



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

VERBANDS- GEMEINDE

Bekanntmachung Nr. 35/2025 des Wegebauzweckverbandes zur Unterhal- tung der Moderbacher Genossenschaftswaldstraße

Der Wegebauzweckverband zur Unterhaltung der Moderbacher Genossenschaftswaldstraße hat in seiner Sitzung vom 05.12.2024 einstimmig beschlossen, den Jahresabschluss 2021 und 2022 festzustellen sowie die Entlastung gemäß § 114 GemO für die Jahre 2021 und 2022 zu erteilen.

Dieser Beschluss wird hiermit gem. § 114 Abs. 2 Satz 1 GemO bekannt gemacht.

Die Jahresrechnung 2021 und 2022 des Wegebauzweckverbandes zur Unterhaltung der Moderbacher Genossenschaftswaldstraße wird gemäß § 114 Abs. 2 Satz 2 GemO in der Zeit vom 05.05.2025 bis einschließlich 13.05.2025 im Rathaus der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels, Meßplatz 1, Zimmer 209, zur Einsichtnahme öffentlich ausgelegt.

76855 Annweiler am Trifels, 15. April 2025
Carmen Winter, Verbandsvorsteherin

BEKANNTMACHUNG HAUSHALTSSATZUNG

des Zweckverbandes für Wasserversorgung „Impflinger Gruppe“ in Herxheim bei Landau für das Wirtschaftsjahr 2025 vom 22.04.2024

Aufgrund § 7 des Landesgesetzes über die Kommunale Zusammenarbeit (KomZG) vom 22.12.1982, in der derzeit gültigen Fassung, i.V.m. §§ 24 und 95 ff. der Gemeindeordnung für Rheinland-Pfalz vom 31.01.1994, in der derzeit gültigen Fassung sowie § 17 der Verbandsordnung, hat die Verbandsversammlung des Zweckverbandes „Impflinger Gruppe“ am 25.11.2024 folgende Haushaltssatzung für das Wirtschaftsjahr 2024 beschlossen:

§ 1

Der Wirtschaftsplan für das Wirtschaftsjahr 2025 wird

im Erfolgsplan:	in den Erträgen auf	667.500,00 €
	in den Aufwendungen auf	667.500,00 €
im Vermögensplan:	in den Einnahmen auf	820.000,00 €
	in den Ausgaben auf	820.000,00 €

festgesetzt.

§ 2

1. Die vom Zweckverband zu erhebenden Verbrauchsgebühren werden für das Wirtschaftsjahr 2025 auf 0,73 € je cbm gelieferten Wassers festgesetzt. Grundlage für die Berechnung ist der Verbrauch des Wirtschaftsjahres 2025. Eine Endabrechnung erfolgt am Ende des Wirtschaftsjahres. 2. Die Investitionskostenumlage wird nach der Wasserabgabe 2025 erhoben.

3. Es entfallen voraussichtlich auf:

a) die Verbandsgemeinde Herxheim		
79,33 % *)	=	651.000,00 €
b) die Verbandsgemeinde Landau-Land		
9,94 % *)	=	81.000,00 €
c) die Verbandsgemeinde Annweiler		
4,25 % *)	=	35.000,00 €
d) die Stadt Landau		
6,48 % *)	=	53.000,00 €
		820.000,00 €.

*) orientiert an der geschätzten Wasserabgabe 2025 - Abrechnung erfolgt jedoch nach tatsächlicher Wasserlieferung 2025.



4. Auf die voraussichtlichen Verbrauchsgebühren werden monatliche Vorausleistungen nach der monatlichen Wasserabgabe erhoben. 5. Auf die voraussichtliche Investitionskostenumlage werden entsprechend dem Baufortschritt und dem Finanzbedarf Vorausleistungen erhoben; nach Ende des Wirtschaftsjahres werden die Vorauszahlungen abgerechnet.

6. Die Umsatzsteuer ist in der gesetzlichen Höhe hinzuzurechnen.

§ 3

Der Höchstbetrag der Kassenkredite, der im laufenden Wirtschaftsjahr zur Aufrechterhaltung des Betriebes in Anspruch genommen werden darf, wird auf 100.000,00 € festgesetzt.

§ 4

Diese Haushaltssatzung tritt zum 01.01.2025 in Kraft.

Herxheim, den 22.04.2025
gez. Christian Sommer, Verbandsvorsteher

Öffentliche Bekanntmachung des Haushaltsplans für das Haushaltsjahr 2025

Die öffentliche Bekanntmachung des Wirtschaftsplans für das Wirtschaftsjahr 2025 des Zweckverbandes für Wasserversorgung „Impflinger Gruppe“ erfolgt durch Auslegung zur jedermanns Einsicht in der Zeit vom 19.05.2025 bis einschließlich 05.05.2025 bei den Verbandsgemeindewerken Herxheim, Am Rathaus 6, 76863 Herxheim, Zimmer 104 (Infozentrale), während der Dienstzeit von 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr und von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr (montags bis 18.00 Uhr, dienstags, mittwochs und freitags bis 12.00 Uhr).

Herxheim, den 22.04.2025
gez. Christian Sommer, Verbandsvorsteher

Hinweis:

Es wird darauf hingewiesen, dass Satzungen, die unter Verletzung von Verfahrens- und Formvorschriften zustande gekommen sind, ein Jahr nach der öffentlichen Bekanntmachung als von Anfang an gültig zustande gekommen gelten, wenn die Rechtsverletzung nicht innerhalb eines Jahres nach der öffentlichen Bekanntmachung der Satzung unter Bezeichnung des Sachverhalts, der die Verletzung begründen soll, schriftlich geltend gemacht worden ist (§ 24 Abs. 6 S. 4 GemO).

Dies gilt nicht, wenn

1. die Bestimmungen über die öffentliche Bekanntmachung der Sitzung, die Genehmigung, die Ausfertigung oder Bekanntmachung der Satzung verletzt worden sind oder
 2. vor Ablauf der in Satz 1 genannten Frist die Aufsichtsbehörde den Beschluss beanstandet oder jemand die Verletzung der Verfahrens- und Formvorschriften gegenüber der Verbandsgemeinde Herxheim, 76863 Herxheim, unter Bezeichnung des Sachverhalts, der die Verletzung begründen soll, schriftlich geltend gemacht hat.
- Hat jemand eine Verletzung nach Satz 2 Nr. 2 geltend gemacht, so kann auch nach Ablauf der in Satz 1 genannten Frist jedermann diese Verletzung geltend machen.

Herxheim, den 22.04.2025
gez. Christian Sommer, Verbandsvorsteher

Annweiler am Trifels

Bekanntmachung Nr. 14/2025 der Stadt Annweiler am Trifels

in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

2. Sitzung des Ausschusses für Sport der Stadt Annweiler am Trifels (Wahlperiode 2024/2029)

Am **Mittwoch, 07.05.2025, um 18:30 Uhr**, findet im großen Sitzungssaal des Rathauses der Stadt, Hauptstraße 20, 76855 Annweiler am Trifels, die 2. Sitzung des Ausschusses für Sport mit folgender Tagesordnung statt:



Tagesordnung:

Öffentlich:

1 Sachstand Trifelsstadion

2 Informationen

Nicht öffentlich:

3 Trifelsstadion

76857 Annweiler am Trifels, 23. April 2025
Florian Funk, Beigeordneter

Dernbach

Bekanntmachung Nr. 08/2025 der Ortsgemeinde Dernbach

in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

6. Sitzung des Ortsgemeinderates der Ortsgemeinde Dernbach (Wahlperiode 2024/2029)

Am **Dienstag, 06.05.2025, um 19:30 Uhr**, findet im Dorfgemeinschaftshaus, Kirchstraße 31, 76857 Dernbach, die 6. Sitzung des Ortsgemeinderates mit folgender Tagesordnung statt:

Tagesordnung:

Öffentlich:

- 1 Einwohnerfragestunde
- 2 Wahl einer/eines weiteren Beigeordneten
- 3 Wahl eines besonderen Stellvertreters für die Wahl des Ortsbürgermeisters am 06.07.2025 gem. § 59 Abs. 2 Satz 3 KWG
- 4 Informationen

76857 Dernbach, 23. April 2025
Sigrid Knapp, Erster Beigeordneter



Beschlusszusammenfassung zur 4. Sitzung des Ortsgemeinderates Ortsgemeinde Dernbach vom 25.02.2025

öffentliche Sitzung

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

2 Entscheidung über die Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO

Die Spende wird einstimmig mit 8 Ja-Stimmen, 0 Enthaltungen und 0 Nein-Stimmen angenommen.

4.2 Beratung und Beschlussfassung für Sicherungsmaßnahmen der Pergola am „Dernbacher Haus“

Der Gemeinderat beschließt einstimmig mit 8 Ja-Stimmen, 0 Enthaltungen und 0 Nein-Stimmen die Sanierung der Pergola lt. Angebot der Firma Fragstein.

6 Beratung und Beschlussfassung über die Positivliste Regionales Förderprogramm

Der Ortsgemeinderat beschließt einstimmig bei 8 Ja-Stimmen, 0 Enthaltungen und 0 Nein-Stimmen die Einreichung der Positivliste Regionales Förderprogramm.

Rinnthal

Bekanntmachung Nr. 6/2025 der Ortsgemeinde Rinnthal

in der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

1. konstituierende Sitzung des Waldausschusses der Ortsgemeinde Rinnthal (Wahlperiode 2024/2029)



Am Donnerstag, 08.05.2025, um 18:00 Uhr, findet im Sitzungszimmer des Rathauses, Hauptstraße 32, 76857 Rinnthal, die 1. konstituierende Sitzung des Waldausschusses mit folgender Tagesordnung statt:

Tagesordnung:**Öffentlich:**

- 1 Verpflichtung der Ausschussmitglieder
- 2 Informationen und Anfragen

Nicht öffentlich:

- 3 Forstangelegenheiten
- 4 Informationen und Anfragen

76857 Rinnthal, 25. April 2025
Torsten Hertel, Ortsbürgermeister

IMPRESSUM Amtsblatt der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

Herausgeber und verantwortlich für den amtlichen Teil ist die Verbandsgemeindeverwaltung Annweiler, 76855 Annweiler am Trifels, Christian Burkhart (V.i.S.d.P.), Meßplatz 1, Tel. 06346 301-0.

Verlag: SÜWE Vertriebs- und Dienstleistungsgesellschaft mbH & Co. KG.

Herstellung: Druck- und Versanddienstleistungen Südwest GmbH, 67071 Ludwigshafen.

Zustellung: PVG Wörth; Suewe-Vertriebsreklamationen@wobla.de, <https://www.wochenblatt-reporter.de/s/zustellung> oder Tel. 0621 57249860. Das Amtsblatt Annweiler am Trifels erscheint wöchentlich donnerstags. Das Amtsblatt Annweiler am Trifels wird kostenlos an alle erreichbaren Haushalte der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels verteilt. Auflage 8.300 Exemplare.

Meldungen an die nachstehenden Rufnummern bzw. in dringenden Fällen über den Polizeinotruf 110**Elektrizitätsversorgung****0 63 46/30 09 - 16**

Stadt Annweiler am Trifels mit Stadtteilen und der Ortsgemeinde Wernersberg und Ortsgemeinde Gossersweiler-Stein

Wasserversorgung**0 63 46/30 09 - 17**

Stadt- und Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels

Gasversorgung**0 63 41/2 89 - 1 92**

Stadt Annweiler am Trifels und Stadtteil Queichhambach

Kläranlagen der Verbandsgemeindewerke 0 63 46 / 30 09-18

Die Stadt- und Verbandsgemeindewerke Annweiler am Trifels sind während der allgemeinen Öffnungszeiten erreichbar unter: 0 63 46 / 30 09-0

Ende Amtsblatt

Unser Programm für das 1. Halbjahr 2025

Mach mit, bleib fit! Lebenslanges Lernen!

**Eine Einrichtung der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels****Telefon: 06346 – 301-218****Vorträge / Führungen:****„Junge Mittelalter Forschung“**

Die im Verbund mit dem Museum unterm Trifels und dem Institut für Fränkisch-Pfälzische Geschichte und Landeskunde der Universität Heidelberg, dem Institut für Personengeschichte in Bensheim, der Bezirksgruppe Landau des Historischen Vereins der Pfalz, der VHS Annweiler und dem Verein Trifelsfreunde e.V. als Kooperationspartnern veranstaltete Reihe soll nicht nur, aber gerade auch jüngeren Kolleginnen und Kollegen als Forum zur Präsentation ihrer aktuellen (also quasi jungen) archäologischen, historischen und restauratorisch-konservatorischen Forschungen bzw. Forschungsergebnisse dienen. Die Vorträge finden **jeweils am dritten Mittwoch eines Monats, 18.30 Uhr** im Ratssaal der Verbandsgemeinde Annweiler am Trifels, Meßplatz 1, 76855 Annweiler am Trifels statt.
Eintritt frei.

A 213 Hallen und Häuser. Architekturen der Armut und Fürsorge im Mittelalter

Dr. sc ETH Britta Hentschel (Uni Lichtenstein)

Mittwoch, 21.05.2025, 18:30 Uhr

Info zu Führungen von eigenverantwortlichen Gästeführern (Michael Walter, Hans-Joachim Fette) der VG Annweiler:

Führungen in Kooperation mit dem Büro für Tourismus Annweiler: Burg Meistersel – geführte Besichtigung der Burgruine

Erleben Sie mit Michael Walter die mittelalterliche Burgruine Meistersel mitten im Pfälzerwald. Nach dem gemeinsamen Aufstieg zur Burg erkunden wir die Anlage. Neben der spannenden Entwicklungsgeschichte erzählen die Mauern viel von dem damaligen Leben auf der Höhenburg. Lassen Sie das Leben auf einer Burg vor Ihrem geistigen Auge erwachen.

Für die Erkundung benötigen Sie festes Schuhwerk und eine gewisse Trittfestigkeit.

Denken Sie an witterungsangepasste Kleidung.

Guide: Michael Walter, qualifizierter Burg- und Schlossführer

Jeweils 10:00 – ca. 11:30 Uhr zu folgenden Terminen:

A252 03.05.2025

A253 07.06.2025

A254 05.07.2025

A255 02.08.2025

Treffpunkt: Parkplatz „Drei Buchen, L506, 76835 Hainfeld

Teilnahmeentgelt: 12 €, Kinder bis 16 J 8€. Eintritt Burgruine ist frei

Anmeldung per Tel. 06346/2200 oder

per Mail: info@trifelsland.de

Naturkundliche Führungen im Trifelsland**U 261 Lebensraum Streuobstwiese**

Wir wandern vom Parkplatz zu alten und neu angelegten Streuobstwiesen mit alten Obstsorten. Streuobstwiesen sind einer der artenreichsten Biotope und bieten Lebensraum für seltene, vom Aussterben bedrohte Pflanzen- und Tierarten. Ihr Führer zeigt und informiert Sie über die Besonderheiten und Sie können Produkte der Streuobstwiesen verkosten. Darüber hinaus gibt es fachkundige Informationen zum Biosphärenreservat Pfälzerwald-Nordvogesen und den Besonderheiten dieses Naturraums. Zurück geht es zum Ausgangspunkt oder wahlweise zur Einkehr im -Dernbacher Haus-. Der 4 km lange Weg ist gut begehbar, aber mit Höhenunterschieden. Wetterangepasste Bekleidung und Schuhwerk sind erforderlich. Die Führung ist auch für Familien mit Kindern im Schulalter geeignet und interessant.

Guide: Hans-Joachim Fette, Biosphärenguide/zertifizierter Natur- und Landschaftsführer

Freitag, 20.06.2025, 10:00 -12:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Ortsausgang Dernbach Richtung Ramberg rechts

Teilnahmeentgelt: 8 €

Anmeldung bis spätestens 18.06.2025,

Tel. 06346/2200 oder per Mail: info@trifelsland.de

U 262 Auf dem Holzweg – Alte Berufe im Pfälzerwald: Triften

Wir wandern vom Parkplatz „Am Zwiesel“ auf dem schmalen Triftweg entlang des Kaltenbachs ca. 2 km nahezu eben zum Pfälzwoog. Kunzthaler Woog und dem ehemaligen Verteilerwoog. An den restaurierten historischen Triftanlagen wird das Triften - der Transport von Brennholzscheiten auf dem Wasserwege - anschaulich erläutert. Darüber hinaus gibt es fachkundige Informationen zum Biosphärenreservat Pfälzerwald-Nordvogesen und den Besonderheiten dieses Naturraums. Zurück geht es auf dem gleichen Weg zum Ausgangspunkt. Wer möchte, kann dann auch noch das Annweilerer Forsthaus -Schwarzer Fuchs- besuchen und dort einkehren.

Der Weg ist gut begehbar ohne größere Höhenunterschiede. Wetterangepasste Bekleidung und Schuhwerk sind erforderlich. Die Führung ist auch für Familien mit Kindern geeignet und interessant.

Guide: Hans-Joachim Fette, Biosphärenguide/zertifizierter Natur- und Landschaftsführer

Sonntag, 29.06.2025, 14:00 -16:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz „Am Zwiesel“ (an der B48 von Rinnthal kommend Richtung Johanniskreuz, Abzweig links Richtung Annweilerer Forsthaus)

Teilnahmeentgelt: 8 €

Anmeldung bis spätestens 26.06.2025,

Tel. 06346/2200 oder per Mail: info@trifelsland.de

Umwelt, Natur, Biologie**U 201 Heilpflanzen vor der Haustür, ein Abendspaziergang**

Entlang des Rundwanderwegs 5 bei Eußerthal wird eine etwa 3-stündige Führung (ca. 4 km) stattfinden, bei der der Kursleiter etwa 30 bis 40 dort wachsende Heilpflanzen vorstellt und Namen und Anwendung benannt werden. Es wird auf Besonderheiten der Pflanzen und auf Verwechslungsgefahren hingewiesen. Auch einzelne Pflanzen mit typischen Gerüchen/Düften werden zum „Beschnuppern“ herumgegeben. Fragen sind erwünscht.

Alexander Roth, Apotheker (Naturheilverfahren und Homöopathie) und Arzt

Mittwoch, 25.06.2026, 18.00 – ca. 21.00 Uhr

Teilnahmeentgelt: 10 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Parkplatz an der Bushaltestelle „Eußerthaler Dorfge-meinschaftshaus“, Hauptstr., 76857 Eußerthal

U 202 „Rundflug“ Wildbienen Garten

Informativer „Rundflug“ im Wildbienen Garten, wild und schön!

Das Team des Wildbienen Garten Annweiler zeigt insektenfreundliche Biotoptypen und Pflanzen, die in jedem Garten zu realisieren sind. Veranstaltungsdauer etwas 2,5 Stunden mit abschließender Verkostung

Kerstin Reddig

Dienstag, 20.05.2025, 17.00 Uhr – ca 19.30 Uhr

Teilnahmeentgelt: 6 €, Anmeldung erforderlich

Treffpunkt: Wildbienen Garten Annweiler, An der alten Berufsschule/ gegenüber Prof.-Schlosssteinstr. 41, 76855 Annweiler

U 203 Die Brennnessel das Heilwunder

Die Brennnessel, eine wunderbare Wildpflanze mit unschätzbaren gesundheitlichen Vorteilen, wächst überall kostenlos und wild. Dennoch wird sie zu wenig geschätzt. Dabei hat sie ein schier unglaubliches Potenzial an Inhaltsstoffen. Du erfährst was man mit dieser Pflanze, über das Jahr hinweg, anstellen kann und wie du sie für Deine Gesundheit und in der Küche einsetzen kannst.

Bitte mitbringen: Warme Socken oder Hausschuhe, Notizblock/Stift und 7 € Zutatenpauschale

Gabriele Schneck

Donnerstag, 08.05.2025, 17.00 – 20.00 Uhr

Teilnahmeentgelt 18 €

Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

U 204 Löwenzahn und Gänseblümchen
Goldgelbe Blütenköpfe die ein Magnet für Bienen, Hummeln Schmetterlinge und eine Vielzahl anderer Insekten sind, leuchten in der Sonne. In keinem Garten sollten sie fehlen. Nicht nur den Insekten - auch unseren Augen und der Seele tun sie gut und auch unser Gaumen und unsere Gesundheit können von ihnen profitieren. Bitte mitbringen. warme Socken, ein Getränk, Zutatenpauschale 5€
Gabriele Schneck
Donnerstag, 24.04.2025, 17.00 – 20.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 18 €
Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

U 205 Altes Wissen nach Hildegard von Bingen
Die Universalgelehrte und Äbtissin Hildegard von Bingen (1098 - 1179) hat uns großes Wissen über Heilkräuter, Heilmethoden und einer gesunden Lebensführung hinterlassen. Sie ist bekannt und beliebt für ihre Kunst, Liederkombinationen, Texte und ist bis heute eine leuchtende Marke in der Klostermedizin Bei einer kleinen Wanderung durch die Natur, verbunden mit einem Seminar, kommen wir der ganzheitlichen Heilkunde nach Hildegard von Bingen ein Stück näher. Normale Kondition erforderlich.
Melanie Kirsch
Freitag, 06.06.2025, 16.00 - 18.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 12 € ab 5 Teilnehmer, Anmeldung erforderlich
Treffpunkt: Parkplatz Friedhofhalle Queichhambach, Im Wegel 25, 76855 Annweiler- Queichhambach

Haushalt
H 206 Oxymel, gesunder Sauerhonig
In diesem Kurs werden wir erfahren wie Oxymel hergestellt wird, was dazu notwendig ist, was wir damit machen können und welche gesundheitlichen Vorteile er uns bringen kann. Eine wunderbare Möglichkeit Gesundes,, zu konservieren, die Inhaltsstoffe noch gesünder zu machen und jederzeit zur Verfügung zu haben. Verschiedene Oxymel stehen zur Verkostung bereit.
Bitte mitbringen: Dicke Socken oder Hausschuhe, Notizblock und Stift, zwei kleine Schraubgläser und 7€ Zutatenpauschale
Gabriele Schneck
Donnerstag, 05.06.2025, 17.00 – 20.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 18 €
Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

H 207 Die Körperzellen schützen und gleichzeitig die Entgiftung ankurbeln
Antioxidantien schützen die Körperzellen vor giftbedingten Schäden und zählen teilweise zu starken Stimulanzien der körpereigenen Entgiftung. Verschiedene Vitamine, aber auch andere Substanzen gehören dazu. Erfahre hier was du für deine Gesundheit und dein Wohlbefinden tun kannst.
Bitte mitbringen: warme Socken, ein Getränk, Notizblock, Stift
Gabriele Schneck
Freitag, 04.07.2025, 17.00 – 20.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 18 €
Treffpunkt: Haingeraidestr. 12, 76857 Eußerthal

Gesellschaft/ Psychologie
P 205 Freude tanken und mal wieder richtig lachen
Wann hast du das letztemal so richtig gelacht? Weißt du das es nichts Gesünderes gibt als täglich herzlich zu lachen? Lass es uns gemeinsam versuchen - Lachen bis die Tränen laufen. Lachyoga mal anders.
Gabriele Schneck
Freitag, 01.08.2025, 17.00 – 19.00 Uhr
Teilnahmeentgelt 12 €
Treffpunkt: Parkplatz hinter der Gaststätte Forsthaus Taubensuhl

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

Englisch
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.
Angelika Geenen
S 223 Englisch für Wiedereinsteiger (A2)
Donnerstag, 08.05. – 03.07.2025, 18.00 – 19.00 Uhr, 6 Termine
Teilnahmeentgelt 36 €
Saal 102, BBS Annweiler
S 225 Englisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1.2)
Donnerstag, 08.05. – 03.07.2025, 19.15 – 20.15 Uhr, 6 Termine
Teilnahmeentgelt 36 €
Saal 102, BBS Annweiler

Französisch
S 234 Französisch mit Vorkenntnissen (B1)
Laurence Wendland
Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 16.30 – 18.00 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 88 €
Saal 118, BBS Annweiler

Italienisch
Sie haben leichte Grundkenntnisse in der italienischen Sprache und wollen diese etwas intensivieren.
S 239 Italienisch mit geringen Vorkenntnissen (A2)
Lucrezia Gaia Fusi
Donnerstag, 08.05. – 03.07.2025, 18.00 – 19.30 Uhr, 7 Termine
Teilnahmeentgelt 62 € ab 5 Teilnehmer
Saal 101, BBS Annweiler

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.
S 241 „Alla prossima volta“ - Italienisch mit Vorkenntnissen (A2)
Birgit Strehlitz-Runck
Montag, 28.04. – 30.06.2025, 16.30 - 18.00 Uhr, 9 Termine
Teilnahmeentgelt 66 €
Saal 102, BBS Annweiler

Dieser Kurs richtet sich an alle, die Wert auf Kommunikation legen und die erlernte Grammatik vertiefen möchten.
S 247 „Allora, andiamo“ - Italienisch für Fortgeschrittene (B1)
Birgit Strehlitz-Runck
Mittwoch, 30.04.– 02.07.2025, 17.30 – 19.00 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 74 €
Saal 102, BBS Annweiler

S 250 Italienisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen (A1)
Birgit Strehlitz-Runck
Dienstag, 29.04. – 01.07.2025, 18.15 – 19.45 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 74 €
Saal 102, BBS Annweiler

Spanisch
Dieser Kurs will Ihnen den Einstieg in die Spanische Sprache vermitteln und richtet sich an Anfänger mit geringen Vorkenntnissen.
Lucia Ortler-Yong
S 254 Spanisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen (A2)
Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 17.00 – 18.30 Uhr, 9 Termine
Teilnahmeentgelt 91 €
Saal 101, BBS Annweiler

Gesundheit
Hatha-Yoga -Eine Reise zu sich Selbst
Der Weg des Hatha-Yoga führt auf eine persönliche Reise zu sich Selbst. Durch Körperund 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 211 Montag, 17.02. – 26.05.2025, 18.15 - 19.45 Uhr, 13 Termine
Teilnahmeentgelt 171 €
G 213 Montag 17.02.- 26.05.2025, 20.00 – 21.30 Uhr, 13 Termine
Teilnahmeentgelt 171 €
G 215 Donnerstag, 20.02. – 15.05.2025, 18.15 – 19.45 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 132 €
G 216 Donnerstag, 20.02. – 15.05.2025, 20.00 – 21.30 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 132 €
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchgasse 9, 76855 Annweiler

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 220 Montag, 28.04. – 30.06.2025, 19.30 - 21.00 Uhr, 9 Termine
Teilnahmeentgelt 66 €
Grundschriftturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Straße 1a, 76857 Ramberg

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 wohlthuende 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 224 Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 19.30 – 21.00 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 80 €
Grundschriftturnhalle Albersweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

Tanz mit!
Körperliches und psychisches Wohlbefinden sind entscheidende Voraussetzungen, um die Herausforderungen im Beruf und im Privatleben erfolgreich bewältigen zu können. Das Tanzen mit Musik in verschiedenen Rhythmen fördert die Koordination, Beweglichkeit und den Muskelaufbau und macht vor allem viel Spaß! Und den wollen wir gemeinsam haben! Anfänger sind herzlich willkommen.
Martina Donat
G 231 Tanz mit! am Montagvormittag
Montag, 28.04. – 30.06.2025, 10.30 – 11.30 Uhr, 9 Termine
Teilnahmeentgelt 81 €

G 233 Tanz mit! Fortgeschrittene
Dienstag, 29.04. – 01.07.2025, 18.30 – 19.30 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 90 €
G 235 Tanz mit! Anfänger
Dienstag, 29.04. – 01.07.2025, 19.30 – 20.30 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 90 €
Gesundheitsstudie „die Wirbelsäule“, Hauptstr. 60, 76855 Annweiler

Tanz mit! Für Kinder
Ihr Kind hat Spaß an Musik und tanzt gerne, dann ist es hier genau richtig, denn Bewegung ist wichtig! Für Kinder im Kindergartenalter oder Grundschulalter.
G 239 Kindertanzen für Kita-Kids
Samstags, zweiwöchentlich, 03.05. – 28.06.2025, 09.30 – 10.30 Uhr, 5 Termine
Teilnahmeentgelt 45 €

G 242 Kindertanzen für Grundschulkinder
Samstags, zweiwöchentlich, 03.05. – 28.06.2025, 10.30 – 11.30 Uhr, 5 Termine
Teilnahmeentgelt 45 €
Gesundheitsstudie „die Wirbelsäule“, Hauptstr. 60, 76855 Annweiler

Wirbelsäulengymnastik
Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule
Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die gelenkschonende 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.
Elisabeth Bruck-Ritter
G 248 Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 18.00 – 19.00 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 54 €
Beweglich auch im Alter
Elisabeth Bruck.-Ritter
G 250 Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 17.00 – 18.00 Uhr, 10 Termine
Teilnahmeentgelt 54 €
Grundschriftturnhalle Alberweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

AROHA® für Fortgeschrittene
AROHA® ist ein neuer Trendsport, der effektiv und unkompliziert im ¾ Takt ausgeführt wird. Ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente setzen verborgene Energien frei und tragen zum Wohlbefinden bei. Er festigt Gesäß, Oberschenkel, Bauch und führt zu einer gewissen Ausgeglichenheit. AROHA® dient der Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, der Fettreduzierung und sorgt für eine ausgezeichnete Durchblutung und damit Sauerstoffversorgung. Sie optimieren ihr Koordinationsvermögen und lösen Muskelverspannungen auf. Der Sport richtet sich an Jung und Alt, Sportler und Einsteiger, Personen mit leichten Gelenk- und Rückenbeschwerden, übergewichtige und leistungsschwächere Menschen. Die AROHA® -Elemente sind langsam und risikolos, aber effektiv. Er spricht auch ältere Sportler an, die noch nie an einem Kurs teilgenommen haben.
Shiva Shankar, Sport- und Fitnesstrainer
G 257 Donnerstag, 08.05. – 03.07.2025, 19.00 – 20.00 Uhr, 7 Termine
Teilnahmeentgelt 50 €
Grundschriftturnhalle Albersweiler, Auf der Lehr 1a, 76857 Albersweiler

Aktive Gesundheitsfürsorge nach Qi Gong
Qi Gong eignet sich für Menschen die ihre Gesundheit stabilisieren und wieder gesund werden wollen. Regelmäßige Übungen stärken die Muskeln und Knochen. Der Stoffwechsel wird unterstützt, der Geist beruhigt und das Immunsystem gestärkt. Qi Gong Bewegungen werden weich, sanft und ohne Anstrengungen ausgeführt.
Birgit Weinberger
G 265 Montag,29.04. – 30.06.2025, 18.00 – 19.00 Uhr, 9 Termine
Teilnahmeentgelt 81 €
DRK Haus, Südring 52, 76855 Annweiler

Qi Gong am Dienstag

Birgit Weinberger

G 267 Dienstag, 29.04. – 01.07.2025, 18.00 – 19.00 Uhr,

10 Termine

Teilnahmeentgelt 90 €

DRK Haus, Südring 52, 76855 Annweiler

Aerobic 50+ musikalisch bewegt in Eußerthal

Der Kurs, mit dem die Tanz-Fitness-Revolution begann und für immer das Training verändert hat. Er macht Spaß, ist effektiv und das Beste daran? Er ist für Jeden geeignet! Ein komplettes Workout, das Elemente aus dem Aerobic, Fitness-, Kardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert.

Verschieden Rhythmen und Grundschritte der Tänze wie Salsa, Reggae, Merengue, Chacha wird jede/r schnell erlernen und Spaß haben. Jedes Mal, wenn Du aus dem Kurs kommst, sprühst so vor Energie und fühlst Dich einfach großartig! Ob 50 Jahre jung oder mehr oder weniger, komm vorbei und mach mit! Ein Einstieg ist jede Zeit möglich, jede/r ist herzlich willkommen, keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: feste Sportschuhe, bequeme Kleidung, Getränk.

G 285 Dienstag, 29.04. – 01.07.2025, 19.15 – 20.00 Uhr,

10 Termine

Teilnahmeentgelt 50 €

Grundschulturnhalle Eußerthal, Schulstr. 2, 76857 Eußerthal

Bewegungszirkel Functional Training in Ramberg

Kraft, Cardio, Ausdauer, Beweglichkeit...Bei uns geht Alles und das mit einem Lächeln, Spaß und Musik. Alle Übungen wirken ganzheitlich, nachhaltig und auf den gesamten Bewegungsapparat. Du lernst die Grundlagen der Rückenschule, Gefäßgymnastik, Entspannung in der Bewegung. Eine Sportstunde für jede Frau, jeden Mann, kein Leistungssport, abwechslungsreich, jede Stunde bringt Neues bei.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeder ist herzlich willkommen.

Bitte mitbringen - Sportschuhe, bequeme Kleidung, Getränk.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klang-energetikerin

G 287 Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 18.30 – 19.15 Uhr,

10 Termine, Teilnahmeentgelt 44 €

Grundschulturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Str. 1a, 76857 Ramberg

Yoga für körperlich wenig Flexible in Ramberg

Yoga ohne auf dem Kopf stehen zu müssen? Ja! Genau für mich und für Dich. Yoga auf dem Stuhl, am Stuhl, nicht unter dem Boden. Sanfte Bewegungen, entspannter Aufbau der Tiefenmuskulatur,

Dehnung und Entspannung - das tut der Seele und dem Körper gut. Für jede Frau, für jeden Mann, für jedes Alter - nimm Dir Zeit für eine Auszeit. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Ein Einstieg ist jederzeit möglich, jede/r ist herzlich willkommen.

Johanna Winkler, Fitnesstrainerin, Bewegungs- u. Entspannungskursleiterin, Tanzpädagogin, Resilienz- und Yogatrainerin, Klang-energetikerin

G 289 Mittwoch, 30.04. – 02.07.2025, 19.30 – 20.15 Uhr,

10 Termine

Teilnahmeentgelt 44 €

Grundschulturnhalle Ramberg, Dekan-Schill-Str. 1a, 76857 Ramberg

Aqua-Jogging – schwereloses Ausdauertraining

Verschiedene Lauftechniken und Ausdauermethoden bringen Abwechslung und Spaß in das Lauftraining. Der Kurs findet im Tiefwasser statt. Aqua-Gürtel oder Aqua-Nudel bitte zum Kurs mitbringen. Schwimmfähigkeit wird vorausgesetzt.

Barbara Piechottka, Sporttherapeutin

G 280 Mittwoch, 18.06. – 20.08.2025, 9.00 – 9.45 Uhr,

10 Termine

Teilnahmeentgelt 46 € ab 8 Teilnehmer (Eintrittspreis nicht enthalten)

Trifelsbad, Zweibrückerstr. 47, 76855 Annweiler a. Tr.,

Wir treffen uns am Schwimmerbecken. Ein Schnuppertermin ist möglich.

Aqua-Aerobic – mit guter Laune in den Tag starten

Ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining, das nicht nur die Muskulatur kräftigt, sondern gleichzeitig die Ausdauer verbessert. Schwimmfähigkeit wird vorausgesetzt.

Barbara Piechottka, Sporttherapeutin

G 281 Mittwoch, 18.06. – 20.08.2025, 9.45- 10.30 Uhr,

10 Termine

Teilnahmeentgelt 46 € ab 8 Teilnehmer (Eintrittspreis nicht erhalten)

Trifelsbad, Zweibrückerstr. 47, 76855 Annweiler a. Tr.

Wir treffen uns am Nicht-Schwimmerbecken. Ein Schnuppertermin ist möglich.

Musik**Gitarre: Einzelunterricht**

Michael Becker

Neben den Gruppenkursen wird Gitarrenunterricht auch als Einzelunterricht angeboten.

Freie Termine und Informationen: vhs Annweiler Tel.: 06346/301218 oder Gitarrenlehrer

Michael Becker Tel.: 06345/954921

E-Gitarre: Einzelunterricht

Michael Becker

E-Gitarrenkurse werden ausschließlich als Einzelunterricht angeboten.

Freie Termine und Informationen:

vhs Annweiler Tel.: 06346/301218 oder Gitarrenlehrer

Michael Becker Tel.: 06345/954921

Lagerfeuergitarre spielen lernen für Anfänger mit Vorkenntnissen (Gruppenkurs)

Dieses Kursangebot baut auf den Grundlagen aus dem Anfängerkurs auf. Es werden weitere Akkorde und Schlagmuster für die Liedbegleitung gelernt. Auch die Einführung eines einfachen Zupfmusters steht auf dem Programm. Quereinsteiger sind herzlich willkommen.

Freie Termine und Informationen:

vhs Annweiler Tel.: 06346/301218 oder Gitarrenlehrer

Michael Becker Tel.: 06345/954921

Lagerfeuergitarre für Fortgeschrittene (Gruppenkurs)

Die Teilnehmer dieses Kurses haben die meisten Grundakkorde, einige Schlagmuster sowie ein einfaches Zupfmuster gelernt. Mit F wurden bereits auch der erste Barréakkord eingeführt. Der bereitet einigen Kursteilnehmern aber noch Schwierigkeiten, sodass in diesem Kurs dessen Anwendung und Vertiefung im Vordergrund steht. Wer das Gitarrenspiel genau wegen dieser Akkorde irgendwann aufgegeben hat, ist hier herzlich willkommen.

Freie Termine und Informationen:

vhs Annweiler Tel.: 06346/301218 oder Gitarrenlehrer

Michael Becker Tel.: 06345/954921

Bitte um Beachtung:

In den Schulferien finden keine Kurse statt. Ausnahmen nach Absprache möglich.

Anmeldungen nehmen wir gerne entgegen:

per Email an

vhs@annweiler.rlp.de oder

sfath@annweiler.rlp.de

oder telefonisch: Silke Fath 06346/301-218

Geschäftszeiten:**Mo-Do 9:00 – 12:00 Uhr****Mo 13:30 -17:30 Uhr****Do 13:30-16:00 Uhr****Freitag geschlossen**

Tagesmüdigkeit

Wann sollte man einen Arzt aufsuchen?

Gesundheit. Ständiges Gähnen, laufend fallen die Augen zu. Am liebsten würde man sich hinlegen und schlafen, egal wo und zu welcher Zeit. Viele, die an der sogenannten Tagesmüdigkeit leiden, reden sich gerade zum derzeitigen Augenblick auf die Frühjahrsmüdigkeit aus und wissen nicht, dass ihre chronische Müdigkeit erste Symptome für eine Krankheit sind.

Chronische Müdigkeit kann sich auf zwei Arten äußern: Bei der "einfachen" Form fühlt man sich zwar matt und verbraucht, kann aber seinen täglichen Verpflichtungen weiterhin nachkommen. Daneben leiden Menschen an einer Erschöpfung, die so groß ist, dass die Betroffenen zu fast nichts mehr fähig sind. Hierbei könnte das Chronische Müdigkeits-Syndrom dahinter stecken. Es äußert sich durch Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen, Entscheidungsunfähigkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen, extreme Abgeschlagenheit nach körperlichen Anstrengungen und



Wann sollte man einen Arzt aufsuchen? Anzeichen für ernsthafte Erkrankungen/ Symbolbild

FOTO: PATHDOC/STOCK.ADOBE.COM

Motivations- und Leistungsverlust. Als mögliche Auslöser diskutieren Experten Virusinfektionen, hormonelle Fehlfunktionen, Stress, Umweltgifte und Immundefekte. Was allerdings tatsächlich hinter dieser rätselhaften Müdigkeit steckt, ist weitgehend unbekannt.

Die häufigste und wohl bekanntere Ursache krankhafter Tagesmüdigkeit ist die Schlafapnoe, ein Atemstillstand während des Schlafes. Meist beginnt die Krankheit mit zwar störendem, aber scheinbar harmlosem

Schnarchen durch mehrere Jahre hindurch. Bei vielen Patienten kommt es allerdings dann zum Auftreten immer zahlreicher nächtlicher Atemstillstände, die mit lautem, kurzem Aufsnarchen oder Röcheln beendet werden. Diese Atempausen führen zu ausgeprägtem nächtlichen Sauerstoffmangel und damit fehlenden Erholungswert des Schlafes, was die Ursache der Tagesmüdigkeit ist. Bei einer unbehandelten Schlafapnoe können Folgeerkrankungen auftreten, die von hohem Blutdruck bis zu

Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkt und Schlaganfall reichen.

Eine weitere häufige Form ist die Müdigkeit durch falsche Ernährungswesen, welche starke Blutzuckerschwankungen auslöst und zu einem Mangel an wichtigen Nährstoffen, vor allem Kohlenhydrate führt. Was dagegen hilft, ist eine vollwertige Nahrungsumstellung mit viel frischen, unverarbeiteten Lebensmitteln wie Gemüse, Salate, Obst, Fisch und Vollkornprodukten. Weiter unterscheidet man eine Müdigkeit, die durch andere Krankheiten hervorgerufen wird. Hierzu zählen Krebs, Nieren- oder Leberkrankheiten, hormonelle Fehlfunktionen, Stoffwechselerkrankungen, Blutarmut, allergische Reaktionen, Schilddrüsenunterfunktion und Depressionen.

Auch gibt es noch die Tagesmüdigkeit, die durch Medikamente und deren Nebenwirkungen, besonders bei älteren Menschen mit mehreren Krankheiten, verursacht wird.

Eine länger anhaltende Müdigkeit beruht aber meistens auf der psychischen Überbelastung und dem Gefühl der Überforderung. In der Regel steckt bei leichteren Fällen der Leistungsdruck von der Arbeitsstelle dahinter. Dagegen steuern bedeutet, sich bewusst Ruhe- und Erholungsphasen zu schaffen und zumindest in der Freizeit Abstand zum Alltagsstress zu gewinnen. Man sollte auf jeden Fall darauf verzichten, das Wochenende straff zu organisieren und von einem Termin zum nächsten zu hetzen. Gönnen Sie dem Organismus regelmäßige Pausen, um sich regenerieren zu können. Ständige Überbelastung in Kombination mit anhaltender Tagesmüdigkeit könnte sich zum Burnout-Syndrom ausweiten und die Betroffenen fühlen sich nicht nur völlig ausgebrannt und leer, sondern verlieren jegliche Lust an Familie, sozialen Kontakten und Freizeitbeschäftigungen. Isolation und Depressionen könnten die Folge sein. [red