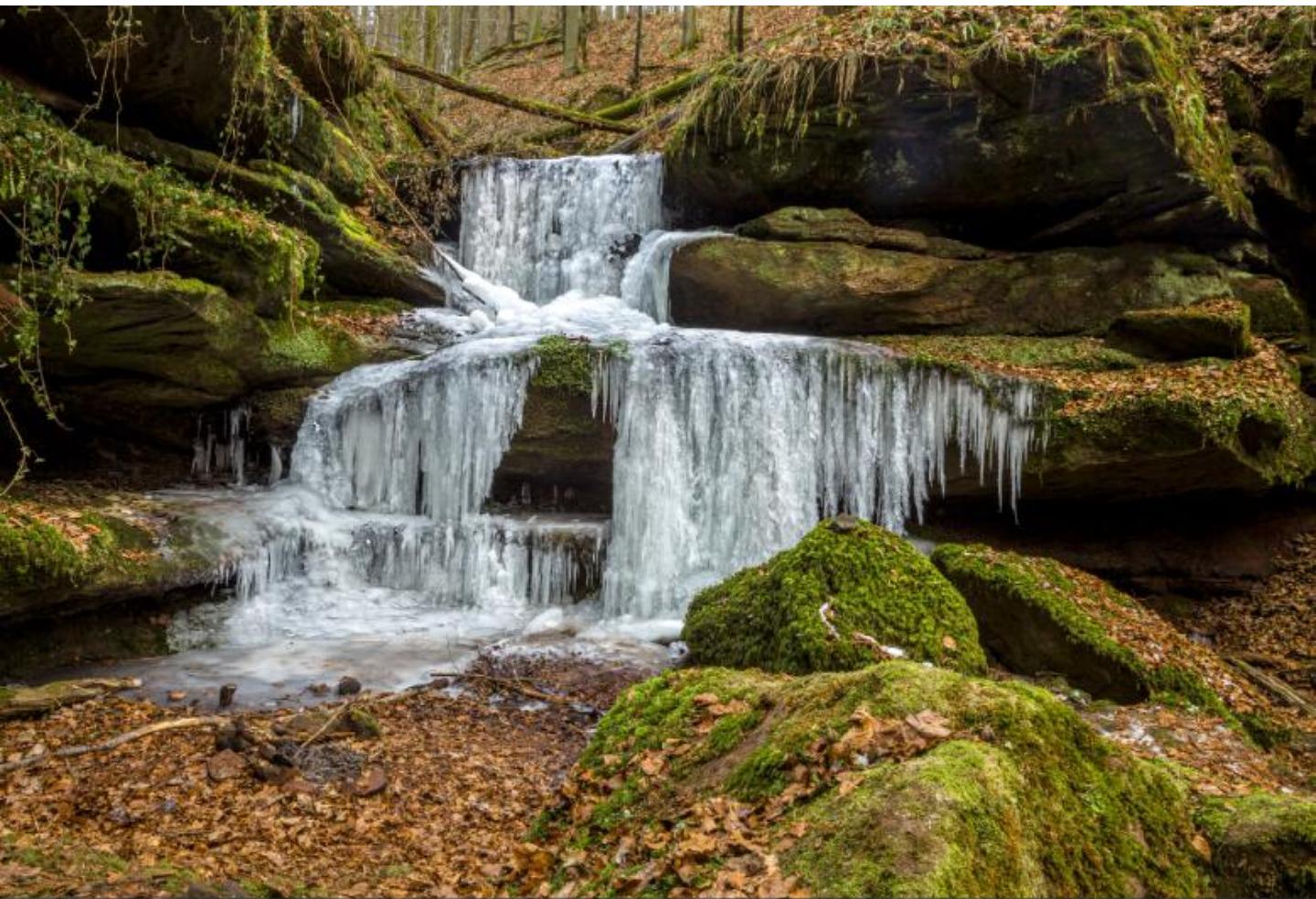




Pirmasenser Seniorenprogramm



Vereiste Hexenklamm bei Gersbach

Januar 2026

Pirmasenser Seniorenprogramm

Januar 2026

Tischtennis

im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Jeden Montag



Seniorengymnastik

im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr
Jeden Dienstag.



Gedächtnistraining

im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
14.01. 21.01. 28.01.



Wir singen und musizieren

im städtischen Seniorentreff Haus
Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr
09.01., 23.01.



Pirmasenser Seniorenprogramm

Januar 2026

Seniorentreff Erlenbrunn

Kontakt: Frau Monika Eder, 0151-72149296

Frau Ute Schmidt, 06331/45452

Gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 08. Januar 2026 (ab 14:30 Uhr) im Gemeindesaal

Seniorentreff Fehrbach

Kontakt: Frau Maria-Luise Hehner, 06331-95434

Frau Monika Groh, 06331-95658

**Neujahrsempfang mit Diavortrag über das abgelaufene
Seniorenjahr 2025**

Montag, 05. Januar 2026 (14:00 Uhr) im Billard Zentrum

Seniorentreff Gersbach

Kontakt: Herr Heini Ehrlich, 0176-20643414

***Wir dürfen begrüßen: Herrn Bürgermeister Michael Maas
und Herrn Bezirksschornsteinfeger Andreas Herl***

Donnerstag, 08. Januar 2026 (14:00 Uhr)

im Sportheim

Seniorentreff Hengsberg

Kontakt: Frau Angelika Hügel, 06331 98394

Herr Hans-Dieter Windmeißer, 06395/9947821

Neujahrsempfang

Donnerstag, 08. Januar 2026 (14:00 Uhr)

in der Gaststätte Waldesruh

Pirmasenser Seniorenprogramm

Januar 2026

Seniorentreff Niedersimten

Kontakt: Angelika und Kurt Sennewald, 06331 2287872

Gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 14. Januar 2026 (14:00 Uhr) im Rehtalsaal

Häkel- und Strickkreis Wir heißen alle Altersgruppen

Herzlich willkommen (Rehtalsaal)

Kontakt: Angelika Weber, 06331/8032500

Edwin Münch, 0155 61957283

Montags alle 14 Tage, 05.01. und 19.01.2026 ab 15:00 Uhr

Seniorentreff Windsberg

Kontakt: Frau Elfriede Baas, 06331-41285

Mittwoch, 14. Januar 2026 (14:00 Uhr)

Neujahrsempfang mit einem gemütlichen Nachmittag

im Gemeindesaal

(Gäste sind herzlich willkommen)

Seniorentreff Ruhbank

Kontakt: Frau Trogler, 06331-217213

Sektempfang Gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 21. Januar 2026 (14:30 Uhr)

im Café Carpe Diem

Seniorentreff Winzeln

Kontakt: Frau Heidi Kiefer, 0172-7207349

Gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 22. Januar 2026 (14:00 Uhr)

in der Stockwaldhütte

Neujahrs Frühstück im Haus Meinberg

Liebe Seniorinnen und Liebe Senioren,
**am Donnerstag, den
22. Januar 2026 ab 9 Uhr**
treffen wir uns zum gemütlichen Frühstück.

Wie immer ist für unsere Planung eine Anmeldung
unter der Telefon Nr. **78280** erforderlich.

Um Anmeldung wird gebeten,
bis zum 15. Januar 2026
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.





Gemeindeschwestern^{plus} laden ein zum Kinonachmittag

Wann waren Sie zuletzt im Kino?

Dann kommen Sie doch zu einem Kinonachmittag zu uns ins Haus Meinberg.

Wir werden mit Ihnen gemeinsam den Film „**Witwer mit 5 Töchtern**“ ansehen und einen geselligen Nachmittag miteinander verbringen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Bitte lassen Sie uns wissen ob Sie teilnehmen werden, damit wir entsprechend planen können.

Datum: 30.01.2026
Uhrzeit: 14 Uhr
Ort: Haus Meinberg
Adlerstr. 19
66955 Pirmasens



Dedetschek Melanie: 0173/2459952
Bieber Lisa: 0152/34670594
gemeindeschwesterplus@pirmasens.de



Quirnbacher Pferdemarkt 12. November 2025



... LECKER

Für diesen schönen Tag bedanken wir uns bei allen Teilnehmern und bei den ehrenamtlichen Mitarbeitern.



Weihnachtsfahrt nach St. Wendel 2025



Wendelinushof



**Herzlichen Dank an alle Teilnehmer und
ehrenamtlichen Mitarbeiter für diesen
schönen Tag.**



Danke Uschi für die angenehme Fahrt

Januar

p11 

Aktionen

**Liebe p11-ler ,dass Haus öffnet nach den Feiertagen am 12.01.2026
Das p11-Team wünscht allen ein Gesundes Neues Jahr**

jeden Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr:

Häkeln, Stricken, Handarbeit im p11

jeden Donnerstag 10:30 - 11:30 Uhr:

Sitzgymnastik im p11

Donnerstag,15.Januar 14:00- 16:00 Uhr:

Digitalbotschafter (Einzeltermine - bitte vorher anmelden)

Donnerstag,22.Januar 14:30-16:00 Uhr:

Singen im p11 für alle die Spaß daran haben

Wer gerne teilnehmen möchte, kann sich bei Frau Schwarz anmelden. Entweder persönlich im p11, per Mail (p11@pirmasens.de) oder telefonisch unter 06331/1534163.

Seniorentreff

Informationen nicht nur für Senioren!

Mittwoch

14.01.2026

Jahresrückblick: Gemeinsam haben wir 2025 gemeistert. Jetzt freuen wir uns darauf, auch 2026 mit euch an unserer Seite zu gestalten. Bringt eure Themenvorschläge mit!

Mittwoch

28.01.2026

Ulrich Burkhardt berichtet über die Deportation der badischen und saar-pfälzischen Juden nach Gurs (Südfrankreich) im Oktober 1940 (mit ausgewählten Pirmasenser Schicksalen).

Zeit: **14:00 – 16:00 Uhr** (2. und 4. Mittwoch/Monat)

Treffpunkt: Begegnungszentrum „Mittendrin“

Hauptstraße 80, 66953 Pirmasens

Telefon: 06331 – 6737643





**Das Team vom Horeb-Treff
wünscht Ihnen einen guten
Start ins neue Jahr!**

**Ina Railean und Björn
Heinrich
mit allen Ehrenamtlichen**

Information

Wir öffnen wieder am
07.01. mit dem
Stadtteilcafé und der
Gelbe-Sack-Ausgabe.
Das erste Seniorencafé
findet dann am 12.01. statt

Ein bisschen mehr Friede
und weniger Streit,
ein bisschen mehr Güte
und weniger Neid,
ein bisschen mehr Liebe
und weniger Hass,
ein bisschen mehr
Wahrheit,
das wär doch schon was.

Statt soviel Hast
ein bisschen mehr Ruh'.
Statt immer nur ich
ein bisschen mehr Du!
Statt Angst und
Hemmungen
ein bisschen mehr Mut
und Kraft zum Handeln,
das wäre gut.

Kein Trübsinn und Dunkel,
mehr Freude und Licht.
Kein quälend Verlangen,
ein froher Verzicht
und viel mehr Blumen
so lange es geht,
nicht erst auf Gräbern,
da blühn sie zu spät!

-Peter Rosenegger-



Öffnungszeiten:

Montag 11:30-17:00 Uhr

Mittwoch 8:30-14:00 Uhr

Donnerstag 8:30-14:00 Uhr

Kontakt: +49151 14880141

06331 2039724

angela.nadler@bistum-speyer.de

Termine Januar 2026

Der Sommerwaldtreff ist ab dem am 8.01.26 wieder geöffnet

montags Zusammen spielen



mittwochs Zusammen Lesen



donnerstags Zusammen ma(s)chen



Zusammen Mittagessen

Donnerstag 12:00-13:30 Uhr

8.01. und 22.01.26

(Wir bitten um
vorherige Anmeldung)

Espresso-Treff immer

montags

12:00-13:00 Uhr
kostenloser Espresso



Unterer Sommerwaldweg 44, 66953 Pirmasens

Im UG der Kath. Familienbildungsstätte;

Gemeinde St. Elisabeth



ProVita
GESUNDHEIT · LIFESTYLE · FREIZEIT

Veranstaltungszeitraum ist das
Wochenende Samstag, 21. und
Sonntag, 22. Februar 2026 –
Veranstaltungsort Messehalle in
Pirmasens statt.

„Unser Anspruch ist es, die ProVita als Plattform für Gesundheit, Prävention, Sport und Wohlbefinden stetig weiterzuentwickeln“

Die Messe „Pro Vita“ in Pirmasens, ursprünglich bekannt als „La Vita“, ist eine jährlich stattfindende Veranstaltung, die sich auf Gesundheit, Lifestyle und Freizeit konzentriert. Seit ihrer Gründung im Jahr 2015 hat sich die Messe zu einem wichtigen Treffpunkt für Interessierte aus den Bereichen Gesundheit und Wohlbefinden entwickelt. Veranstaltet wird die Messe von Michael Frits · Events + Messebau, einer Organisation, die für Ihre Expertise in der Durchführung von hochwertigen Messen und Veranstaltungen bekannt ist.

Die Messe bietet eine beeindruckende Vielfalt an Themen und Aktivitäten, die von Schulmedizin und Zahnheilkunde über Ästhetische Chirurgie, Augenoptik, Hörakustik bis hin zu Physiotherapie, Massagen, Spa und Wellness reichen. Ebenso werden Mode, Styling, Kosmetik, Fitness, Sport, Yoga, alternative Heilweisen und -praktiken präsentiert. Die Messe deckt auch wichtige Bereiche wie Pflegeeinrichtungen und -dienste, medizinische Hilfsmittel, Ernährung, Bio-Lebensmittel, vegetarische und vegane Lebensweise, Nahrungsergänzung, Genuss & Lebensart, Reisen, Outdoor-Freizeit, Hobby, Einrichtung, Kunst & Fotografie sowie Ausbildung in Gesundheitsberufen ab. Auch Vereine und Selbsthilfegruppen finden hier eine Plattform.

Neben den Ausstellungen regionaler und überregionaler Anbieter, die die gesamte Bandbreite der genannten Bereiche abdecken, bietet die Messe ein umfangreiches Rahmenprogramm. Zu den Highlights gehören Live-Musik, Modenschauen, Produktpräsentationen und Vorführungen. Die Besucher können sich auf verschiedene Vortragsforen freuen, in denen Experten aus den Bereichen Gesundheit, Vorsorge und Medizin detailliert informieren und Fragen beantworten. Interaktive Angebote wie begehbarer Organe, Seh- und Hörtests, Körperfettanalysen und Blutzuckerbestimmungen bieten den Besuchern zudem die Möglichkeit, aktiv teilzunehmen und sich über die neuesten Trends und Entwicklungen zu informieren.

Die Messe „Pro Vita“ findet in der Messehalle Pirmasens statt, einer modernen und gut ausgestatteten Location, die für solche Veranstaltungen ideal geeignet ist. Die Halle bietet genügend Raum für die umfangreichen Ausstellungen und das vielseitige Programm, wodurch ein einzigartiges Erlebnis für alle Teilnehmer und Besucher geschaffen wird.

Insgesamt stellt die „Pro Vita“ in Pirmasens eine einzigartige Gelegenheit dar, um sich über die neuesten Trends und Entwicklungen im Bereich Gesundheit, Lifestyle und Freizeit zu informieren, sich mit Experten und Gleichgesinnten auszutauschen und ein umfangreiches Angebot an Produkten und Dienstleistungen zu entdecken.

Einkauf-Fahr-Dienst

Stadt Pirmasens und Vororte



Januar Tour

1. Anmeldetag: **05.01.2026** von 9 Uhr bis 11 Uhr

1. Fahrt: **09.01.2026** ab 13:30 Uhr

2. Anmeldetag: **19.01.2026** von 9 Uhr bis 11 Uhr

2. Fahrt: **23.01.2026** ab 13:30 Uhr

Anmeldung für die entsprechende Tour unter der
Telefonnummer **0174/2049246** !

Infos:

Das Angebot steht Senior/innen der Stadt Pirmasens, einschließlich der Ortsbezirke Erlenbrunn, Fehrbach, Gersbach, Hengsberg, Niedersimten, Windsberg und Winzeln zur Verfügung.

Sie werden an der Haustür abgeholt!

Wir fahren ausschließlich Wasgau Markt und DM-Markt in der Bitscher Straße und Aldi Süd in der Simter Straße an.

Es handelt sich um einen reinen Fahrdienst. Der Einkauf erfolgt selbstständig.

Terminänderungen werden rechtzeitig veröffentlicht.

Teilnehmer/innen sind über Ihre private Unfall- und Haftpflichtversicherung versichert.



Dedetschek Melanie: 0173/2459952
Bieber Lisa: 0152/34670594

Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Freunde der Volkshochschule,

das kommende Semester steht ganz im Zeichen der „**Goldenen Zwanziger**“ – einer Zeit voller Gegensätze, Aufbruch und kultureller Vielfalt. Die 1920er Jahre waren geprägt von politischen Spannungen, neuen Formen des Bauens, von Musik, die Freiheit versprach, und von Bildern, die eine ganze Epoche spiegelten. Gerade heute, in einer Phase des Wandels, lohnt sich der Blick zurück: Viele Impulse dieser Epoche wirken erstaunlich modern und eröffnen spannende Parallelen zu unserer Gegenwart.

Unsere Vortragsreihe beleuchtet Politik, Architektur, Jazz und Kunst der 1920er Jahre. Weitere Höhepunkte sind die Lesung mit Annett Gröschner und eine Exkursion nach Luxemburg. Das neue Programm bietet tolle bewährte Kurse und neue Formate, die zum Lernen, Austausch und Entdecken einladen.

Besuchen Sie die Volkshochschule, entdecken Sie vielfältige Lernangebote, treffen Sie interessante Menschen und lassen Sie sich inspirieren. Gemeinsam lernen, Neues ausprobieren und Freude am Austausch erleben – wir freuen uns auf Sie!

Zur feierlichen Eröffnung des Frühjahrssemesters laden wir Sie herzlich am **6. Februar 2026 um 18 Uhr** ins **Forum ALTE POST** ein. Freuen Sie sich bei freiem Eintritt auf ein abwechslungsreiches musikalisches Programm, das den Semesterstart festlich begleitet.

Herzliche Grüße

Stanislaw Bayer
Leiter der Volkshochschule



Alzheimer-Selbsthilfegruppe im HOREB-Treff



Die Treffen der Alzheimer-Selbsthilfegruppe finden immer am 4. Dienstag im Monat, im **HOREB-Treff** in der Klosterstraße 9 statt. Pflegende Angehörige sind herzlich zu diesem Erfahrungsaustausch mit Rat, Hilfe und Information eingeladen.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer, (auch mit der Diagnose Demenz) sind herzlich willkommen.

Um **Anmeldung** wird gebeten. Die **Teilnahme ist kostenlos.**

Bei Anmeldungen und Rückfragen wenden Sie sich bitte an:
Christoph Prost, Waldfischbach / Tel: 01511 7624895,
christoph.prost@alzheimer-gesellschaft-rhp.de

Jeden Dienstag von 15 bis 16 Uhr, ist das Demenztelefon der „Leitstelle Älter werden“ für Sie besetzt: Sie erreichen uns unter der Telefonnummer: 06331/809778.

STOMA UND DARMKREBS

Künstlicher Darmausgang – künstliche Harnableitung

STAMMTISCH PIRMASENS

Betroffene Angehörige Interessierte

Jeden 1. Donnerstag im Monat, 15 Uhr

Stadtteilquartier „Horeb-Treff“, Klosterstraße 9, 66953 Pirmasens

Erik Göller, Deutsche ILCO e. V., Gruppe Pirmasens,

Telefon: 0152-52 77 26 26 Mail: eg.ilco-ps@gmx.de www.ilco.de

Aktiv im Alter

Spieletreff am 2. Mittwoch im Monat
für Frauen und Männer
von 16 bis 18 Uhr

in der Evangelisch-methodistischen Kirche
„Zionskirche“
Alleestraße 23 - 66953 Pirmasens

Sie sind herzlich eingeladen!



**Spieletreff jeweils am 2. Mittwoch im Monat
14. Januar - 11. Februar - 11. März
8. April - 13. Mai - 10. Juni 2026**

16 - 18 Uhr

Spiel ist mehr als Spielerei. Spiel ist den Augenblick genießen.
Spiel ist Spaß haben mit anderen, sich freuen, ins Gespräch
kommen und miteinander eine gute Zeit haben.
Kommen Sie dazu und spielen Sie mit. Gesellschaftsspiele,
Brettspiele und Kartenspiele sind vorhanden oder bringen Sie
ihr Lieblingsspiel mit, um mit anderen zu spielen.

Informationen bei

Ute Koch/Wolfgang Hendrichs - 06331-42514

Wilfried Wierzbicki - 06331-74218

wilfried.wierzbicki@t-online.de



Stadtmission
Offener Cafétreff
jeden 3. Dienstag
ab 15 Uhr
am Donnerstag, den 20.01.2026
An der Priesterwiese 26
66955 Pirmasens

Stammtisch 60plus

Wir treffen uns am **2. Januar 2026** (1. Freitag im Monat)
um 14 Uhr im Brauhaus.

In ungezwungener Atmosphäre haben insbesondere Alleinlebende
die Möglichkeit zum Austausch mit Gleichgesinnten. Angedacht
sind regelmäßige Treffen, Aktivitäten oder Ausflüge.

„Horeber Kaffeestubb“

am 6. Januar 2026

(immer am 1. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr)

Herzliche Einladung
zu guter Gemeinschaft und wertvollen Gedanken!
Evangelisch-methodistischen Kirche Pirmasens,
Alleestr. 23

Weitere Informationen bei Pastor Laukemann:
Telefon: 0631/44685

Mittagstisch Gottesdienst

In gemütlicher
Runde
gemeinsam
essen und Kraft
schöpfen.

Herzliche Einladung!
Jeden
1. Donnerstag
im Monat
um 12.00 Uhr.



Evangelisch-
methodistische
Kirche

In der Zionskirche, Alleestraße 23
in 66953 Pirmasens

Monatlicher Gesprächskreis für Pflegende Angehörige

Jeden ersten Mittwoch im Monat trifft sich der Gesprächskreis zu einem geschützten Austausch über Erfahrungen im Pflegealltag und all den täglichen Herausforderungen oder Aufgaben, die einem dabei begegnen.

Unsere Gesprächskreise in Ihrer Nähe:

Pirmasens

jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr

Winzler Straße 134 (Wohncafé im Patio) in 66955 Pirmasens
Anna Kuntz, Telefon: 06331/14 40 158

•

Waldfischbach-Burgalben

jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr

Café am Bahnhof - Nebenraum -
Bahnhofstraße 3 in 67714 Waldfischbach-Burgalben
Karina Frisch, Telefon: 06331/80 93 33
Petra Kumschlies, Telefon: 06333/ 60 20 652

Dahn

jeden 2. Donnerstag im Monat um 16:30 Uhr - 18:00 Uhr

Pflegestützpunkt **Südwestpfalz 1** Schulstr. 4 in 66994 Dahn
Eleonore Merk, Telefon: 06391/91 01 581

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



**Pflege Stützpunkt
Pirmasens**

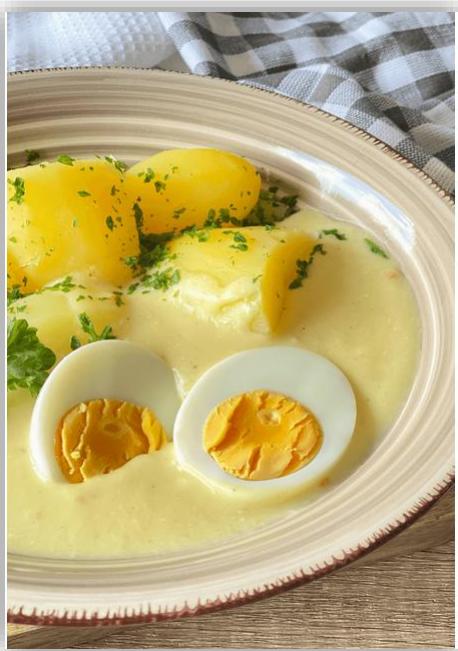
**Leitstelle
Älter werden**



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander - Füreinander

Rezept des Monats

Eier in Senfsoße



Zutaten für ca. 5 Portionen

60 g Butter
60 g Weizenmehl
500 ml Milch
700 ml Gemüsebrühe
2 EL Senf
2 TL Essig
1 EL Zucker
10 Eier
Salz



Zubereitung:

Schritt 1 :

Erhitze die Butter in einem großen Topf und rühre dann das Mehl gut ein. Gib dann unter sehr beständigem Rühren die Milch und Brühe hinzu, so dass die Soße nach dem Aufkochen eine cremige Konsistenz hat.

Schritt 2:

Rühre den Senf, Essig und Zucker unter und lasse die Senfsoße nochmal gut aufkochen. Schmecke sie nach deinem Geschmack kräftig mit Salz ab.

Schritt3:

Koche die Eier separat hart oder wachsweich, je nachdem, wie du es magst. Pelle die gekochten Eier, halbiere sie und gib sie in die warme Senfsoße. Serviere die Senfeier zu Kartoffeln oder einer anderen Beilage deiner Wahl.

VEREIN(T) IM SCHACHEN



An einem Wochenende im Monat öffnet der CVJM Pirmasens seine Türen für den Schachen und lädt zu verschiedenen Veranstaltungen für Groß & Klein ein. Die Teilnahme und der Eintritt zu allen Events sind kostenlos.

Weitere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen gibt es unter:
cvjm-pirmasens.de/vereint oder beim Pakt für Pirmasens unter Telefonnummer 06331 14447-44 (Martina Fuhrmann).



Jahresübersicht 2026: Das erwartet euch!

30. Januar 2026 | 19:00 Uhr: Schnupperkurs Meditation

31. Januar 2026 | 15:00 Uhr: "Welcome to New York" - literarischer Kaffeeklatsch mit Vera Conny Jack

20. Februar 2026 | 19:00 Uhr: "Alt Bärmesens" - Vortrag mit Heike Wittmer, Leiterin Stadtarchiv PS

21. Februar 2026 | 19:00 Uhr: Konzert mit TriCoustiX

13. März 2026 | 19:00 Uhr: Pub-Quiz

14. März 2026 | 15:00 Uhr: "Mein Weg nach Santiago de Compostela" mit Bernhard Speidel

10. April 2026 | 18:00 Uhr: Qigong Schnupperabend

11. April 2026 | 15:00 Uhr: Erzähltheater für Kinder mit der kleinen Hexe

29. Mai 2026 | 16:00 - 18:00 Uhr: Musikalische Waffeln zum Tag der Nachbarn

30. Mai 2026 | 13:00 Uhr: Klettern für Jung und Älter

12. Juni 2026 | 19:00 Uhr: After-Work-Event mit chilliger Musik und Fingerfood

13. Juni 2026 | 15:00 Uhr: Seniorennachmittag

- Sommerpause wegen Freizeitprogramm -

22. August 2026 | 19:00 Uhr: Lagerfeuerabend mit Singen und Stockbrot

04. September 2026 | 19:00 Uhr: Kartenabend - Schafkopf, Asserufen, Mau Mau

05. September 2026 | 15:00 Uhr: Waldbaden kennenlernen mit "Natürlich Waldbaden"

04. Oktober 2026 | 15:00 Uhr: Grumbeerbroode

14. November 2026 | 10:00 - 15:00 Uhr: Tour de Quartier

19. Dezember 2026 | 15:00 Uhr: Waldweihnacht



Brückenrätsel

Finden Sie die Brücke zwischen den beiden außen stehenden Wörtern! Es sollen sich zwei sinnvolle Wörter ergeben, wobei das „Brückenwort“ zu den beiden Wörtern passen muss. Senkrecht beim Pfeil ergibt sich ein Lösungswort!



FELS								HALDE
FLIEGER								ANLAGE
NIEREN								GURT
GUNST								AUFNAHME
KAKAO								KAESE
SPORTLER								BLATT
MULL								HAUT
MAMMUT								KOSTEN
SCHNITT								ZWIEBEL
PARK								FROST
GELD								LAUNE
WAESCHE								GEFAHR
EHE								MACHT

Erstellt von: Josef Schäffer

Umlaute: ae; oe, ue

Lösungswort: _____

Brückenrätsel

Lösung Dezember - Heft

LEIB		W	A	E	S	C	H	E		KORB
CHEF				P	I	L	O	T		FILM
STIER				B	L	U	T			DRUCK
FUCHS			R	E	V	I	E	R		KAMPF
GARTEN			M	O	E	B	E	L		HAUS
GABEL		H	I	R	S	C	H			GEWEIH
MEISTER			T	I	T	E	L			SEITE
STADT			V	I	E	R	T	E	L	FINALE
STOPP			U	H	R	E	N			WERK
GLOCKEN		K	L	A	N	G				EFFEKT
AUTO			R	A	D	I	O			WELLEN
STADT			A	R	C	H	I	V		SYSTEM
WAFFEN			S	C	H	E	I	N		FIRMA
RAUB			R	I	T	T	E	R		SAAL

Lösungswort: **SILVESTERNACHT**

Sudoku

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

Lösung:
Dezember Heft

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

Sudoku besteht aus einem quadratischen Spielfeld, das aus Neun mal Neun Feldern besteht, dass in Neun 3x3-Blöcke unterteilt ist. Darin sind einige Zahlen vorgegeben. Die Aufgabe des Spielers ist es, in jedes freie Feld eine Zahl so einzutragen, dass in jeder **Zeile** jede Zahl von Eins bis Neun einmal vorkommt; in jeder Spalte jede Zahl von Eins bis Neun einmal vorkommt; in jedem 3x3-Block jede Zahl von Eins bis Neun einmal vorkommt.

Aktuelle Notdienste Apotheke Monat Januar

Festnetz: 0180-5-258825-PLZ* (0,14 €/Min.)

Mobilfunknetz: 01805-5-858825-PLZ* (max.042 €/Min.)

Änderungen Vorbehalten !!!

easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens  

von Fr, 02.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/1400539

bis Sa, 03.01.2026, 08:30

Weißhof-Apotheke, Winzler Str. 105, 66955 Pirmasens  

von Mi, 07.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/76501

bis Do, 08.01.2026, 08:30

Schiller-Apotheke, Bitscher Str. 3, 66955 Pirmasens  

von Sa, 10.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/725788

bis So, 11.01.2026, 08:30

Engel-Apotheke, Dr. Robert-Schelp-Platz 1, 66953 Pirmasens  

von Mi, 14.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/75676

bis Do, 15.01.2026, 08:30

Sommerwald-Apotheke, Am Sommerwald 4, 66953 Pirmasens  

von Fr, 16.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/65266

bis Sa, 17.01.2026, 08:30

Landgrafen-Apotheke OHG, Exerzierplatzstr. 9-11, 66953 Pirmasens  

von Mo, 19.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/63329

bis Di, 20.01.2026, 08:30

easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens  

von Mo, 26.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/1400539

bis Di, 27.01.2026, 08:30

Sommerwald-Apotheke, Am Sommerwald 4, 66953 Pirmasens  

von Mi, 28.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/65266

bis Do, 29.01.2026, 08:30

Weißhof-Apotheke, Winzler Str. 105, 66955 Pirmasens  

von Fr, 30.01.2026, 08:30

Tel.: 06331/76501

bis Sa, 31.01.2026, 08:30

Gemeindeschwester^{plus} Stadt Pirmasens

*Ein Angebot für ältere Menschen,
die in der eigenen Wohnung leben und noch nicht
pflegebedürftig sind.*

Das **Beratungs- und Unterstützungsangebot** ist kostenlos und erfolgt nach Wunsch bei einem Hausbesuch, telefonisch oder im Büro. Ziel ist es, die Selbstständigkeit und das selbstbestimmte Leben im häuslichen Umfeld zu fördern. **Die Fachkräfte führen keine pflegerischen oder medizinischen Tätigkeiten durch!**

Die Beratungsinhalte richten sich nach den persönlichen Anliegen und sind sehr unterschiedlich. Beratungsthemen können z.B. folgende sein:

- Begleitung und ein „Offenes Ohr“ in **Lebenskrisen**
- Planung, Durchführung und Vermittlung von **Freizeit- und Informationsangeboten**
- Kontaktherstellung und **Vermittlung von Hilfsangeboten**
z.B. bei Pflegebedarf oder Gesundheitsangelegenheiten
- Hilfe bei der **Organisation von Terminen** oder Antragsunterlagen
- Erkennen von **Angebotsdefiziten** und ggf. Initiierung

Frau Melanie Dedetschek

Adlerstraße 19, 66955 Pirmasens

Tel. 0173 24 59 952

E-Mail: gemeindeschwesterplus@pirmasens.de



Frau Lisa Bieber

Adlerstraße 19, 66955 Pirmasens

Tel. 0152 34 67 05 94

E-Mail: gemeindeschwesterplus@pirmasens.de



**Alle Seniorinnen und Senioren sind zu unseren
Veranstaltungen herzlich eingeladen.
Gäste sind immer willkommen.**

Zu weiteren Auskünften steht Ihnen gerne zur Verfügung:

**Stadtverwaltung Pirmasens
- Seniorenbüro -**



Werner Schwarz

E-Mail: wernerschwarz@pirmasens.de

Marion Wilken

E-Mail: marionwilken@pirmasens.de

Adlerstr. 19

66955 Pirmasens

Telefon: 06331-78280

Fax: 06331-724956

E-Mail: seniorenbuero@pirmasens.de

Der Vorstand des Seniorenbeirates setzt sich wie folgt zusammen:

- **Wolfgang Klys**, Vorsitzender
Telefon: 2290244 Mail: seniorenbeirat@stadt-pirmasens.de
- **Elvira Scherer**, 1. stellvertretende Vorsitzende
Telefon: 7294836
- **Wolfgang Hendrichs**, 2. stellvertretender Vorsitzender
Telefon: 42514
- **Silke Bauer**, Schriftführerin
Telefon: 0172/7307986
- **Andrea Kling**, stellvertretende Schriftführerin
Telefon: 0174/9769854

Lustiges zum Schluss ..

Zwei ältere Damen
unterhalten sich.

"Rennt dein Mann auch
dauernd den jungen
Mädchen nach?"

"Ja, aber seitdem er in Rente
ist, schafft er es nur noch,
wenn es bergab geht."



NOTIZEN

