Stadt Pirmasens

Pirmasenser Seniorenprogramm



Der Hexenklamm – Wasserfall
im Pfälzerwald bei Pirmasens.

ca. 6,4 Kilometer, ca. 2 Stunden. Start: Sportplatz Gersbach (Rothmühlstraße, 66954 Pirmasens)

November 2026

Pirmasenser Seniorenprogramm
November 2026

Tischtennis



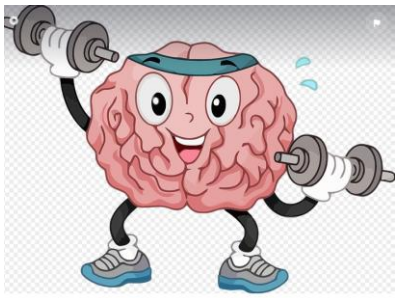
im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Jeden Montag

Seniorengymnastik



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

Gedächtnistraining



im städtischen Seniorentreff
Haus Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Mittwoch:
04.11. ; 18.11.; 25.11.

Am 11. November fällt das Gedächtnistraining aus!

Wir singen und musizieren



im städtischen Seniorentreff Haus
Meinberg, Adlerstraße 19
von 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Freitag:
6.11.; 20.11.

Pirmasenser Seniorenprogramm November 2026

Seniorentreff Erlenbrunn

Kontakt: Frau Monika Eder, 0151-72149296
Frau Ute Schmidt, 06331/45452
Die Senioren treffen sich am Volkstrauertag.
Sonntag, den 15. November 2026 (ab 14:30 Uhr) zum Kaffeenachmittag im Gemeindesaal

Seniorentreff Fehrbach

Kontakt: Frau Maria-Luise Hehner, 06331-95434
Frau Monika Groh, 06331-95658
Frau Gerda Ruffing, 06331-91726
Montag, 2. November 2026 (14:00 Uhr)
Im November gedenken wir allen unseren Lieben.
Genießen sie Kaffee und Kuchen und entdecken Sie dabei die schönen Schmuckstücke unserer Ausstellung.
Im Billard-Zentrum

Seniorentreff Gersbach

Kontakt: Herr Heini Ehrlich, 0176-20643414
Vortrag „Ohne Furcht im Alter“
Monika Wieland „Weißer Ring Pirmasens“, informiert in ihrem Vortrag, über Gefahren im Alltag und gibt wertvolle Tipps. Ein informativer und hilfreicher Vortrag.
Donnerstag, 12. November 2026 (ab 14:00 Uhr)
im Sportheim

Seniorentreff Hengsberg

Kontakt: Frau Angelika Hügel, 06331 98394
Herr Hans-Dieter Windmeißer, 06395/9947821
Gemütliches Beisammensein
Donnerstag, 5. November 2026 (14:00 Uhr)
Im Sportheim Hengsberg

Pirmasenser Seniorenprogramm
November 2026

Seniorentreff Niedersimten

Kontakt: Angelika und Kurt Sennewald, 06331 2287872
Mittwoch, 11. November 2026 (14:00 Uhr)
Gemütliches Beisammensein
im Rehtalsaal
Häkel- und Strickkreis Wir heißen alle Altersgruppen Herzlich willkommen (im Rehtalsaal)
Kontakt: Angelika Weber, 06331 8032500
Edwin Münch, 0155 61957283
Montag, am 9. Nov. 2026 und Montag am 23. Nov. 2026
Ab 15.00 Uhr

Seniorentreff Windsberg

Kontakt: Frau Elfriede Baas, 06331-41285
Gemütliches Beisammensein
Mittwoch, 11. November 2026 (14:00 Uhr)
im Gemeindesaal.

Seniorentreff Ruhbank

Kontakt: Frau Trogler, 06331-217213
Gemütliches Beisammensein
Mittwoch, 18. November 2026 (14:30 Uhr)
Im Café Carpe Diem

Seniorentreff Winzeln

Kontakt: Frau Heidi Kiefer, 0172 7207349
Gemütliches Beisammensein
Donnerstag, 26. November 2026 (14:00 Uhr)
In der Stockwaldhütte



Es weihnachtet eine Tagesfahrt zum Thomas-Nast-Nikolausmarkt in Landau / Pfalz

Spürst du es auch? Sobald der Duft von frisch gerösteten Mandeln, würzigem Glühwein und Tannengrün durch die Gassen zieht, verwandelt sich die historische Altstadt in ein echtes Wintermärchen. In den festlich beleuchteten Zelten auf dem Rathausplatz kannst du unseren Kunsthandwerken über die Schulter schauen. Ob handgezogene Kerzen, Holzschnitzereien oder individuelle Schmuckstücke – jedes Teil ist ein Unikat, mit Liebe gefertigt. Es ist genau diese Mischung aus Tradition und Kreativität, die den Markt im Herzen der Südpfalz so einzigartig macht. Der Nikolausmarkt ist barrierefrei.

Termin: Montag, den 14. Dezember 2026

Abfahrtszeit: 10.30 Uhr

Wo: Messplatz in Pirmasens

Kosten: 22 Euro





Um besser planen zu können, bitten wir um Anmeldung bis zum 4. Dezember 2026 unter der Telefonummer: 78280

Um Vorkasse wird gebeten!

Bevor wir uns weihnachtlich verzaubern lassen, fahren wir an der schönen Pfälzer Weinstraße entlang. Bis wir die Gemeinde Maikammer erreicht haben. Im Restaurant „Weingarten“ lassen wir uns vom Chef selbst „Thomas Hammer“, verwöhnen und die **Pfälzer Kochkunst** genießen.

Die Gemeinde Maikammer liegt direkt an der Deutschen Weinstrasse, im Herzen der Pfalz und am Fuße der Kalmit, der höchsten Erhebung im Pfälzerwald (673 m).



Winter Pause

Liebe Senioren
Unsere Bewegungsgruppe
"Gemeinsam Fit" geht in die
Winterpause.
Wir wünschen Ihnen eine schöne
Vorweihnachtszeit.

Eure Gemeindeschwestern

Bieber Lisa
Dedetschek Melanie





WINTERZAUBER ERÖFFNUNG VALENTINS WIRTSHAUS ZWEIBRÜCKEN

PROGRAMM:

BEI ANKUNFT GEMÜTLICHER SPAZIERGANG

AB 17:00 UHR GEMEINSAMES ESSEN Á-LA-CARTE AUF DER LEICHT BEHEITZTEN TERRASSE DES VALENTIN WIRTSHAUS

AB 18:00 UHR LIVEMUSIK - RED COUCH



Treffpunkt Haus Meinberg um 15:30 Uhr

Freitag, 13.11.26

GEMEINDESCHWESTER plus

Telefonische Anmeldung erforderlich:
Melanie Dedetschek: 0173-245 99 52
Lisa Bieber: 0152-34 67 05 94

Mit Herz und Mut durch den digitalen Alltag

Handy-Helden



Handy-Helden

Digitaler Stammtisch

(Auch für Senior*innen, die wenig oder keinerlei Erfahrung mit Handys haben)

Themen und Fragen zum PC, Tablet und Handy
Freitags 9.30 – 11.00 Uhr

Senior*innen werden ermutigt, sich auf digitales Arbeiten am PC, Tablet oder Handy einzulassen und ihre eigenen Kompetenzen hierin zu erweitern oder erst damit zu beginnen. Sie bringen ihre eigenen Geräte mit. Schüler*innen der Berufsbildenden Schule Pirmasens sind bei den Treffen als Ansprechpartner*innen beteiligt. Inhalte sind z.B.: systematische Ordnung, Dateien und Ordner erstellen, Bilder und Fotos bearbeiten, E-Mail und Adressbuch, Internetanfragen, Handy-Apps und Handy-Adresseneinträge... Die individuelle Lernsituation wird berücksichtigt, offene Fragen werden beantwortet. Ein Angebot des Seniorenbeirates der Stadt Pirmasens in Zusammenarbeit mit der Berufsbildenden Schule Pirmasens–Berufliches Gymnasium.

Veranstaltungsort am
6./13./20./27. November 2026
Städtischer Seniorentreff Haus Meinberg
Adlerstraße 19, 66953 Pirmasens
Freitags 9.30-11.00 Uhr



Handy-Helden

Kontakt

Seniorenbeirat Pirmasens
Wilfried Wierzbicki 06331-74218 wilfried.wierzbicki@t-online.de
Seniorenbüro Pirmasens
Werner Schwarz 06331-78280 seniorenbuero@pirmasens.de
Marion Wilken 06331-78280 seniorenbuero@pirmasens.de
Berufsbildende Schule (Berufliches Gymnasium)
Petra Löscher 017624341709 loescher@bbspirmasens.de

Von der Biene bis ins Honigglas



Ein **Vortrag** von **Imker Norbert Hoffmann**
(aus dem Raum Zweibrücken)



Wann: Mittwoch, den 11. November 2026
Wo: Haus Meinberg, Adlerstraße 19 in Pirmasens
Uhrzeit: 15.00 Uhr (Dauer ca. 1,5 Stunden)

Wie kommt der Honig eigentlich von der Blüte ins Glas? Dieser Frage gehen wir gemeinsam mit **Imker Norbert Hoffmann** auf den Grund.

Die fleißigen Bienen sammeln Nektar und Pollen und bringen ihn in den Bienenstock. Dort entsteht nach und nach unser leckerer Honig. Ist der Honig reif. Wird er vom Imker aus den Waben geschleudert, gesiebt und in Gläser abgefüllt.

Interessanter Einblick

Norbert Hoffmann erzählt aus seinem Alltag als Imker und nimmt uns mit in die faszinierende Welt der Bienen.

Leckeren Honig können Sie direkt bei der Veranstaltung kaufen und anschließend zu Hause genießen.



Wir freuen uns auf einen interessanten Nachmittag.
Viel Spaß.

Team vom Seniorenbüro
Werner Schwarz und Marion Wilken

Seniorenbüro

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

Unser nächstes Seniorencafé in Pirmasens:

Mo, 02. November 2026

Seien Sie herzlich willkommen!

Jeweils von 14:00 bis 16:00 Uhr,
keine Anmeldung erforderlich.
Kaiserstr.43, 66955 Pirmasens

JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben



Spielenachmittag

für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger

„Mensch, ärgere dich nicht und komm' vorbei!"
Gemeinsam spielen wir Gesellschaftsspiele und haben einen vergnüglichen Nachmittag miteinander.

20.01./24.02./17.03./21.04./19.05./16.06./21.07./18.08./15.09./20.10./17.11./15.12.2026
um 14:00 Uhr
in unserem „Ladenlokal" in der Kaiserstr. 43, 66955 Pirmasens.

Herzliche Einladung an alle, die daran Freude haben. Bringen Sie gerne auch Freunde und Bekannte mit. Die Teilnahme ist kostenfrei und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ihre Johanniter

Die Johanniter, Regionalverband Westpfalz
Kaiserstr.53, 66955 Pirmasens
06331 21180
www.johanniter.de/westpfalz

JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Tag der Senioren 2026

Nachdem unser Seniorennachmittag auf dem Beckenhof aufgrund der sommerlichen Hitze leider abgesagt werden musste, freuten wir uns umso mehr über die gelungene Wiederholung im September. Bei bestem Wetter kamen so viele Seniorinnen und Senioren wie schon lange nicht mehr bei Tom Memmer zusammen. Bei leckerem Essen, kühlen Getränken und stimmungsvoller Unterhaltungsmusik konnten alle einen rundum gelungenen Nachmittag genießen. Was will man mehr!
In entspannter Atmosphäre bot sich zudem die Gelegenheit, mit der Stadtspitze ins Gespräch zu kommen und sich in geselliger Runde auszutauschen. Die positive Resonanz hat uns sehr gefreut und gezeigt, wie wertvoll solche Begegnungen sind.



Ein herzliches Dankeschön gilt unseren ehrenamtlichen Helfern vom Seniorenbeirat sowie den Auszubildenen unserer Verwaltung. Mit ihrem Einsatz und ihrer Unterstützung haben sie wesentlich zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen. Wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Jahr.

Team vom Seniorenbüro





Lauftreff 60+

Bewegung hält fit – gemeinsam macht es mehr Spaß



Werner **REGER**
Übungsleiter B-Lizenz

Info und Anmeldung
06331 - 95363

Sport in der Prävention

- **Herz-Kreislaufsystem**
- **Haltungs- und Bewegungssystem**

Citywalk

November - Dezember

Treffpunkt: Parkplatz Medicenter

Walking

Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr

November – Dezember

Treffpunkt: Sportplatz Spesbach (Flutlicht)



Einkauf – Fahr – Dienst Stadt Pirmasens und Vororte

November Tour:

1. Anmeldetag:	09.11.2026 von 9 Uhr bis 11 Uhr
1. Fahrt:	13.11.206 ab 13:30 Uhr
2. Anmeldetag:	23.11.2026 von 9 Uhr bis 11 Uhr
2. Fahrt:	27.11.2026 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.



Gemeindeschwesterplus

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

Der Reif



Der Reif ist ein geschickter Mann.
O seht doch, was er alles kann!
Er haucht nur in den Wald hinein.
Wie ist verzuckert schön und fein
Ein jeder Zweig und Busch und Strauch
Von seinem Hauch!

Wie schnell es ihm von Händen geht!
Kein Zuckerbäcker das versteht.
Und alles feine und silberrein.
Wie glänzt es doch im Sonnenschein!
Wär´ alles doch nur Zucker auch
Von seinem Hauch!

Doch nein, wir sind schon sehr erfreut.
Dass uns der Reif so Schönes beut.
O Winter, deinen Reif auch gib.
Uns ist auch Augenweide lieb.
Und ohne Duft und Frühlingshauch
Freu´ n wir uns auch.

AUGUST HEINRICH HOFFMANN VON FALLERSLEBEN
* 1798 † 1874

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

im November

p11

Aktionen

jeden Mittwoch von 10:00 - 12:00 Uhr:
Häkeln, Stricken ,Handarbeit im p11
jeden Donnerstag von 10:30 - 11:30 Uhr:
Sitzgymnastik im p11
Mittwoch, 04. November von 12:00 - 13:00 Uhr:
Mittagessen im p11, in Kooperation mit dem IB
(nur mit Anmeldung)
Donnerstag,12.November von 15:00 -16:30Uhr:
„Mein besonderes Kind" - Selbsthilfe Gruppe für Eltern mit autistischen Kindern

Samstag, 14. November von11:00-15:00 Uhr
Tour de Quartier

Mittwoch, 18.November von 12:00 - 13:00 Uhr:
Mittagessen im p11 in Kooperation mit dem IB (!Nur mit Voranmeldung!)
Donnerstag, 19.November von 14:30 – 16:00 Uhr:
Gedächtnistrainig für jeden der Lust hat
Donnerstag ,26.November von 14:30-16:00 Uhr:
Singen im p11
Montag,30.November ab 14:00 Uhr
Adventskranz basteln im p11
(bitte mit Anmeldung)

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

p11 Quartierstreff Winzler Viertel



Diakonie Pfalz

Seniorentreff

Informationen nicht nur für Senioren

11.11.2026

Erlebe einen virtuellen Herbstspaziergang durch das Dahner Felsenland mit Rosel Schneider, die uns zu verschiedenen Orten führt, darunter der Ehrenfriedhof in Dahn, das Winterkirchel bei Erfweiler und die „Dicke Eiche". Der Besuch des Jüdischen Friedhofs Busenberg bietet Einblicke in die bewegende Geschichte des historischen Landjudentums im Wasgau.

25.11.2026

Das Leben kann herausfordernde Situationen mit sich bringen, in denen die Haushaltsführung schwierig ist, etwa bei Alter oder Krankheit. Niemand muss jedoch alleine sein. Frau Saskia Benmerabet informiert in ihrem Vortrag, wie man professionelle Unterstützung für das Zuhause erhält und wie Pflege- oder Krankenkassen die Kosten übernehmen.

Zeit: 14:00 – 16:00 Uhr (2. und 4. Mittwoch/Monat)
Treffpunkt: Begegnungszentrum „Mittendrin"
Hauptstraße 80, 66953 Pirmasens
Telefon: 06331 – 6737643

Mittendrin

Diakonie
Haus der Diakonie

HOREB TREFF

Klosterstr. 9 - Pirmasens
Tel: 06331 – 27 40 20

Novemberabend



Es legen die Zeiten,
die Stille bereiten,
ein tröstendes Band
der schläfrigen Ruhe
hauchzart übers Land.
Pssst!



Es gleiten die Stunden
dem Tage entbunden,
ins Dunkel der Nacht,
von friedlichem Schweigen
umfangen so sacht.
Pssst!



Es ruhen die Bäume,
sie träumen die Träume
der wandelnden Zeit
im Atem des Winters
in Lautlosigkeit.
Pssst!

©Elke Bräunling

zum Vormerken

Am 14.11.2026 findet die diesjährige Tour de Quartier statt!

Bild: https://pixabay.com/de/users/pepperminting-633504/
https://pixabay.com/de/users/valiphotos-1720744/
https://pixabay.com/de/users/geralt-9301/

Zusammenhalt am Sommerwald

Quartierstreff · Unterer Sommerwaldweg 44 · 66953 Pirmasens

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

im UG der Gemeinde St. Elisabeth; Kath. Familienbildungsstätte

November 2026

Tour de Quartier

Samstag, 14. November

10:00-15:00 Uhr



Espresso Treff

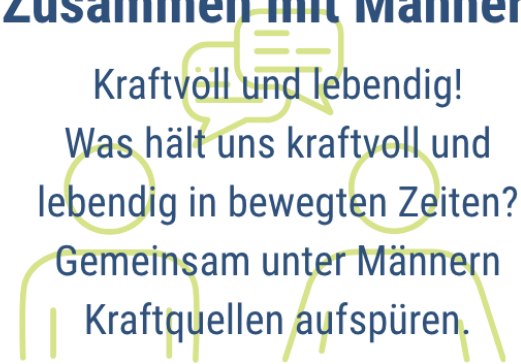
montags
12:00-14:00 Uhr
kostenloser Espresso

Zusammen Ma(s)chen



Kreativ sein mit Wolle, Nadeln, Farben...
donnerstags ab 10:30 Uhr
einfach vorbeikommen auch wenn die Ideen fehlen, hier gibt´s jede Menge Anregung!

Zusammen mit Männern



Kraftvoll und lebendig!
Was hält uns kraftvoll und lebendig in bewegten Zeiten?
Gemeinsam unter Männern Kraftquellen aufspüren.

freitags, 21.08.26, 18.09.26, 16.10.26, 20.11.26, 18.12.26, jeweils 09:30-11:00 Uhr
(Referent: Klaus Scheunig, kostenfreies Angebot, bitte anmelden!)

Zusammen Spielen

montags
14:30 Uhr-17:00 Uhr

Zusammen Mittagessen



Donnerstag 12:00-13:00 Uhr
1.11.20; 29.11.26
(bitte anmelden!)

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
8. Juli – 12. August – 9. September
14. Oktober – 11. November – 9. Dezember 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

Frauentragen im Advent

Das Frauentragen ist ein alter Brauch in der Adventszeit, den die Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens in diesem Jahr wieder aufleben lassen.



Der Advent steht im Zeichen des Weges und des Aufbruchs: Maria besucht ihre Verwandte Elisabeth, Maria und Josef sind unterwegs nach Betlehem, die Hirten suchen das Kind.

Gott und Mensch sind unterwegs zueinander.

Das Frauentragen selbst nimmt Bezug auf das Lukasevangelium: “denn in der Herberge war kein Platz für sie.” (Lk 2,7).

Wir laden ein, die “schwangere Maria” für einen Tag und eine Nacht zu beherbergen.

Mit Maria reist eine kleine Broschüre, die vielfältige Anregungen enthält, wie der Besuch gestaltet werden kann, mit Beten, Singen, Innehalten und mehr.

Einführung in das Brauchtum:
Freitag, 20.11.26, 09:30-11:00 Uhr

Wortgottesfeier zum Auftakt:
Montag, 30.11.26, 17:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Katholische Familienbildungsstätte &
Haus der Familie Pirmasens
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens

Telefon: 06331/2039715

Adventskonzert -

Drei Meilen noch bis Weihnacht

Shanty Chor Teddy Suhren Zweibrücken

Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft "Teddy Suhren" Zweibrücken lädt zu einem besonderen musikalischen Highlight in der Vorweihnachtszeit ein. Das Ensemble gastiert mit seinem stimmungsvollen Adventsprogramm in der Katholischen Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens.

Unter dem Titel "Drei Meilen noch bis Weihnacht" präsentiert der Chor ein vielseitiges Repertoire an Advents- und Weihnachtsliedern mit direktem Bezug zur Seefahrt.



Im Mittelpunkt der maritimen Klänge steht die tief empfundene Sehnsucht der Seeleute, das Weihnachtsfest in der fernen Heimat und im Kreise ihrer Liebsten zu verbringen.

Besucher*innen dürfen sich auf einen besinnlichen, aber auch schwungvollen Konzertnachmittag freuen, der die traditionelle Advents- und Weihnachtsstimmung mit dem rauen Charme des Meeres verbindet.

Sonntag, 29.11.26, 14:30 - 17:30 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung: E-Mail: info@fbs-pirmasens oder Telefon: 06331/2039715

Veranstaltungsort:

Katholische Familienbildungsstätte &
Haus der Familie Pirmasens
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens

Katholische Familienbildungsstätte &
Haus der Familie Pirmasens
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens

Kaffeehaus- Nachmittag für Frauen



Kaffee ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken.

Noch besser ist es, Kaffee und Kuchen im Kreise netter Frauen zu genießen. Gemeinsam zu plaudern, sich auszutauschen, Neues und Wissenswertes zu erfahren, neue Kontakte zu knüpfen. All das ist hier möglich.

Am 05. November steht der Kaffeehaus- Nachmittag unter dem Thema „Ich sammle Farben für den Winter".

Termine: Donnerstag, 05.11.26, 16:00 - 18:00 Uhr

Dozentin: Brigitte Maria Facco

Ort: Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens, Unterer Sommerwaldweg 44

Anmeldung: E-Mail: info@fbs-pirmasens.de oder
Telefon: 06331/2039715

Gebühr: 15,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Foto:Pixabay

Liebe, Brot und Rosen



Die Heilige Elisabeth - Die Patronin der Nächstenliebe

Das Gemeindezentrum, in dem die Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie seit 46 Jahren beheimatet ist, trägt den Namen der Heiligen Elisabeth, ebenso die Kirche, die sich darin befindet.

Elisabeth zählt zu den beliebtesten Heiligen Deutschlands.



Viele Menschen kennen die Legenden über die fürsorgliche Elisabeth von Thüringen. Doch ihr Leben verlief alles andere als märchenhaft.

Wir laden am Gedenktag der Heiligen in die Kirche St. Elisabeth ein und wollen ihr Leben beleuchten.

Im Anschluss genießen wir das Zusammensein bei einem leckeren Frauenfrühstück.

Dienstag, 17.11.26, 09:30-11:30 Uhr

Gebühr: 7,00 €

Anmeldung: E-Mail: info@fbs-pirmasens oder
Telefon: 06331/2039715

Veranstaltungsort:

Katholische Familienbildungsstätte &
Haus der Familie Pirmasens
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens



Stadtmission
Offener Cafétreff
jeden 3. Dienstag
ab 15 Uhr
Am 17. November 2026
An der Priesterwiese 26
66955 Pirmasens

Stammtisch 60plus

Wir treffen uns am **6. November 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 3. November 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

Rezept des Monats

Klassische Linsensuppe



Zutaten für 4 Portionen

200 g Berglinsen
1 L Gemüsebrühe oder Rinderbrühe
300 g Kartoffeln
1 Bd. Suppengrün
1 EL Butterschmalz
½ Bd. Petersilie
3 EL Weißweinessig , Pfeffer, Salz, Schnittlauch

Zubereitung

200 g Berglinsen / 1 Liter Gemüsebrühe oder Rinderbrühe
Linsen waschen, abtropfen lassen und 15 Minuten in der Brühe kochen.
300 g Kartoffeln / 1 Bd. Suppengrün
Währenddessen Kartoffeln und Suppengrün waschen, schälen und in sehr feine Würfel schneiden.
1 EL Butterschmalz
Butterschmalz in einem zweiten Topf erhitzen und Kartoffeln und Suppengrün darin andünsten. Brühe mit den Linsen über das Gemüse geben und nochmals 10 Minuten köcheln.
½ Bd. Petersilie / 3 EL Weißweinessig / Pfeffer / Salz / Schnittlauch
Petersiele waschen, trocknen schütteln, hacken und in die Suppe geben. Suppe mit Essig, Pfeffer und Salz abschmecken und nach Belieben mit Schnittlauch garnieren.

„Miteinander statt allein!“

ein Begegnungsprojekt gefördert von der Partnerschaft für Demokratie Pirmasens

Demokratie lebt davon, dass Menschen miteinander reden, zuhören und gemeinsam gestalten.

Wir möchten in den Quartierszentren eine Anlaufstelle für alle Menschen schaffen.

- Suchen Sie Gesellschaft oder jemanden zum Reden?
- Haben Sie Spaß an Handarbeit oder Gesellschaftsspielen?

Wir laden Sie herzlich ein vorbeizukommen und mit uns zu wirken.

Durch gemeinsame Erlebnisse und offene Gespräche wollen wir einander näherkommen und somit den sozialen Zusammenhalt und wertschätzendem Umgang mit Vielfalt stärken.

So entsteht Demokratie im Alltag: lebendig, kreativ und nahbar.

Herzliche Grüße

Vanessa Weisbrod
Koordinierungs- und Fachstelle
Partnerschaft für Demokratie Pirmasens

Für inhaltliche Aussagen und Meinungsäußerungen tragen die Publizierenden dieser Veröffentlichung die Verantwortung.

Gefördert vom
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend
im Rahmen des Bundesprogramms
Demokratie leben!



Alle sind willkommen!

Kommen Sie vorbei und knüpfen Sie Kontakte! Erleben Sie Gemeinschaft, gestalten Sie mit, für ein lebendiges Miteinander und eine starke Demokratie.

Materialien werden kostenlos bereitgestellt!

HOREB TREFF	Montags 15:30-17:00 Uhr
Mittendrin	Freitags 09:30-11:30 Uhr
p11 Quartierstreff im Winzler Viertel	Mittwochs 10:00-12:00 Uhr
Zusammenhalt Sommerwald	Donnerstags 10:00-12:00 Uhr

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!



GEDANKEN	■	■	■					■	**KARRIERE**
ZAUBER	■	■	■					■	**KESSEL**
TREUE	■	■						■	**MARKE**
KILO	■	■	■					■	**MASS**
ROHR	■							■	**KNABE**
ZAUN	■	■					■	■	**SPIEL**
KIESEL	■	■						■	**EICHE**
ENERGIE	■	■						■	**KREIS**
GUETE	■	■						■	**LACK**
KATZEN	■	■						■	**BEIN**
ZELT	■	■					■	■	**ARBEITER**
SPIELER	■	■						■	**WECHSEL**
BIRKEN	■								**TEIG**

Erstellt von: Josef Schäffer

Umlaute: ae; oe, ue

Lösungswort: _____

Brückenrätsel

Lösung Oktober - Heft

LEDER		J	A	C	K	E	N			TASCHE
FENSTER				L	A	D	E	N		DIEB
BURG		G	E	I	S	T	E	R		FAHRER
MUTTER			G	O	T	T	E	S		LOB
KOPF				B	A	L	L			SPIEL
ORGEL			K	O	N	Z	E	R	T	HALLE
SEMESTER		F	E	R	I	E	N			HAUS
WEIN				L	E	S	E			BUCH
GEWINN				A	N	T	E	I	L	SCHEIN
MISTEL				Z	W	E	I	G		STELLE
SPORT			P	L	A	T	Z			VERWEIS
WETTER			B	A	L	L	O	N		FAHRER
MEDIZIN		S	T	U	D	I	U	M		ZEIT

Lösungswort: ***KASTANIENWALD***

Sudoku

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

Lösung:
Oktober Heft

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

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.

Alzheimer-Selbsthilfegruppe im HOREB-Treff

ALZHEIMER GESELLSCHAFT RHEINLAND-PFALZ e.V.

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

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

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

Landkreis Südwestpfalz

Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

Aktuelle Notdienste Apotheke Monat November

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

Schiller-Apotheke, Bitscher Str. 3, 66955 Pirmasens **Tel.:** 06331/725788	von Di, 03.11.2026, 08:30 bis Mi, 04.11.2026, 08:30
easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens **Tel.:** 06331/1400539	von Do, 05.11.2026, 08:30 bis Fr, 06.11.2026, 08:30
Engel-Apotheke, Dr. Robert-Schelp-Platz 1, 66953 Pirmasens **Tel.:** 06331/75676	von Sa, 07.11.2026, 08:30 bis So, 08.11.2026, 08:30
Schiller-Apotheke, Bitscher Str. 3, 66955 Pirmasens **Tel.:** 06331/725788	von Sa, 14.11.2026, 08:30 bis So, 15.11.2026, 08:30
Weißhof-Apotheke, Winzler Str. 105, 66955 Pirmasens **Tel.:** 06331/76501	von Mi, 18.11.2026, 08:30 bis Do, 19.11.2026, 08:30
Engel-Apotheke, Dr. Robert-Schelp-Platz 1, 66953 Pirmasens **Tel.:** 06331/75676	von Mo, 23.11.2026, 08:30 bis Di, 24.11.2026, 08:30
easyApotheke Pirmasens, Zweibrücker Str. 230, 66954 Pirmasens **Tel.:** 06331/1400539	von Fr, 27.11.2026, 08:30 bis Sa, 28.11.2026, 08:30
Landgrafen-Apotheke OHG, Exerzierplatzstr. 9-11, 66953 Pirmasens **Tel.:** 06331/63329	von Mo, 30.11.2026, 08:30 bis Di, 01.12.2026, 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: seniorenbeiratps@web.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 ..



Wenn heute wieder dieser unverschämte Gerichtsvollzieher kommt, wirst du ihm hoffentlich die Zähne zeigen!
Lieber nicht, sonst nimmt er die auch noch mit.



Zwei Milchflaschen im Regal. Flötet die eine: Du, ich bin ganz frisch.
Tut mir leid, sagt die andere, ich bin sterilisiert.

NOTIZEN

