenz einleitend, „der Akzent beim Mitmach-Tag liegt im gemeinschaftlichen Miteinander. Vereine ebenso wie private Initiativen bekommen die Möglichkeit, sich ins Rampenlicht zu rücken mit Aktionen, die ihnen schon länger am Herzen liegen“. Dass man sich auch einer Aktion anschließen könne, ohne selbst Vereinsmitglied zu sein, betonte Carmen Winter: „So können mehr Kontakte und Freundschaften untereinander entstehen. Man lernt sich kennen, mehr Gemeinschaft wird erlebt. Neue Mitbürger können sich einbringen und dabei ein Gefühl für Zusammengehörigkeit entwickeln“. Aber auch Unternehmen, Kitas, Schulen und sonstige Organisationen können sich einbringen. Durch den Mitmach-Tag sinke die Hürde, sich zu engagieren, erwartet Bürgermeister Seyfried. Die Ideen für Projekte kommen nicht von der Stadt, betonte das Koordinations-Team unisono, sondern von den Leuten. Bereits fünf Vereine hätten schon im Vorfeld ihr Interesse am Mitmach-Tag angemeldet, berichtete Solveig Kolbe. Und um Missverständnissen vorzubeugen, betonte Max Rieder: „Wir erledigen doch nicht die Aufgaben der Stadt, wenn wir uns am Freiwilligen-Mitmach-Tag einmal selbst landchaftspflegerisch betätigen, indem wir Blätter aufkehren, Äste zurückschneiden, Müll sammeln und Bänke streichen“.



Das Koordinations-Team: „Im Vordergrund steht das gemeinsame Miteinander“: V.l.n.r.: Solveig Kolbe, Wolfgang Karch, Carmen Winter, Max Rieder.

FOTO: SEYFRIED

Viele kreative Ideen und Anregungen für Projekte, gebe es genug, meinte Wolfgang Karch. Eine Mehrgenerationen-Wanderung am Mitmach-Tag sei ebenso denkbar wie die Anpflanzung von Vogelschutz- und Wildgehölzen. Die Projektleitung für den Freiwilligen-Mitmach-Tag übernimmt das Koordinations-Team unter der Leitung des Stadtbürgermeisters. Die angemeldeten Mitmachaktionen würden gebündelt und in übersichtlicher Form in einem Flyer präsentiert und großflächig verteilt.

Zur zentralen Presse- und Öffentlichkeitsarbeit gehöre die Herstellung von Plakaten, einer Broschüre und einem Banner für online-Werbung. Das Geld dafür komme vom Land und durch bereits vorliegende Spendenzusagen, informierte Seyfried. Wenn für ein Projekt Materialien und Werkzeuge für die Freiwilligen beschafft werden müssen, die finanziellen Mittel dafür aber fehlen, kann das Koordinations-Team angesprochen werden. Und wenn für ein Projekt behördliche Genehmigungen erforderlich sind, wie das beispielsweise bei der Errichtung einer Kletterwand der Fall ist, dann

kann das Koordinations-Team dabei helfen, die amtlichen Formalitäten zu erledigen.

Der diesjährige Freiwilligen-Mitmach-Tag werde keine Eintagsfliege bleiben, erklärte der Stadtchef. Künftig solle diese Gemeinschafts-Aktion jedes Jahr stattfinden: „Regelmäßigkeit ist wichtig“.

Mit einem gemeinsamen Abschlussfest wird der Freiwilligen-Mitmach-Tag am 10. Oktober ausklingen. Projekte für den Freiwilligen-Mitmach-Tag müssen bis zum 24. April angemeldet werden. In der Anmeldung soll das Vorhaben kurz beschrieben und ein fester Ansprechpartner benannt werden. Auch der geplante tageszeitliche Ablauf wird als Information für den Flyer gebraucht, in dem die Mitmach-Projekte aufgeführt sind. |hi

Kontakt

eMail: bgm@annweiler.de oder freiwilligentag@annweiler.de
Tel. 06346 96597-10 oder 0172/7660376

Weitere Fotos und Infos:

www.wochenblatt-reporter.de/annweiler/c-lokales

Aufruf zur Einreichung

Ehrenamtliche Bürgerprojekte

Ehrenamt. Auch im Jahr 2020 So konnte z.B. die „Sport, Kultur und Sozial Stiftung Südwest“ in mehreren Ortsgemeinden Bücherschränke aufstellen oder die Senioren-AG der Stadt Lambrecht einen Friedensweg realisieren. Der PWV Annweiler hat die vereinseigene Streuobstwiese mit einem Insektenhotel und Nistkästen aufgewertet. Vorlagen zur Einreichung der Projektidee mit den geschätzten Kosten und die Auswahlgrundlage finden Sie ebenso wie weitere Informationen auf der LAG-Webseite www.pfaelzerwaldplus.de. Für Rückfragen und Beratungswünsche können Sie sich mit Ute Weisbrod-Mohr und Monika Satory von der LAG-Geschäftsstelle unter 06331/809-309 oder -343 bzw. kontakt@pfaelzerwaldplus.de in Verbindung setzen. |ps

Möglich ist eine Förderung in Höhe von 1.500 Euro (Grundförderung) oder 2.000 Euro (Premiierung). Es stehen insgesamt 20.000 Euro aus Landesmitteln zur Unterstützung von ehrenamtlichen Bürgerprojekten zur Verfügung. Die Projekte sollten möglichst bis zum 31. Oktober 2020 durchgeführt und abgerechnet werden. Im letzten Jahr wurden 10 Bürgerprojekte gefördert.

Abendbibelschule

Evangelische Stadtmission Annweiler

Annweiler. „Unser Heil“ ist das Thema einer Abendbibelschule zum Römerbrief mit Altlandesbischof Dr. Gerhard Maier, zu der die Stadtmissionsgemeinde Annweiler einlädt. Die einzelnen Bibelabende über Texte aus Römer 1,3 und 8 sind wie folgt überschrieben und finden statt: Mittwoch 11. März, 19.30 Uhr: Der neue Mensch

Wie auch zu den sonstigen regelmäßigen Veranstaltungen der Stadtmission sind alle Interessierten zur diesjährigen Abendbibelschule bei freiem Eintritt herzlich willkommen. Auskünfte erteilt Gemeinschaftspastor, Bernhard Maier, Telefon 06346-2533, E-Mail: stadtmission.annweiler@egvpfalz.de, Anschrift: Südring 30, 76855 Annweiler. |ps

Polizei gibt Tipps

Albersweiler. Die CDU lädt ein zum Vortrag des Polizeipräsidenten Rheinpfalz: „Tipps der Polizei zur Sicherung der eigenen 4 Wände! Wie vermeide ich Besuch von ungebetenen Gästen?“

Anhand von Schilderungen eines Experten und anhand von Anschauungsmaterial werden Möglichkeiten aufgezeigt, die eigenen vier Wände vor dem unbefugten Zutritt Dritter sicherer zu machen. Es besteht die Möglichkeit, konkrete Fragen an den Referenten zu stellen. Am 18. März, 19 Uhr, im Katholisches Pfarrheim Albersweiler, Kirchstraße 23. |ps

Werte in Bewegung

Anmelden für das 54. TSV Jugendzeltlager

Annweiler. Auch dieses Jahr findet wieder das TSV Jugendzeltlager am Hermann-Krieg-Haus in Annweiler Bürgerwald statt.

In der Zeit vom 3. bis 16. Juli wird Kindern, die zwischen den Jahrgängen 2005 und 2011 geboren (bzw. am Ende der zweiten Grundschulklasse) sind, ein buntes Programm mit Übernachtung im Zelt angeboten. Es darf jedes Kind, auch wenn es dem TSV nicht angehört oder nicht aus Annweiler ist, an der Freizeit teilnehmen. Der „rote Faden“ des Tagesablaufs: Nach dem Wecken und Waschen gibt es ein gemeinsames Frühstück. In der Zeit bis zum Mittagessen Spiel und Sport. Nachmittags kommen interessante Gäste, z. B. Feuerwehr, RichterIn, Förster oder Polizei und viele mehr. Wenn das Abendessen vorbei ist und die



Es darf jedes Kind, auch wenn es dem TSV nicht angehört oder nicht aus Annweiler ist, teilnehmen.

FOTO: PS

Dämmerung einsetzt, klingt der Tag mit Spiel und Gesang am Lagerfeuer aus. Zwischen den einzelnen Aktivitäten besteht genügend Freizeit für eigene Unternehmungen im Lagerbereich.

Am Besuchertag am 11. Juli, ab 15.30 Uhr, können sich Eltern,

Geschwister, Freunde und Interessierte selbst ein Bild vom Lagerleben machen.

Anmeldungen zum Zeltlager können unter www.tsv-zeltlager.de heruntergeladen werden.

Anmeldeschluss ist am 21. Juni 2020. |ps

Eindrucksvoller Unterrichtsgang

Drittklässler der Grundschule im Steinbruch Albersweiler

Albersweiler. Am 27. Februar unternahm die 3. Klasse der Grundschule Albersweiler einen Unterrichtsgang zum hiesigen Steinbruch.

Empfangen wurden die Kinder und Lehrerinnen zu Beginn der Führung in der Kantine. Hier erhielten sie einen Helm als Schutzmaßnahme. Die Geologin, Frau Dr. Becksmann und Herr Valentin führten die Klasse zunächst zur Aussichtsplattform, von wo aus sie den ganzen Steinbruch überblicken konnte. Die Tiefe von 280 Metern konnte nur erahnt werden.

Anhand von Bildmaterial und der Aussicht erklärte Frau Becksmann den Kindern eindrucksvoll die Entstehung des Steinbruchs und zeigte ihnen die verschiedenen Gesteinsarten.

Der Sprengmeister, Herr Mühleis berichtete von der Sprengung am heutigen Morgen und den verschiedenen Sprengmaterialien.

Besonders interessant waren für die Kinder die Bagger und die Schwerkraftwagen, welche die gesprengten Steine abholten und in den Vorbrecher abluden. Auch die Größe der Fahrzeuge beeindruckte die Klasse sehr, zumal sie die Zerkleinerung der Steine hautnah miterleben und dabei ei-



Helmpflicht für alle beim Rundgang.

FOTO: PS

nen Blick von oben in den Vorbrecher werfen durften. Auch erhielten sie Informationen über die Weiterverarbeitung der Steine, z. B. zu Asphalt.

In der Kantine gab es dann zum Aufwärmen und zur Stärkung einen herzlichen Empfang mit Brezeln und anderen Annehmlichkeiten. Frau Becksmann, Herr Mühleis und Herr Valentin nahmen sich danach noch einmal Zeit, um die gesammelten Fragen der Kinder zu beantworten. Beim abschließenden Wiegen auf der LKW-Waage brachte die 3. Klasse

samt Lehrerinnen und Leitern 760 Kilogramm auf die Waage.

Große Begeisterung war auf dem Rückweg und auch anschließend im Unterricht deutlich zu spüren und zeigte sich in den vielen positiven Äußerungen der Schülerinnen und Schüler. Für diesen tollen Schultag mit der kindgerechten Führung und den vielen Eindrücken möchte sich die 3. Klasse mit ihren Lehrerinnen ganz herzlich beim Steinbruch-Team bedanken, im Besonderen auch Herrn Foos für die Mithilfe bei der Vorplanung. |ps

Diese Woche im Lemon

Termine im Jugendhaus Annweiler

Donnerstag, 5. März

18 Uhr, Zeitung

Freitag, 6. März

14 Uhr, Lern- und Fördertreff

Samstag, 07. März

11.30 Uhr, Schlittschuhbus Kinder

17.30 Uhr, Schlittschuhbus Jugendliche

Sonntag, 08. März

13 Uhr, Schach

Montag, 9. März

16.15 Uhr, Kindergruppe

Dienstag, 10. März

18 Uhr, Farsi

Mittwoch, 11. März

16 Uhr, Mädchentreff

Jugendtreffs der Verbandsgemeinde

Montag, 09. März

19 Uhr, Jugendtreff Albersweiler

Besuch im Seniorenheim

Kita Drachenburg im „Haus am Trifels“

Albersweiler. Am Dienstag, 4. Februar, machten sich die Kinder der Kita Drachenburg um 8.30 Uhr auf den Weg zur Bushaltestelle, um, wie geplant, die Senioren im „Haus am Trifels“ in Annweiler zu besuchen.

Sie wurden schon gespannt erwartet und mit einem herzlichen „Guten Morgen“ begrüßt.

Nachdem sie ihre Spiel- und Bewegungslieder vorgetragen hatten, war der Hunger groß und somit wurde gemeinsam mit den Senioren gefrühstückt.

Gestärkt und voller Vorfreude

ging's nun weiter. Endlich konnten die Kids ihre mitgebrachten Spiele, wie z.B. Mensch ärgere Dich nicht, Mau Mau, Uno, Mühle, Dame auspacken und mit den Senioren spielen.

Nach einem Blick auf die Uhr, wurde festgestellt, dass die Zeit schnell vergangen war und man sich schon wieder auf den Weg in die Kita machen musste.

Die Kinder möchten sich hiermit nochmals für den tollen und erlebnisreichen Vormittag bedanken und freuen sich schon auf den nächsten Besuch! |ps

JUBILÄUMS-AKTION
auf alle nicht reduzierten
RECARO-AUTOSITZE
-10% Rabatt
(vom 4. - 14. März 2020)



baby-center.de

Angebote unter: www.baby-center.de
Angebote
www.facebook.com/babyexperte/

SCHILLING - Offenbach (Pfalz)
Jakobstr. 57, 76877 Offenbach/Pfalz
Tel. 0 63 48/61 51 98, Fax 61 51 99

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30-18.30, Sa. 9.30-15.00 Uhr

TRIFELS KURIER

Hauptstraße 24 - 76855 Annweiler

Anzeigen-Annahme:

☎ **06346 965965** oder **06346 965966**

Fax: **06346 965968**

E-Mail: jens.kleinod@suewe.de

Redaktion:

☎ **06346 965967**

E-Mail: red-tk@suewe.de

Anzeigen- und Redaktionsschluss jeweils montags, 12 Uhr
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.00-12.00 Uhr und 13.00-17.00 Uhr