



Pirmasenser Seniorenprogramm



Die Alte Post in Pirmasens,
erbaut 1893 als Königlich Bayerisches Postamt, ist ein
denkmalgeschütztes Neorenaissance-Gebäude und
heute als „**Forum Alte Post**“ ein bedeutendes
Kultur- und Veranstaltungszentrum

April 2026

Pirmasenser Seniorenprogramm vom 01.04.2026 bis 30.04.2026

Tischtennis

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



Seniorengymnastik

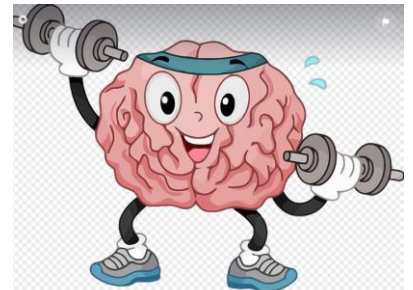
im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr
Jeden Dienstag



Gedächtnistraining

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

01.04.; 08.04.; 15.04.; 22.04.; 29.04.



Wir singen und musizieren

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

10.04.; 24.04.



Pirmasenser Seniorenprogramm vom 01.04.2026 bis 30.04.2026

Seniorentreff Erlenbrunn

Kontakt: Frau Monika Eder, 0151-72149296

Frau Ute Schmidt, 06331/45452

Gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 09.04.2026 (ab 14:30 Uhr)

im Gemeindesaal

Seniorentreff Fehrbach

Kontakt: Frau Maria-Luise Hehner, 06331-95434

Frau Monika Groh, 06331-95658

Der Osterhase war da.

Montag, 13.04.2026 (14:00 Uhr)

im Billard-Zentrum

Seniorentreff Gersbach

Kontakt: Herr Heini Ehrlich, 0176-20643414

Besuch von Herrn Erich Weis.

„Wohin geht der Einzelhandel in Pirmasens“.

Donnerstag, 09.04.2026 (ab 14:00 Uhr)

im Sportheim

Seniorentreff Hengsberg

Kontakt: Frau Angelika Hügel, 06331 98394

Herr Hans-Dieter Windmeißer, 06395-9947821

Gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 02.04.2026 (14:00 Uhr)

in der Gaststätte Waldesruh

Pirmasenser Seniorenprogramm vom 01.04.2026 bis 30.04.2026

Seniorentreff Niedersimten

Kontakt: Angelika und Kurt Sennewald, 06331 2287872

Gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 08.04.2026 (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, 13.04.2026 und 27.04.2026 ab 15:00 Uhr

Seniorentreff Windsberg

Kontakt: Frau Elfriede Baas, 06331-41285

Gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 08.04.2026(14:00 Uhr)

im Gemeindesaal

(Gäste sind herzlich willkommen)

Seniorentreff Ruhbank

Kontakt: Frau Frau Trogler, 06331-217213

Gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 15.04.2026 (14:30 Uhr)

im Café Carpe Diem

Seniorentreff Winzeln

Kontakt: Frau Heidi Kiefer, 0172 7207349

Gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 23.04.2026 (14:00 Uhr)

in der Stockwaldhütte

TANZ
IN DEN
MÄI
30.04.

AB: 18:00 Uhr

**IM THEO SCHALLER SAAL
DES DIAKONIEZENTRUMS**

**VORANMELDUNG BIS
15.APRIL 2026**

**Anmelden bitte im p11 unter
06331/1534162-63**



Liebe **Seniorinnen und Senioren,**



im schönen Wonnemonat Mai möchten wir gemeinsam mit Ihnen den in der Saar-Lor-Lux-Region gelegenen „Garten ohne Grenzen“ besuchen.

Dieser besondere Garten lädt dazu ein, die Natur mit allen Sinnen zu erleben. Die insgesamt elf von Hecken umrahmten Gartenräume bieten jeweils eine eigene Atmosphäre. Im Duftgarten werden Ihre Sinne von versch. Aromen begleitet, während im Tastgarten das bewusste Fühlen und Entdecken im Mittelpunkt steht. Im Klanggarten sorgen versch. Klangobjekte für besondere Hörerlebnisse.

Auch für das Auge gibt es viel zu entdecken – von seltenen Pflanzen im Kiesgarten bis hin zu harmonisch Farbkompositionen in den Farbzimmern. Weitere Attraktionen wie ein Barfußpfad oder ein Labyrinth laden dazu ein, die Natur noch intensiver wahrzunehmen.

Besonders interessant ist auch die „Kreative Grüne Lernwelt“, die Kinder, Menschen mit Behinderung und ebenso Seniorinnen und Senioren an die Natur heranführt. Außerdem stehen ein gemütliches Café/Bistro sowie ein Shop mit Pflanzen aus eigener Zucht zur Verfügung.

Zum gemeinsamen Mittagessen kehren wir im Merziger Brauhaus ein, in dem sich eine echte Schaubrauerei befindet. Bei schönem Wetter können wir im großen Biergarten Platz nehmen und dabei den Blick auf den Merziger Yachthafen genießen.

Termin: Dienstag, den 12. Mai 2026

Abfahrt: 10.00 Uhr

Wo: Messplatz Pirmasens

**Kosten: 26,00 € Fahrtkosten incl. Eintrittspreis /
um VORKASSE wird gebeten!**

**Um planen zu können bitten wir um Anmeldung bis zum 5. Mai 2026,
unter der Telefonnummer: 78280**





After Osterbrunch im Haus Meinberg

Liebe **Seniorinnen** und Liebe **Senioren**,
**am Donnerstag, den
16. April 2026 um 10 Uhr**

treffen wir uns zum gemütlichen Osterbrunch.

Lasst Euch Überraschen.....

Kostenbeitrag: 10 Euro

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

Um Anmeldung wird gebeten,
bis zum 10. April 2026

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Lama Wanderung im Pfälzer Wald



Wir laden Sie ein zur ca. 3 km langen Lama Wanderung in Annweiler mit den Pfälz Lamas. Der Weg ist überwiegend barrierefrei somit auch für Rollator geeignet. Während der Wanderung erfahren wir umfassendes Wissen über die Lamas und im Nachgang dürfen Sie die Tiere füttern.

Nach der schönen Wanderung kehren wir gemeinsam in das Café Escher in Annweiler ein und lassen den Tag ausklingen.

Datum: **23.04.2026**

Uhrzeit: **09:00 Uhr**

Treffpunkt: **Haus Meinberg
Adlerstr. 19
66954 Pirmasens**

Einen Unkostenbeitrag von **20€** pro Person ist bei der Anmeldung zu leisten, dieser beinhaltet die Busfahrt und die Lama Wanderung.

Wir bitten um telefonische Anmeldung bis zum **14.04.2026** da es nur eine begrenzte Anzahl an Mitfahrgelegenheiten gibt.

Dedetschek Melanie: 0173/ 2459952

Bieber Lisa: 0152/34670594

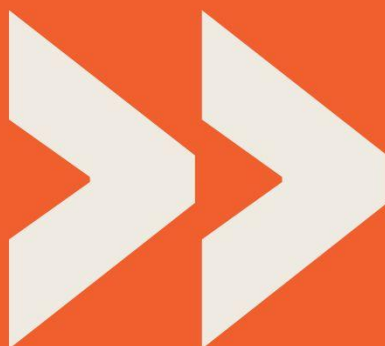
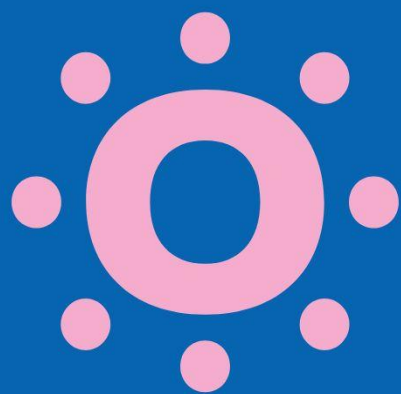
gemeindeschwesterplus@pirmasens.de



GEMEINDESCHWESTER^{plus}

Der Ehrentag

Für dich. Für uns. Für alle.



Musik und Miteinander auf dem Exe

Samstag, 23.05.2026,
10 bis 12 Uhr

Durch viele engagierte Menschen wird in Pirmasens viel bewegt und getragen. Dafür wollen wir Danke sagen. Mit Musik und kleinen Aktionen für Jung und Alt laden wir alle schon Aktiven und Interessierten auf den Exe ein.

Der Ehrentag ist eine gemeinsame Initiative des Bundespräsidenten und der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt.



www.ehrentag.de

Es laden ein:
Stadt Pirmasens
Seniorenbüro Pirmasens
Gemeineschwestern plus
Pakt für Pirmasens
Quartiersbüros der Stadt Pirmasens
Stadtjugendring Pirmasens



Neue Serie von Frau Renate Raidt

Kurzgeschichten

... hier darf gelacht werden!

Teil III



Die Spezialität

Der Mann meiner Freundin Anne war Franzose. Er war eine Persönlichkeit, sehr elegant. Sein Deutsch war grammatikalisch einwandfrei und der kleine Akzent verlieh ihm besonderen Charme. An einem Weihnachtsfest vor mehreren Jahren lernte ich Jaques` Eltern kennen.

Wir verstanden uns auf Anhieb und verbrachten einen angenehmen Nachmittag miteinander. Beim Abschied luden Sie mich ein, sie zusammen mit Sohn und Schwiegertochter am kommenden Osterfest zu besuchen.

Eigentlich wollte ich dankend ablehnen, aber Anne und ihr Mann redeten mir zu. Dazu kam, dass ich Jaques` Heimat, die Gegend um Paris, noch nicht kannte. Also sagte ich zu. Rasch verging die Zeit. Bald stand Ostern vor der Tür. Am frühen Karfreitag morgen fuhren wir los. Nach einer ermüdenden Autobahnfahrt erreichten wir pünktlich zum Abendessen unser Ziel. Jaques` Mutter hatte aufgetischt: die Lieblingsspeisen ihres Sohnes und eine Auswahl der verschiedensten französischen Spezialitäten.

Das Angebot reichte von Kuttel-Suppe über Froschschenkel und Gänseleberpastete bis hin zu Münsterkäse und Austern. Ich probierte da und dort, aß an diesem Abend die erste und letzte Auster meines Lebens und hielt mich dann an Leberpastete und Käse. Jaques war in seinem Element. Mit Begeisterung aß er sich durch das reichhaltige Angebot. Nach dem Essen gingen wir, müde von der Anreise, bald schlafen.

Am nächsten Morgen, am Frühstückstisch, verdrehte Anne die Augen. Jaques nahm nur einen Kaffee. Die verschiedenen Sorten knusprigen, frischen Weißbrots machten das Frühstück für mich zum Erlebnis.

Mit einer langen Einkaufsliste erhielten wir nach dem Frühstück von Jaques` Mutter den Auftrag, zum Supermarkt zu gehen. Bestände waren aufzufüllen. Wir gingen gleich los. Beim Betreten des Marktes schlug mir ein eigenartiges, mir fremdes, Duftgemisch entgegen.

Ich schnupperte. Anne merkte das und sagte: "Wart`s ab, wenn es so richtig stinkt, wird eine Spezialität angeboten". Wir gingen, Jaques mit Einkaufswagen elegant voraus und wir beide ihm dicht auf den Fersen. Nach wenigen Schritten wurden wir von einem scheußlichen Gestank eingenebelt. "Siehst Du", sagte Anne, "es geht schon los." Da drehte sich Jaques zu uns um und sagte grinsend: "Das war ische".

Mittagstisch **G**ottesdienst

In gemütlicher Runde gemeinsam
essen und Kraft schöpfen.



Wo:

In der Zionskirche, Alleestraße 23 in 66953
Pirmasens

Wann:

Donnerstag, den 16. April 2026 um 12.00
Uhr





Öffnungszeiten:

Montag 11:30-17:00 Uhr

Mittwoch 8:30-14:00 Uhr

Donnerstag 8:30-14:00 Uhr

Kontakt: 0151 14879731

06331 2039724

angela.nadler@bistum-speyer.de

Termine April 2026

HIGHLIGHT!

Über Geld spricht Man(n) nicht, Frau schon!

23.04. und 19.05., 16:00-17:30 Uhr

(Um Anmeldung wird gebeten, kostenfreies Angebot)

Finanz Coaching für Frauen; Referentin: Dagmar Stock

Zusammen-Gehen: Sonntag, 2.04., gemeinsamer Spaziergang am Eisweiher, max.1,5h.
Treffpunkt: 10:30 Uhr, Strecktalpark, Eingang Fröhnstraße, neben IHK-Parkplatz.

Zusammen Mittagessen

Donnerstag 12:00-13:00 Uhr

2.04., 16.04. und 30.04.

(Wir bitten um
vorherige Anmeldung)



**Austausch: Gartenwissen
immer mittwochs
ab 10:00 Uhr**

Wissen-, Saatgut-, Erfahrungen-, und
Gartengeschichten austauschen

**Espresso-Treff immer
montags**

12:00-13:00 Uhr

kostenloser Espresso



donnerstags...

Kreativ sein mit Wolle und
Nadel, Anfänger*In oder
Profi, Alles dabei.

Es geht ums Mitma(s)chen!



**Unterer Sommerwaldweg 44, 66953 Pirmasens
Im UG in der Kath. Familienbildungsstätte;
Gemeinde St. Elisabeth**

Seniorentreff

Informationen nicht nur für Senioren!

**Mittwoch
08.04.2026**

Die Experten vom Pflegestützpunkt informieren über lokale Beratungsangebote, Pflegegrade und Unterstützungsmöglichkeiten für den Alltag zu Hause

**Mittwoch
22.04.2026**

Hörakustik: Willkommen in der Welt des Hörens! Lassen Sie sich von Julien Cronauer auf eine Reise durch unser Gehör mitnehmen und entdecken Sie, wie wir Klänge entschlüsseln. Erleben Sie, wie clevere Hörsysteme Ihren Alltag verbessern können. Neugierig? Dann kommen Sie vorbei für eine Beratung und einen gratis Hörtest!

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

Treffpunkt: Begegnungszentrum „MittendrIn“

Hauptstraße 80, 66953 Pirmasens

Telefon: 06331 – 6737643

Diakonie 
Diakonisches Werk Pfalz





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



Veranstaltungsort: CVJM-Haus, Schachenstraße 103, 66954 Pirmasens

Aktuelles aus dem Horeb-Treff

- **Seniorencafé:**

Im Moment gibt es eine neue Uhrzeit für das Seniorencafé:

montags, von **13:30 – 15:30 Uhr**

- **Osterferien:**

In den Ferien bleibt der Horeb-Treff vom **30.03.-10.04.** geschlossen

→ die Ausgabe der **gelben Säcke** am 01.04. findet statt (13-16 Uhr), allerdings ohne Stadtteilcafé.



April

p11 

Aktionen

jeden Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr:

Häkeln, Stricken, Handarbeit im p11

jeden Donnerstag 10:30 - 11:30 Uhr:

Sitzgymnastik im p11

Mittwoch, 08. April von 12:00 - 13:00 Uhr

Mittagessen im p11 in Kooperation mit dem IB
(nur mit Voranmeldung)

Donnerstag, 09. April von 15:00 - 16:30 Uhr

Selbsthilfegruppe "Mein besonderes Kind" für Eltern mit
autistischen Kindern

Donnerstag, 16. April von 14:00 - 16:00 Uhr:

Digitalbotschafter (Einzeltermine - bitte vorher anmelden)

Mittwoch, 22. April von 12:00 - 13:00 Uhr

Mittagessen im p11 in Kooperation mit dem IB
(nur mit Voranmeldung)

Donnerstag, 23. April von 14:30 - 16:00 Uhr:

Singen im p11 für alle die Spaß daran haben

**Donnerstag, 30. April ab 18:00 Uhr im THEO SCHALLER SAAL
des DiakonieZentrums**

TANZ IN DEN MAI !!

(Voranmeldung bis **15. April**) bringen Sie Freunde und
Bekannte mit, so kann es ein toller Tanzabend für Senioren
werden. **Eintritt 5 Euro**

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

06331/1534163.

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

Kaffeenachmittag im Haus Meinberg Mittwoch, 25. Februar 2026



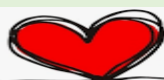
**Ein Kamerateam
des SWR
besuchte das
Seniorencafé im
Haus Meinberg
und stellte damit
ein besonderes
Projekt unserer
Schule in den
Mittelpunkt.**

**Projektleitung: Frau Sabine Schäfer Lehrerin in der BBS mit ihren
Schülerinnen, im Haus Meinberg.**

**Mit großem Engagement
beteiligte sich die BF 1
Hauswirtschaft unserer BBS;
Gemeinsam mit
Konditormeister Peter Hartl
backten unsere Schülerinnen
und Schüler Kuchen und Torten
und servierten diese den
Gästen mit viel Herzblut.**

**Das Seniorencafé, organisiert
vom Team (Werner Schwarz
und Marion Wilken) mit der
Unterstützung des „Netzwerks
60plus“.**

Vielen Dank an das Ehrenamt.





Monatlicher Gesprächskreis für Pflegerische 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

Waldfishbach-Burgalben

jeden 1. Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr

Café am Bahnhof - Nebenraum -
Bahnhofstraße 3 in 67714 Waldfishbach-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.

Bewegungsangebot für Senioren unter dem Motto: „Gemeinsam Fit“

Gemeinsame Spaziergänge mit genügend Möglichkeiten eine Pause einzulegen am Eisweiher. Wege sind breit und eben, somit auch für Rollstuhl, Rollator oder Gehstöcke geeignet.

Datum: **24.04.2026**
08.05.2026



Uhrzeit: **14 Uhr bis ca. 16 Uhr**

Ort: **Eisweiher**
66955 Pirmasens

Treffpunkt:
Eingang Wanderparkplatz Am Kiesweg

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Dedetschek Melanie: 0173/2459952

Bieber Lisa: 0152/34670594

gemeindeschwesterplus@pirmasens.de



GEMEINDESCHWESTER plus



Einkauf-Fahr-Dienst

Stadt Pirmasens und Vororte



April Tour:

1. Anmeldetag: **13.04.2026** von 9 Uhr bis 11 Uhr
1. Fahrt: **17.04.2026** ab 13:30 Uhr
2. Anmeldetag: **27.04.2026** von 9 Uhr bis 11 Uhr
2. Fahrt: **Donnerstag 30.04.2026** 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



Stadtmission

Offener Cafètreff

Jeden 3. Dienstag

ab 15.00 Uhr

am 21. April 2026

An der Priesterwiese 26

66955 Pirmasens

„Horeber Kaffeestubb“

am 7. April 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



Alzheimer-Selbsthilfegruppe im HOREB-Treff



Die Treffen der Alzheimer-Selbsthilfegruppe finden immer am **4. Donnerstag im Monat**, von 15 Uhr bis 17 Uhr, im **HOREB-Treff** in der Kosterstraße 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-rhpf.de

Jeden Dienstag von 15 bis 16 Uhr ist das Demenztelefon der „Leitstelle Älter werden“ für Sie besetzt: Tel: 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

Brückenrätsel

Lösung März-Heft

WIND	E	N	E	R	G	I	E	KRISE	
REGEN			B	O	G	E	N	GANG	
GLAS		M	O	S	A	I	K	STEIN	
WASSER		M	U	E	H	L	E	SPIEL	
MUND		W	I	N	K	E	L	MESSER	
RAUCH	W	O	L	K	E	N		KRATZER	
WORT	S	C	H	A	T	Z		KAMMER	
JAGD	F	R	E	V	E	L		HAFT	
WUNSCH		T	R	A	U	M		BILD	
KIEFER		G	E	L	E	N	K	SCHMERZ	
RADAR	S	C	H	I	R	M		STAENDER	
LEIB		W	A	E	S	C	H	E	KORB
GELD		M	A	R	K	T		BUDE	

Lösungswort: **ROSENKAVALIER**

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!



STATUS										FIGUR
MOND										BAR
START										GEWINN
STEUER										FEHLER
KURS										BACH
WELT										GRUPPE
TROEDEL										BRUNNEN
STEIN										TUETE
STIEL										TISCH
FRUCHT										BECHER
MODE										NUMMER
FRACHT										KNEIPE
BACH										KASTEN

Erstellt von: Josef Schäffer

Umlaute: ae; oe, ue

Lösungswort: _____

Sudoku

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

Lösung März-Heft

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

Sudoku besteht aus einem quadratischen Spielfeld, das aus Neun mal Neun Feldern besteht, das 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.

Rezept des Monats

Versunkener Apfelkuchen

Zutaten für 1 Kuchen

- 125 g Butter (weich)
- 125 g Zucker
- 150 g Weizenmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 3 Eier
- 1 Prise Salz
- 4 Äpfel



nach Belieben:

- Puderzucker

Zubereitung:

1. Rühre die Eier mit dem Zucker, dem Vanillezucker und der Prise Salz schaumig. Gib die Butter hinzu. Rühre das Mehl und das Backpulver unter die Eimasse.
2. Heize den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vor. Fette eine 26 cm Springform und gib den Teig hinein.
3. Schäle die Äpfel und schneide sie in Viertel. Schneide sie dann auf der gewölbten Seite 0,5 cm tief ein. Verteile die Äpfel gleichmäßig auf dem Teig.
4. Backe den Kuchen anschließend für 25-30 Minuten im Backofen goldgelb. Wenn du magst, kannst du ihn nach dem Auskühlen mit Puderzucker bestreuen.







Aktuelle Notdienste Apotheke Monat April



Festnetz: 0180-5-258825-PLZ* (0,14 €/Min.)
Mobilfunknetz: 01805-5-858825-PLZ* (max.042 €/Min.)

Änderungen Vorbehalten !!!

Landgrafen-Apotheke OHG, Exerzierplatzstr. 9-11, 66953 Pirmasens  	von Di, 07.04.2026, 08:30 bis Mi, 08.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/63329	
Engel-Apotheke, Dr. Robert-Schelp-Platz 1, 66953 Pirmasens  	von Fr, 10.04.2026, 08:30 bis Sa, 11.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/75676	
easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens  	von So, 12.04.2026, 08:30 bis Mo, 13.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/1400539	
Schiller-Apotheke, Bitscher Str. 3, 66955 Pirmasens  	von Mi, 15.04.2026, 08:30 bis Do, 16.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/725788	
Sommerwald-Apotheke, Am Sommerwald 4, 66953 Pirmasens  	von Do, 16.04.2026, 08:30 bis Fr, 17.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/65266	
easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens  	von Mo, 20.04.2026, 08:30 bis Di, 21.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/1400539	
Weißhof-Apotheke, Winzler Str. 105, 66955 Pirmasens  	von Do, 23.04.2026, 08:30 bis Fr, 24.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/76501	
Engel-Apotheke, Dr. Robert-Schelp-Platz 1, 66953 Pirmasens  	von So, 26.04.2026, 08:30 bis Mo, 27.04.2026, 08:30
Tel.: 06331/75676	

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 ..

**Die Mutter ruft:
„Kinder! Kommt
nörgeln, das Essen ist
fertig.“**

**„Nun, Oma, wie
funktioniert das neue
Hörgerät?“
„Halb vier.“**



**Warum weiß ein Schäfer nie, wie
viele Schafe in seiner Herde sind?
Weil er beim Zählen einschläft.**

