

Große Leistungsschau in der Verbandsgemeinde Göllheim an Pfingsten 2020



AMTLICHER TEIL



Aus der Verbandsgemeinde

'Sag's uns-Kanal' im DorfFunk startet in der VG Göllheim



Über die App DorfFunk kannst Du ab jetzt direkten Kontakt zur Verwaltung aufnehmen. Melde uns deinen Fall direkt in die Verwaltung.

So kommuniziert die Verwaltung zukünftig transparenter und direkter über DorfFunk mit Bürgerinnen und Bürgern vor Ort.



Jetzt DorfFunk
runterladen und
mitfunken!



Einladung zur 6. Sitzung des Verbandsgemeinderates

Am **Montag, den 27. Januar 2020, um 19:00 Uhr**, findet die öffentliche und nichtöffentliche 6. Sitzung des Verbandsgemeinderates in der Legislaturperiode 2019/2024 im Sitzungssaal des Rathauses der Verbandsgemeinde Göllheim, Freiherr-vom-Stein-Str. 1-3 in Göllheim statt.

Tagesordnung:

A. Öffentlicher Teil:

1. Einwohnerfragestunde
2. Renaturierung der Pfrimm in Dreisen;

- a) Auftragsvergabe für den Bau eines Wirtschaftsweges
 - b) Wiederherstellung der Durchgängigkeit der Pfrimm;
 - auftragsvergabe der Freianlagenplanung gem. HOAI, LPH 5 - 9
 3. Jugendarbeit in der Verbandsgemeinde Göllheim; Sachstandsbericht
 4. Betreuungsangebot an den Grundschulen der Verbandsgemeinde Göllheim; Sachstandsbericht
 5. Verlängerung der Vereinbarung Projekt Digitale-Dörfer mit der Verbandsgemeinde Eisenberg
 6. Mitteilungen und Anfragen
- B. Nichtöffentlicher Teil:**
7. Grundstücksangelegenheiten
 8. Personalangelegenheiten
 9. Mitteilungen und Anfragen
- Göllheim, 15. Januar 2020
Verbandsgemeindeverwaltung
gez. Steffen Antweiler
Bürgermeister



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

Impressum

Herausgeber: LINUS WITTICH Medien KG
Druck: Druckhaus WITTICH KG
Verlag: LINUS WITTICH Medien KG
Anschrift: 54343 Föhren, Europa-Allee 2
(Industriepark Region Trier, IRT)

**Verantwortlich:
amtlicher Teil:** Steffen Antweiler, Bürgermeister
Freiherr-vom-Stein-Straße 1-3,
67307 Göllheim, Tel. 06351/4909-0
Dietmar Kaupp, Verlagsleiter
Melina Franklin, Produktionsleiterin

**übriger Teil:
Anzeigen:**

Erscheinungsweise: wöchentlich
Zustellung: Kostenlose Zustellung an alle Haushalte, Einzelbezug über den Verlag

**Reklamationen
Zustellung:** Tel. 06502 9147-800
E-Mail: vertrieb@wittich-foehren.de

Für Anzeigenveröffentlichungen und Fremdbeilagen gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die zur Zeit gültige Anzeigenpreisliste. Für Textveröffentlichungen gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlages oder infolge höherer Gewalt, Unruhen, Störung des Arbeitsfriedens, bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.



Aus den Gemeinden



Bubenheim

Dorferneuerung Gemeinde Bubenheim - Aktiv für die Zukunft

Einladung zur Abschlussveranstaltung Dorfmoderation

Am Freitag, den 31. Januar 2020 findet die Abschlussveranstaltung zur Dorfmoderation in Bubenheim statt. Hierzu möchten wir Sie herzlich einladen! In den vergangenen Monaten haben wir im Rahmen unserer Dorfmoderation gemeinsam mit den Bürgerinnen und Bürgern eine Vielzahl von Ideen für die Weiterentwicklung von Bubenheim entwickelt! Bald soll mit der Planung und Umsetzung der ersten Projekte aus der umfangreichen Maßnahmenliste begonnen werden.

Die Bürgerbeteiligung in Bubenheim war ein voller Erfolg! Durch die hohe Mitwirkungsbereitschaft unserer Einwohner bei den Bürgerworkshops konnten eine Vielzahl von Ideen für eine nachhaltige Ortsentwicklung gesammelt werden. Die Ergebnisse des Beteiligungsprozesses wurden zusammengefasst und werden bei der Abschlussveranstaltung zur Dorfmoderation präsentiert.

Wir laden Sie daher ganz herzlich am

Freitag, 31. Januar 2020 um 19:00 Uhr in die Gemeindehalle ein!

Bei der Veranstaltung wird Frau Julia Kaiser vom beauftragten Planungsbüro „stadtgespräch“ aus Kaiserslautern die Ergebnisse der Dorfmoderation präsentieren und die weitere Vorgehensweise bei der Dorferneuerung vorstellen.

Ein weiterer Schwerpunkt der Veranstaltung liegt auf der Projektpriorisierung. Gemeinsam mit den Anwesenden wollen wir die Projekte ermitteln, die aus Bürgersicht am Wichtigsten für die Weiterentwicklung von Bubenheim sind. Eingeladen sind nicht nur Arbeitsgruppenmitglieder, sondern alle interessierten Bürgerinnen und Bürger!

Kommen Sie und nutzen Sie die Chance, sich aktiv an der Weiterentwicklung unserer Gemeinde zu beteiligen!



Dreisen

Sprechstunde Ortsgemeinde Dreisen

Immer montags, 18.30 - 19.30 Uhr, Rathaus Dreisen.

Kindergartenzweckverband Dreisen

Stellenausschreibung

In der Kindertagesstätte „Tausendfüßler“ des Kindergartenzweckverbandes Dreisen, Schulstr. 2 in Dreisen ist ab sofort die Teilzeitstelle einer **pädagogischen Fachkraft (m/w/d)**

mit einer wöchentlichen Arbeitszeit von **25,00 Std.** befristet bis voraussichtlich **24.07.2020** zu besetzen.

Wir suchen eine/n Mitarbeiter/in

- mit abgeschlossener Ausbildung
- mit Freude an elementarpädagogischer Arbeit
- Umsetzung der rheinland-pfälzischen Bildungs- und Erziehungsempfehlungen
- Teamfähigkeit sowie Flexibilität in der Dienstplangestaltung
- Kreativität, eigene Ideen und Engagement
- Zuverlässigkeit und Kooperationsbereitschaft mit Kollegen, Träger und Eltern

Wir bieten

- Kompetente Anleitung in der Einarbeitung
- Weiterentwicklung persönlicher Kompetenzen
- Arbeiten in einem freundlichen, offenen und kreativen Umfeld
- Planung, Dokumentation und Reflexion kindlicher Bildungsprozesse im Mittelpunkt unserer pädagogischen Arbeit
- Eine verantwortungsvolle Tätigkeit mit vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten
- Gute Zusammenarbeit mit Träger, Eltern und Team
- Bezahlung nach TVöD sowie die üblichen Sozialleistungen des öffentlichen Dienstes

Das Kitateam würde sich über die Verstärkung des Kollegiums sehr freuen.

Senden Sie bitte Ihre Bewerbung mit aussagekräftigen Unterlagen (Lebenslauf, Zeugnisse, sonstige Qualifikationen) **bis 31.01.2020** in elektronischer Form an die E-Mail-Adresse bewerbungen@vg-goellheim.de oder schriftlich an die Verbandsgemeindeverwaltung, Fachbereich 1/ Organisation, z. Hd. Frau Glas, Freiherr-vom-Stein-Str. 1 - 3, 67307 Göllheim.

Ihre Bewerbung wird nach den Vorschriften des Landesdatenschutzgesetzes behandelt und nach Abschluss des Auswahlverfahrens vernichtet.

Für Rückfragen stehen Ihnen

Frau Stabel, Tel. 06351/4909-13, E-Mail stabel@vg-goellheim.de oder

Frau Glas, Tel. 06351/4909-11, E-Mail glas@vg-goellheim.de gerne

zur Verfügung.



Eiselthum

Einladung - 1. Sitzung des Ausschusses für Umwelt, Landwirtschaft und Bauen (25.01.2020)

Am **Samstag, den 25. Januar 2020, um 10:00 Uhr**, findet die öffentliche 1. Sitzung des Ausschusses für Umwelt, Landwirtschaft und Bauen in der Legislaturperiode 2019/2024 im Sitzungszimmer im Haus der Vereine, Hauptstr. 27 in Eiselthum statt.

Tagesordnung:

Öffentliche Sitzung:

1. Verpflichtung der Ausschussmitglieder
2. Beratung über den Ausbau des Wirtschaftsweges „An der Kelterberghohl“
3. Erneuerung der Entwässerungsrinne Wetzelsstraße

Eiselthum, 20. Januar 2020

gez. Simone Rühl-Pfeiffer



Göllheim

Große Leistungsschau in der Verbandsgemeinde Göllheim an Pfingsten 2020

Am **Pfingstwochenende, dem 30. und 31. Mai** findet im Göllheimer Schul- und Sportzentrum die Leistungsschau der Verbandsgemeinde Göllheim statt. Bereits zum neunten Mal wird im vierjährigen Rhythmus im Rahmen der kommunalen Wirtschaftsförderung die Leistungsschau unter dem Motto „sehen, erleben, dabei sein“ durchgeführt. Es stehen Ausstellungsflächen von 1.500 m² im Außenbereich und nochmals 1.300 m² in zwei Hallen zur Verfügung.

Handel, Handwerk, Industrie, Gastronomie und zahlreiche Dienstleister präsentieren ihre Leistungskraft bei der Messe- und Gewerbe-schau und unterstreichen einmal mehr die Bedeutung unserer Region als Wirtschaftsstandort. Das Organisationsteam hat bereits mit den Vorbereitungen begonnen und sich insbesondere Gedanken über das Motto sowie die Gestaltung des Rahmenprogramms gemacht. Gewerbeausstellung und ein eingebettetes, attraktives Rahmenprogramm mit Informationen und Unterhaltung für die ganze Familie hat sich bewährt und wird auch 2020 kontinuierlich ausgebaut werden. Als besonderes Highlight wird die Artistengruppe „Geschwister Weisheit®“ aus Gotha auftreten. Dreizehn Artisten aus drei Generationen zeigen Hochseilartistik mit Fahrrädern, Einrädern und Pyramiden. An beiden Tagen werden drei Auftritte mit jeweils unterschiedlichen Programmpunkten „International prämierte Hochseilshow und Hochmast-Motorradsensationsshow“ stattfinden - dies bei freiem Eintritt.

Für samstagsabends ist es gelungen, den bekannten Kabarettisten und früheren Kirchenmusiker „Detlev Schönauer“ zu engagieren; auch bekannt unter dem Namen „Jacques' Bistro“. Dieser wird den Abschluss des ersten Ausstellungsabends kabarettistisch begleiten.

Erfreulicherweise zeigt die Zahl der bereits vorliegenden Anmeldungen von Firmen und Dienstleistern ein reges Interesse an der Messeveranstaltung. Alle Unternehmen aus der Region haben die Möglichkeit, ihre Erzeugnisse und Dienstleistungen anzubieten. Sichern Sie sich Ihren Platz auf der Messe 2020; die Standgebühr beträgt 10,00 € pro m² in der Halle und 5,00 € pro m² im Außenbereich. Über Einzelheiten zur Leistungsschau können Sie sich bei der Verbandsgemeindeverwaltung Göllheim, Freiherr-vom-Stein-Straße 1 - 3, Herrn Peter (Tel. 06351/4909-10) oder Frau Baumgärtner (Tel. 06351/4909-18) informieren. Auch unter www.vg-goellheim.de, Link „Leistungsschau“ finden Sie weitere Informationen sowie ein Anmeldeformular. Sie können uns auch gerne eine Email zukommen lassen unter: info@vg-goellheim.de

Freuen Sie sich auf zwei interessante und unterhaltsame Tage in unserer Verbandsgemeinde.



Lautersheim

Einladung - 5. Sitzung des Gemeinderates der Ortsgemeinde Lautersheim (30.01.2020)

Am **Donnerstag, den 30. Januar 2020, um 19:30 Uhr**, findet die öffentliche und nichtöffentliche 5. Sitzung des Gemeinderates der Ortsgemeinde Lautersheim in der Legislaturperiode 2019/2024 in der Gemeindehalle, Neun Morgen 1 in Lautersheim statt.

Tagesordnung:

A. Öffentlicher Teil:

1. Einwohnerfragestunde
2. Bebauungsplan „In den Bohngärten, 2. Bauabschnitt - Änderung I“
 - a) Abwägung der Beteiligung der Öffentlichkeit durch Auslegung gemäß § 3 Abs. 2 BauGB
 - b) Abwägung der Beteiligung der Behörden und sonstigen Träger öffentlicher Belange gemäß § 4 Abs. 2 BauGB
 - c) Satzungsbeschluss
3. Beschluss der Hauptsatzung
Beschluss einer Geschäftsordnung
4. Zustimmung zur Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
5. Informationen des Ortsbürgermeisters

B. Nichtöffentlicher Teil:

6. Bauangelegenheiten
7. Informationen des Ortsbürgermeisters

Lautersheim, 20. Januar 2020

gez. Thomas Mattern

Ortsbürgermeister

Informationsveranstaltung zur Dorferneuerung am 23.01.2020

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
im Anschluss an die Dorfmoderation hat das Planungsbüro „Stadtgespräch“ in Zusammenarbeit mit dem Gemeinderat 2019 ein Dorferneuerungskonzept entwickelt. In diesem Konzept sind verschiedene Maßnahmen aufgeführt, die in den kommenden 8 Jahren im Rahmen der Dorferneuerung umgesetzt werden können. Bei der Umsetzung der Maßnahmen möchten wir gerne die Lautersheimer mit einbeziehen. Das Konzept und die Maßnahmen möchten wir interessierten Bürgerinnen und Bürgern am Donnerstag, den 23.01. um 19.30 Uhr in der Gemeindehalle vorstellen. Desweiteren werden bei Interesse auch noch einmal die Fördermöglichkeiten der Dorferneuerung für private Hausbesitzer erläutert. Wir freuen uns auf Ihr Interesse.

Thomas Mattern
Ortsbürgermeister



Weikersweiler

Einladung zum Neujahrsempfang 2020

An alle Mitbürgerinnen und Mitbürger, an die Vertreter der Vereine und Gruppierungen der Gemeinde Weikersweiler.

Gönnen sie sich einen interessanten Nachmittag und zeigen Sie **ihr Interesse an ihrer Gemeinde.**

Am Sonntag den **26.01.2020 um 15.00 Uhr** findet im Büt der alljährliche Neujahrsempfang statt.

Besonders willkommen sind die Neubürger unserer Gemeinde, denen hierbei die Möglichkeit geboten wird, die Mitbürgerinnen und Mitbürger sowie Vertreter von Vereinen, Gruppierungen und Kirche besser kennenzulernen.

Hierzu möchten wir Euch alle recht herzlich einladen.

Auf Ihr Kommen freuen sich, der Gemeinderat und

Ihr Ortsbürgermeister

Thomas Busch



Zellertal

4. Sitzung des Gemeinderates der Ortsgemeinde Zellertal

Am **Dienstag, den 28. Januar 2020, um 19:30 Uhr**, findet die öffentliche und nichtöffentliche 4. Sitzung des Gemeinderates der Ortsgemeinde Zellertal in der Legislaturperiode 2019/2024 im Dorfgemeinschaftshaus, Zeller Weg 1 in Niefernheim statt.

Tagesordnung:

A. Öffentlicher Teil:

1. Einwohnerfragestunde
2. Bebauungsplan „Am Osterberg, 1. Teiländerung“
 - a) Abwägung der Beteiligung der Öffentlichkeit gemäß § 3 Abs. 1 BauGB
 - b) Abwägung der Beteiligung der Behörden und sonstigen Träger öffentlicher Belange gemäß § 4 Abs. 1 BauGB
 - c) Planannahme
 - d) Fortführung des Verfahrens
 - e) Zustimmung zum Abschluss eines 1. Änderungsvertrages zum städtebaulichen Vertrag
3. Zustimmung zur Neubildung und Abgrenzung der Forstreviere zum 01.01.2022
4. Zustimmung zur Annahme von Spenden gem. § 94 Abs. 3 GemO
5. Forstangelegenheiten
6. Informationen des Ortsbürgermeisters

B. Nichtöffentlicher Teil:

7. Grundstücksangelegenheiten
8. Bauangelegenheiten
9. Kindergartenangelegenheiten
10. Informationen des Ortsbürgermeisters

Zellertal, 20. Januar 2020

gez. Christian Lauer

Ortsbürgermeister

NICHTAMTLICHER TEIL

Schulen und Bildungsstätten

KVHS Außenstelle Göllheim

1. Halbjahr 2020

Das Programm für das 1. Halbjahr 2020 ist bereits online und das neue Programmheft ist bei der Verbandsgemeindeverwaltung in Göllheim erhältlich.

Für die folgenden beiden Kurstermine Ende Januar gibt es noch freie Plätze:

20/1 34001 G Vortrag: Heilfasten - die sanfte Reinigung

Dozentin: Inga Benz, Klassische Homöopathin SHZ, Heilpraktikerin
Schon seit Hunderten von Jahren wird das Fasten praktiziert und gilt als eine natürliche Form menschlichen Daseins. Viele Ärzte und Heiler sahen das Fasten als notwendigen Bestandteil von Genesung und Erhaltung der Gesundheit. In der heutigen Zeit wird an dieses alte Wissen wieder erinnert und es wird immer mehr angewandt. Durch die sanfte Reinigung wirkt sich das Fasten ganzheitlich positiv auf jede einzelne Körperzelle, die Seele und den Geist aus. Es macht nicht nur den Körper kräftiger und widerstandsfähiger, sondern verleiht den Gedanken Klarheit, stabilisiert das Gemüt, fördert Ruhe und Gelassenheit. Dieser Abend dient der Einführung in die einfache Form des selbständigen Fastens nach Dr. Buchinger.

1 Termin am Montag, 27.01.20, Göllheim, Bürgertreff Haus Müller, Hauptstraße 351

ab 11 Pers: 7,00 EUR

8 - 10 Pers: 9,00 EUR

5 - 7 Pers: 12,00 EUR

Maximal 12 Teilnehmer

Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte

Mit wohltuenden Bewegungs- und Achtsamkeits- und Meditationsübungen lernen Sie im Kurs verschiedene Möglichkeiten zur Verbesserung der Beweglichkeit, Entspannungsfähigkeit und des Umgangs mit Stress kennen. Sie lernen die Grundprinzipien und Körperübungen und -haltungen (Asanas) des Hatha-Yoga kennen und erfahren, wie Sie durch die sanft angeleiteten Entspannungs-, Dehnungs- und Konzentrationsübungen zu mehr Gelassenheit finden und neue Kraft schöpfen können. Hatha-Yoga ermöglicht es, Körper, Geist und Seele in ihrer Ganzheit zu

erleben. Die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers und die Verbindung mit dem Atem eröffnet ein bewusstes Ankommen im Körper, bei seinen Möglichkeiten und Grenzen. Damit werden die eigenen Gesundheitskompetenzen und Ressourcen gestärkt und erweitert, die für die Regeneration und Erholung und für die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-)Alltags eingesetzt werden können. Empfehlenswert ist es, ab ca. 3 Std. vor dem Kurs nichts oder nur leichte Kost zu essen. Bitte bequeme Kleidung, Matte und/oder eine Decke und ggf. Kissen mitbringen.

Dozentin: Anilka Dilg-Eicher

Kurs 20-231003 G: Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte - vormittags -

8 Termine: ab Mittwoch, 05.02.2020 08:00 Uhr - 09:30 Uhr

Maximal 8 Teilnehmer

Göllheim, Haus Müller/ Bürgertreff, Hauptstraße 35

20-131011G - Yin Yoga

Yin Yoga ist ein ruhiger, regenerativer Yogastil, der zur Entspannung von Körper und Geist beitragen soll. Ziel ist es, Verspannungen, Verklebungen und Blockaden in der Tiefenmuskulatur und im Faszienewebe zu lösen und die Energie im Körper, das Chi, wieder zum Fließen zu bringen. Yin und Yang sind die Symbole der Dualität der Welt: Yang ist die schaffende, aktive, dynamische, männliche Kraft und Yin ist die passive, weibliche, erdende und sanfte Natur. Beides gehört zusammen. Unser von Hektik und Stress geprägter Alltag ist oft sehr Yang-lastig, so dass ein Ausgleich fehlt. Yin Yoga kann das persönliche Yin und Yang wieder ausgleichen. Im Yin Yoga werden die Asanas besonders lang, manchmal bis zu 10 Minuten, mindestens aber 3 Minuten gehalten, so dass Tiefenmuskulatur und Faszienewebe erreicht werden. Die Meridiane werden aktiviert und gereinigt. Das Nervensystem wird beruhigt, innere Ruhe und Achtsamkeit gefördert. Yin Yoga wirkt stressreduzierend auf körperlicher, emotionaler und mentaler Ebene.

Bitte bequeme, warme Kleidung, eine Matte, eine Decke und ggf. ein kleines Kissen mitbringen.

Dozentin: Anilka Dilg-Eicher

1 Termin am Freitag, 20.03.2020

Kurs 1: 20/131012 G von 17:00 - 18:30 Uhr

Göllheim, Haus Müller/ Bürgertreff, Hauptstraße 3

8 - 10 Pers: 9,00 EUR

5 - 7 Pers: 12,00 EUR

Maximal 8 Teilnehmer

20-115001G Babys in Bewegung - mit allen Sinnen 4. - 6. Lebensmonat plus 1 Elternteil**plus 1 Elternteil**

Dozentin: Annika Enders

Babys erobern sich über Bewegung und Sinneswahrnehmungen die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernfähig. Über Sinnes- und Bewegungsanregungen wird sowohl die psychosoziale als auch die geistige Entwicklung des Babys gefördert.

Ziel des Kurses ist es, die Babys individuell in den einzelnen Entwicklungsphasen zu begleiten und sie so zu unterstützen.

Bei „Babys in Bewegung“ sind Sie richtig, wenn:

- Sie sich und Ihrem Baby gemeinsame Zeit schenken wollen
- Sie sich gerne mit anderen Müttern und Vätern austauschen wollen
- Sie die natürliche Freude am Spiel und an der Bewegung fördern möchten, ohne Druck
- Sie neue Kontakte knüpfen und viel Spaß haben wollen

„Babys in Bewegung“ ist ein Programm für Babys im Alter von drei bis 10 Monaten.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen und das Geburtsdatum Ihres Kindes an.

Maximal 10 Teilnehmer

4 Termine ab Mittwoch, 18.03. - 08.04.2020 von 09.30 - 11.00 Uhr

Göllheim, kleine Sporthalle, Gymnastikraum, Carl-Diem-Weg 1

20-115002G Babys in Bewegung - mit allen Sinnen 7. - 8. Lebensmonat plus 1 Elternteil**plus 1 Elternteil**

Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen und das Geburtsdatum Ihres Kindes an.

Maximal 10 Teilnehmer

4 Termine ab Mittwoch, 22.04. - 13.05.2020 von 09.30 - 11.00 Uhr

Göllheim, kleine Sporthalle, Gymnastikraum, Carl-Diem-Weg 1

20-134002G Naturheilkunde und Homöopathie bei Kindern

Kinder - natürlich gesund & glücklich!

Der Wunsch aller Eltern ist, dass ihr Kind gesund und glücklich ist. Doch wenn nicht, was tun?

Es gibt Möglichkeiten, den Organismus des Kindes so zu stärken, dass er eine Erkrankung gut bewältigt und seine gesunde Widerstandskraft wieder erlangen kann. Hier kann die Klassische Homöopathie helfen.

Auch bei so heiklen Schwierigkeiten wie Bettnässen, Stottern, Unruhe, Konzentrationsmangel in der Schule, Einschlafstörungen, zu großer Schüchternheit oder anderen Verhaltensauffälligkeiten kann die klassische Homöopathie, bei richtiger Anwendung, hervorragende Dienste leisten: sanft und nachhaltig.

An diesem Abend lernen Sie anhand von Beispielen die Möglichkeiten homöopathischer Behandlung kennen. Sie bekommen Einblick in die Vorgehensweise bei dieser Methode. Es werden auch natürliche Heilmittel und Hausmittel für die Behandlung einfacher Erkrankungen im Kindesalter vorgestellt.

Dozentin: Inga Benz

Maximal 12 Teilnehmer

1 Termin: Montag, 06.04.2020 von 19:30 - 21:00 Uhr

Göllheim, Haus Müller/ Bürgertreff, Hauptstraße 35

Alle weiteren Informationen zu den Kursen und die Anmeldeformulare zu den gesamten Kursangeboten der KVHS Donnersbergkreis und allen Außenstellen finden Sie online:

www.kvhs-donnersbergkreis.de

Zellertal-Schule

Anmeldung noch nicht schulpflichtiger Kinder für das Schuljahr 2020/2021

Die Aufnahme an der Zellertal-Schule findet am **12. und 14. Februar 2020** statt. Für die Terminvergabe **melden Sie sich bitte vorher telefonisch** in unserem Sekretariat: Tel. 06355 / 953930.

Es können die Kinder angemeldet werden, die ab dem 01.09.2020 sechs Jahre alt werden, wenn sie über die für den Schulbesuch erforderliche geistige Reife und körperliche Entwicklung verfügen. Die Entscheidung über die Schulaufnahme trifft die Schulleiterin in Absprache mit der Schulärztin.

Bei der Anmeldung – bitte in Begleitung Ihres Kindes – sind die Geburtsurkunde oder das Familienstammbuch und eine Bescheinigung über den Kindergartenbesuch sowie ein Entwicklungsbericht der Kindertagesstätte vorzulegen.

Vielen Dank für Ihre Mühe.

Mit freundlichen Grüßen

gez. Dorothea Probst

Schulleiterin

IGS Eisenberg

Anmeldetermine 2020/2021 für Klassenstufen 5 und 11 Klassenstufe 5

Samstag, 01.02.20: von 09.00 - 12.00 Uhr

Montag, 03.02.20: von 09.00 - 12.00 Uhr

Dienstag, 04.02.20: von 09.00 - 12.00 Uhr & 16.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch, 05.02.20: von 09.00 - 12.00 Uhr

Die Anmeldegespräche mit **Ihnen und Ihrem Kind** finden im **Gebäude 1** in der **Martin-Luther-Straße 12** statt!

Mitzubringen sind:

- Halbjahreszeugnis der 4. Klasse Grundschule (Original und Kopie)
- Geburtsurkunde (Original und Kopie)
- Anmeldeformular des Empfehlungsschreibens der Grundschule
- Lichtbild für den Schülerfahrausweis (bei Bedarf)

Jahrgangsstufe 11 (Gymnasiale Oberstufe)

Montag, 03.02.20 bis Freitag, 14.02.20

Die Anmeldegespräche finden im **Gebäude 2** in der **Friedrich-Ebert-Straße 19** statt.

Bitte vereinbaren Sie vorab telefonisch einen Termin (0 63 51 / 126 04 - 0).

Mitzubringen sind:

- Halbjahreszeugnis der 10. Klasse (Original und Kopie)
- Original der Übergangsberechtigung zur Oberstufe
- Jahreszeugnisse der 7. und 9. Klasse (Original und Kopie)
- Geburtsurkunde oder Personalausweis (Original und Kopie)
- Lichtbild neueren Datums
- Schriftliche Einverständniserklärung der Eltern für Schüler ohne Begleitung der Eltern

Die Anmeldeunterlagen liegen auf unserer Homepage im Download-Bereich für Sie bereit.

Bereitschaftsdienste

Ärztlicher Notfalldienst

Region Eisenberg - Ramsen - Kerzenheim - Ebertsheim - Steinborn - Steinackersiedlung - Rodenbach - Quirnheim - Lautersheim.

Notdienstzeiten: Mittwoch, von 13.00 Uhr bis Donnerstag, 7.00 Uhr, am

Wochenende von Freitag, 19.00 Uhr bis Montag, 7.00 Uhr.

Ärztliche Notfalldienstzentrale, Westring 32Tel. 06359/19292

Ärzte-Dienst Rockenhausen zu erfragen über den Anrufbeantworter des Hausarztes.

Tierheim Worms Notfall-Tel.: 0177-9585350 v. 8:00 - 17:15 Uhr

Zahnärztlicher Notfalldienst

Die Dienst habende Praxis wird unter der Telefonnummer 06305/7150414 bekannt gegeben.

Ärztlicher Notfalldienst

Der ärztliche Notfalldienst der niedergelassenen Ärzte im Dienstgebiet für Kirchheimbolanden, Göllheim und Zellertal wird durchgeführt von der Notfalldienstzentrale Kirchheimbolanden, Dannenfeser Straße 36, 67292 Kirchheimbolanden, Tel. 06352/19292.

Die Notfalldienstzentrale Kirchheimbolanden erreichen Sie am Westpfalzkrankenhaus Kirchheimbolanden (Wegweiser Notfälle).

Notfalldienstzeiten:

Mittwoch von 13.00 Uhr bis Donnerstag 07.00 Uhr

Freitag von 18.00 Uhr bis Montag 07.00 Uhr und an den Feiertagen.

Notfalldienstzentrale Grünstadt erreichen Sie am Kreiskrankenhaus Grünstadt.

Notfalldienstzeiten:

Mittwoch von 13.00 Uhr bis Donnerstag 07.00 Uhr

Freitag von 18.00 Uhr bis Montag, 07.00 Uhr und an den Feiertagen.

Bereitschaftsdienst

der Verbandsgemeindewerke Göllheim

Bei Störungen in der Wasserversorgung und der Abwasserbeseitigung sind die Verbandsgemeindewerke auch außerhalb der üblichen Dienststunden unter der Telefonnummer 0173/6767540 erreichbar.

Die Beseitigung von Unregelmäßigkeiten innerhalb der Hausinstallation ist vom Hauseigentümer selbst zu veranlassen.

Telefonseelsorge

Ein Beratungsangebot für Menschen in Krisen- und Belastungssituationen

.....Tel.: 0800-1110 111 und 0800-1110 222

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Unter www.telefonseelsorge.de Beratung auch im Internet.

Ökumenische Sozialstation Donnersberg-Ost e.V.

(Ambulante Hilfe Zentrum)

Ambulante Alten- und Krankenpflegestation für die Verbandsgemeinden Eisenberg, Göllheim und Kirchheimbolanden, 67292 Kirchheimbolanden, Dannenfeser Str. 40 b, Tel.: 06352/705970 jederzeit erreichbar.

Tagesbetreuung für Menschen mit Demenz**„Haus Vergissmeinnicht“**

Bahnhofstraße 14, Kirchheimbolanden

Information und Anmeldung: Ökumenische Sozialstation Donnersberg Ost e.V.Telefon: 06352/705970

Pflegestützpunkt Donnersbergkreis-Ost

Beratung und Hilfe rund um die Themen Alter, Pflege, Gesundheit und Soziales - kostenlos, trägerneutral und vertraulich.

Persönliche Beratung zu Hause oder im Pflegestützpunkt:

Vorstadt 1, 67292 Kirchheimbolanden

Marita Bohn 06352/7190619

Katja Scheid 06352/7190618

Ambulanter Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Donnersbergkreis

Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen sowie ihrer Angehörigen.

Ökum. Sozialstation, Dannenfeser Str. 40b, 67292 Kirchheimbolanden

Ansprechpartnerin:

Ingrid Horsch Tel. 06352/7059 714

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Mobile

Unterstützung und Begleitung von Familien mit einem lebensverkürzend erkrankten Kind oder Jugendlichen

..... Tel.: 06131/235531

E-Mail: Kinderhospiz@mainzer-hospiz.de

VdK-Kreisverband Kirchheimbolanden

Vorstadt 44, 67292 Kirchheimbolanden Tel. 06352/7505610

..... Fax: 06352/75056129

E-Mail: kv-donnensberg@vdk.de

Internet: www.vdk.de/kv-donnensberg

VdK- Ortsverband Göllheim

Ansprechpartner: Reginald Schirmbrand Tel. 0176/66905383

Betreuungsverein Kirchheimbolanden e.V.

Beratungsstelle (vertraulich u. kostenlos) für ehrenamtliche Betreuer/innen von Menschen mit geistig/psychischen oder altersbedingten Einschränkungen, sowie Bevollmächtigten einer Vorsorgevollmacht. Bei Beratungswunsch bitte Termin vereinbaren.

Dannenfeser Str. 40b, 67292 Kirchheimbolanden

..... Tel: 06352/67149

E-Mail: info@btvkibo.de, homepage: www.btvkibo

Allgemeiner Sozialer Dienst

Die offene Sprechstunde des Allgemeinen Sozialen Dienstes findet jeden Mittwoch von 10:00 - 12:00 Uhr in der Verbandsgemeinde Göllheim, Zimmer 1.8 statt. Eine vorherige Terminvereinbarung ist nicht notwendig.

Kirchliche Nachrichten

Protestantische Kirchengemeinde Zellertal

Gottesdienst

Ev. Gemeindehaus in Harxheim

Sonntag, 26. Januar 2020 um 10:30 Uhr

Stadtmission Kirchheimbolanden

Kirchheimbolanden, Schillerstraße 29

Wir laden herzlich ein:

Donnerstag, 23. Januar: 9:30 Uhr Krabbeltreff; Hauskreis bei Fam. Schindler;

Freitag, 24. Januar: 16 Uhr Kindertreff;

Montag, 27. Januar: 19:30 Uhr Hauskreis Feß;

Dienstag, 28. Januar, 18 Uhr Bibelstunde Dreisen; 19:30 Uhr Bibelstunde Harxheim;

Donnerstag, 30. Januar: 9:30 Uhr Krabbeltreff, 20 Uhr Hauskreis bei N. Knobloch;

weitere Informationen: www.stadtmission-kirchheimbolanden.de

Dornbusch-Gemeinde Göllheim

Evangelische Freikirche

Gemeinde am Marktplatz 6

67307 Göllheim

Gottesdienst:

Sonntag 10:30 Uhr

mit Kinderbetreuung

Bibelschule:

Jeden Mittwoch um 10:00 Uhr

Wir laden sie recht herzlich ein

und freuen uns auf ihren Besuch

Auskunft über:

Karl-Friedrich u. Karin Heinz, Göllheim

Tel. 06351-45514

Mail: dornbusch@dbg-goellheim.de,

www.Dornbusch-Gemeinde-Goellheim.de

Gottesdiensttermine

Sonntag, 26.01.2020

10:30 Uhr Gottesdienst und Kindergottesdienst

Montag, 27.01.2020

20:00 Uhr Hauskreis, wechselnde Orte, Infos 06351-3982423

20:00 Uhr Frauenhauskreis Ziegelhütte

Mittwoch, 29. 01.2020

20.15 Uhr Überkonfessionelles Gebet auf der Ziegelhütte

Donnerstag, 30.01.2020

09:00 Uhr Frauenhauskreis

19:30 Uhr Jugendkreis

Protestantische Kirchengemeinde Göllheim

Gottesdienste der Prot. Kirchengemeinde Göllheim

Haus Antonius:

Mittwoch, 22.01.2020, 10.00 Uhr - Andacht (Pfarrer Wolf-Peter Feucht)

Protestantische Kirche:

Samstag, 25.01.2020, 17.00 Uhr - Musikalischer Abendgottesdienst

(Pfarrer Peter Rummer mit Chorformation des Ökumenischen Frauentreffs)

Kindergottesdienst:

Sonntag, 26.01.2020, 10.00 Uhr Kindergottesdienst 14tägig (Gudrun Reller mit Helfer-Team)

Veranstaltungen der Prot. Kirchengemeinde Göllheim

Präparandenunterricht:

Gruppe I (Doppelstunde) - 14tägig dienstags - nächster Termin:

18.02.2020 (nach dem Konfirmandenseminar), 17.00 Uhr, im Prot. Gemeindehaus in Göllheim.

Gruppe II (Blockunterricht) - mtl. samstags - nächster Termin: 1.02.20,

9.30 Uhr bis 13.20 Uhr im Kirchenraum des Dorfgemeinschaftshauses in

Rüssingen (auch für die Göllheimer)!

Konfirmandenunterricht:

Gruppe I (Doppelstunde) - 14tägig dienstags - nächster Termin:

28.01.20, 17.00 Uhr, im Prot. Gemeindehaus in **Göllheim** (gilt auch für die Rüssinger bzw. Ottersheimer).

Gruppe II (Blockunterricht) - mtl. samstags - nächster Termin: Konfirmandenseminar vom 5.02. -7.02.2020 im Landschulheim der Stadt

Frankenthal.

Auskunft zum kirchlichen Unterricht über Gemeinédiakon Thomas

Klein, Bolanden: 06352/1375 oder das Pfarramt in Göllheim: 06351/5034.

Ev. Frauenkreis(14-tägig):

Donnerstag, 23.01.20, 19.00 Uhr - offener Treff am Abend im Prot. Ge-

meindehaus. Auskunft zur Arbeit des Ev. Frauenkreis über Frau Saas,

Göllheim, Tel.: 06351/8454.

Kirchenchor:

Dienstag, 28.01.2020, um 19.30 Uhr im Prot. Gemeindehaus in Göll-

heim. Auskunft über Ninette Mayer, Marnheim, Tel.: 06352/2420.

Chor „Spirit in Motion“:

Nächste Probe am Freitag, 24.01.2010, um 20.00 Uhr im Prot. Ge-

meindehaus in Göllheim. Auskunft über Frau Claudia Dhom, Tel.:

06351/399899.

Der Jugendchor „Spirit Juniors“ probt ebenfalls am Freitag,

24.01.2020, von 18.30 Uhr bis 19.45 Uhr. Bitte zur Sicherheit Auskunft

zum Jugendchor über Simone Schatto, Tel. 06355/954393, einholen!

Ev. Krankenpflegeverein: Auskünfte zum Krankenpflegeverein über Herrn

Jürgen Jooß, Tel.: 06351/42848 oder Marianne Ruhl, Tel.: 06351/6387.

Hinweise:

Die Trauerkasualien der Pfarrei Göllheim im Januar 2020 übernimmt

weiterhin Pfarrer Wolf-Peter Feucht. Sein Mobiltelefonanschluss lautet:

0176 749 883 56.

Mittwoch, 22.01.2020, 19.30 Uhr treffen des Elternausschusses der A-

S-Kindertagesstätte in der Einrichtung.

Montag, 27.01.2020, 15.00 Uhr Erzählcafé 60+ im Prot. Gemeindehaus,

Hauptstraße 39 in Göllheim.

Donnerstag, 28.01.2020, 18.30 Uhr findet das vierte Vorbereitungstref-

fen für Betreuerinnen und Betreuer des nächsten Konfirmandensemi-

nars (Februar 2020) im Prot. Gemeindehaus in Göllheim statt.

Protestantische Kirchengemeinde Rüssingen und Ottersheim

Gottesdienste der Prot. Kirchengemeinden Rüssingen mit Ottersheim

Protestantische Kirche:

Der nächste Gottesdienst findet am Sonntag, 2.02.2020, um 9.00 Uhr

statt!

Veranstaltungen der Prot. Kirchengemeinde Rüssingen/Ottersheim

Krabbeltreff:

Donnerstag von 15.30 - 17.00 Uhr (Nächster Termin: 23.01.2020) im Kir-

chenraum des DGH. Anmeldung und Auskunft über Katharina Carnduff,

Tel.: 06355/8639160.

Rüssinger Nähreff:

Jeden ersten und dritten Dienstag im Monat (nächste Termine: 4.02.20

und 18.02.20), jeweils 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr, im Kirchenraum des

DGH. Auskunft über Frau Katharina Carnduff, Tel.: 06355/8639160.

Präparandenunterricht:

Präpe-Gruppe „Rüssingen“ (Blockunterricht) - nächster Termin:

1.02.2020, 9.30 Uhr bis 13.20 Uhr im Kirchenraum des Dorfgemein-

schaftshauses in **Rüssingen** (auch für die Göllheimer)!

Konfirmandenunterricht:

Konfi-Gruppe „Rüssingen“ (Blockunterricht) - nächster Termin: Konfirmandenseminar vom 5.02. -7.02.2020 im Landschulheim der Stadt Frankenthal.

Auskunft zum kirchlichen Unterricht über Gemeindediakon Thomas Klein, Bolanden: 06352/1375 oder das Pfarramt in Göllheim: 06351/5034.

Ev. Krankenpflegeverein: Auskünfte zum Krankenpflegeverein über Herrn Jürgen Jooß, Tel.: 06351/42848 oder Marianne Ruhl, Tel.: 06351/6387.

Hinweise:

Die Trauerkasualien der Pfarrei Göllheim im Januar 2020 übernimmt weiterhin Pfarrer Wolf-Peter Feucht. Sein Mobiltelefonanschluss lautet: 0176 749 883 56.

Mittwoch, 22.01.2020, 19.30 Uhr treffen des Elternausschusses der A.-S.-Kindertagesstätte in der Einrichtung.

Montag, 27.01.2020, 15.00 Uhr Erzählcafé 60+ im Prot. Gemeindehaus, Hauptstraße 39 in Göllheim.

Donnerstag, 28.01.2020, 18.30 Uhr findet das vierte Vorbereitungstreffen für Betreuerinnen und Betreuer des nächsten Konfirmandenseminars (Februar 2020) im Prot. Gemeindehaus in Göllheim statt.

Kath. Pfarrei Hl. Philipp der Einsiedler**Wir feiern Gottesdienst****Donnerstag, 23. Januar**

Weitersweiler 18:30 Amt nach Meinung

Bubenheim 18:30 Amt nach Meinung

Freitag, 24. Januar

Göllheim 08:00 Hl. Messe: Meßintention für Elisabeth Trumpf

Albisheim 16:00 Hl. Messe im Haus Zellertal; Meßintention für Martha Heich und verst. Angehörige

Immesheim 18:30 Amt: Meßintention für Maria Wirth (Röb)

Samstag, 25. Januar

Zell 17:30 Vorabendmesse: Zum Abschluss der Wallfahrt der Kommunionkinder und ihrer Eltern

Göllheim 18:30 Vorabendmesse: Amt für die Pfarrei

3. Sonntag im Jahreskreis, 26. Januar

Weitersweiler 08:30 Amt: Meßintention für Erwin Göbel (Ingrid Göbel)

Ottersheim 10:00 Amt mit Taufe des Kindes Sebastian Friebe, Sohn von Michael und Sylwia Friebe: Meßintention für Anna und Peter Birkner und Kurt Friebe (Friebe)

Göllheim 10:00 Amt: Meßintention für Alexandra Kaufhold (Kaufhold)

Göllheim 10:00 Kinderwortgottesdienst im Nepomukhaus

Montag, 27. Januar

Einselthum 18:30 Amt nach Meinung

Dienstag, 28. Januar

Lautersheim 18:30 Hl. Messe nach Meinung

Mittwoch, 29. Januar

Rüssingen 08:00 Hl. Messe nach Meinung

Biedesheim 18:30 Hl. Messe: Meßintention für Maria Wirth (Brück)

Termine**Donnerstag, 23. Januar**

Göllheim 17:00-18:00 Erstkommunionkatechese im Nepomukhaus

Samstag, 25. Januar

Göllheim 09:00-12:00 Treffen der Firmlinge Göllheim im Nepomukhaus

Zell 15:00 Wallfahrt der Kommunionkinder nach Zell

17:30 Uhr Abschlussgottesdienst

Montag, 27. Januar

Ottersheim 15:30-17:00 Erstkommunionkatechese im Pfarrheim Ottersheim

Informationen**Öffnungszeiten des Pfarrbüros Göllheim (Tel. 06351/5083)**

Montag 14.00 - 16.00 Uhr

Dienstag 09.00 - 11.00 Uhr Sprechstunde Pfr. Matheis

Dienstag 16.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch 09.00 - 11.00 Uhr

Donnerstag 09.00 - 11.00 Uhr Sprechstunde Pfr. Matheis

Freitag 09.00 - 11.00 Uhr Sprechstunde Pfr. Matheis

Öffnungszeiten des Pfarrbüros Ottersheim (Tel. 06355/413)

Montag 09.00 - 11.30 Uhr Sprechstunde Pfr. Elsner

Frühshoppen im Nepomukhaus

Nach jedem Sonntagsgottesdienst findet im Nepomukhaus ein Frühshoppen statt, meistens mit frisch gebackenen Brezeln. Zu diesem Frühshoppen ist jeder herzlich eingeladen.

Beginn ist freitags um 20:11 Uhr und samstags schon um 19:11 Uhr. Einlass jeweils eine Stunde vorher.

Die Karten sind ab sofort bei Bettina Dietz unter 06355-3475 telefonisch reservierbar und am Sonntag den 26.01. oder Sonntag 16.02. im Sportheim der TSG von 10:00 - 12:00 Uhr abholbereit. Natürlich kann man im Sportheim auch ohne Reservierung vorbeikommen und Karten bestellen.

Leider ist es nicht mehr möglich Karten an der Abendkasse zu hinterlegen, da diese oftmals nicht abgeholt wurden. Die an den beiden Sonntagen nicht abgeholt Karten gehen direkt in den freien Verkauf an der Abendkasse. Umtausch/Rücknahme ausgeschlossen. Wir bitten um Verständnis.

Am Sonntag den 23.02. zeigen unsere Kleinsten auf der Kinderkappensitzung was Sie schon können und werden wie immer zu begeistern wissen. Beginn ist um 14:11 Uhr; Einlass eine Stunde vorher. Auf der Kinderkappensitzung gilt wieder freie Sitzplatzwahl. Anschließend findet wieder unsere beliebte Kinderunterhaltung mit tollen Spielen statt.

An allen drei Tagen ist 1&1- Man- Sound Volker Zimmer und Rouven Keller an Bord und sorgt für stimmungsvolle Unterhaltung. Musik zum Tanzen und Barbetrieb nach den Veranstaltungen laden zum Verweilen ein. Für Speisen und Getränke ist wie immer bestens gesorgt. Die Vereine von TSG und TTC freuen sich mit allen Aktiven auf eine hoffentlich wieder ausverkaufte Halle und drei tolle, närrische Tage in Albisheim.

**Albisheimer Kulturwerkstatt****Ausstellung der Malgruppe von Christa-Maria Elwart im Haus Zellertal ab 31. Januar**

Unter Anleitung der Künstlerin Christa-Maria Elwart malen seit mehreren Monaten vier Frauen in einem Kurs der Albisheimer Kulturwerkstatt Acrylbilder und haben inzwischen erstaunliche Fortschritte gemacht. Birgit Geuder, Ulla Morschhäuser, Melanie Urban und Christel Wohlfromm präsentieren nun ihre Werke im Haus Zellertal.

Mit der Spachteltechnik, Mischtechnik und Acrylic-Pouring-Technik sowie mit Einarbeitung von verschiedenen Materialien sind einzigartige Gemälde entstanden. Die Bilder sind sowohl abstrakt als auch gegenständlich und beinhalten zum Teil Sinnsprüche und geometrische Formen. Die Eröffnung beginnt am 31. Januar um 17 Uhr. Die Ausstellung kann im Untergeschoss des Seniorenheimes bis Mitte Mai 2020 besichtigt werden.

Veranstalter: Ortsgemeinde und Albisheimer Kulturwerkstatt in Zusammenarbeit mit dem „Haus Zellertal“.

Aus Vereinen und Verbänden**Albisheim****Albisheimer Fastnachter****Albsmer Narren macht euch bereit - die Fastnacht reist durch Raum und Zeit!****Kartenvorverkauf hat begonnen**

Die Albisheimer Fastnachter laden am Freitag den 21.02. und Samstag den 22.02. zu ihren unterhaltsamen Sitzungen in die bunt geschmückte Pfrimmhalle ein.



Kunstaussstellung

Malgruppe Elwart

Birgit Geuder
Ulla Morschhäuser
Melanie Urban
Christel Wohlfromm



Haus Zellertal
Albisheim



Eröffnung
Freitag, 31. Januar 2020
17.00 Uhr

Veranstalter: Albisheimer Kulturwerkstatt, Haus Zellertal, Ortsgemeinde

Acrylmalerei

Die Kursteilnehmer malen an vier Abenden mit Acrylfarben, erlernen die Spachteltechnik sowie Mischtechnik und arbeiten die unterschiedlichsten Materialien in ihre Bilder ein. Bei Interesse werden sie in die Kunst der Acrylic Pouring Malerei eingeführt. Der Kurs beginnt am 5. Februar um 19:00 Uhr im Rathaus. Weitere Infos und Anmeldung bis 23. Januar bei Christa Maria Elwart, Tel. 06351-43101.

Töpfern für Kinder

In dem Kurs für Kinder ab 8 Jahren werden verschiedene Leuchthäuser, Gefäße, Gartentiere und Figuren getöpft und bemalt. Der Kurs findet am 23., 30. Januar und 6. Februar statt, donnerstags von 16:00 bis 18:00 Uhr, in **Keramik & Kunstwerk**, Hauptstr. 64, Göllheim. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird um rechtzeitige Anmeldung bei der Kursleiterin Ursula Grünwald, Tel. 06355-446, 0176 95739989 gebeten.

TSG Albisheim

Schlachtfest bei der TSG

Die TSG Albisheim lädt wieder herzlich ein zum Schlachtfest. Alles von der Wutz in Buffetform gibt es am Samstag 1. Februar 2020, ab 18.00 Uhr im Sportheim Albisheim.

Fassbier und deftiges Essen wie Wellfleisch, Leberknödel mit Sauerkraut, Pfälzer Bratwurst mit Püree sowie Mett, Blut-, Leberwurst und Schwartenmaggen lassen keine Wünsche offen.

Um eine verbindliche Zusage bis 24. Januar wird gebeten. Telefon Sportheim 06355/989598 oder bei Jochen Thomas unter 0171-966 66 80.

Die TSG freut sich auf Euren Besuch.

Bubenheim

Bubenheimer Kappensitzung

Karten für die beiden Kappensitzungen in Bubenheim können jeden Samstag (ab 25.01.2020) von 10.00 - 12.00 Uhr in der Gemeindehalle gekauft werden.

Karten können auch telefonisch bei Annelie Mack, Tel. 06355/814 oder 015756886972 und Thorsten Sprenger, Tel. 06355/3163 oder 015901177212 bestellt werden.

Die Kappensitzungen sind am Samstag, 22. Feb. und Sonntag, 23. Feb. jeweils um 19.11 Uhr.

Einselthum

Einselthumer Kappensitzung 2020

Der Kartenverkauf für die Kappensitzungen der Einselthumer Fastnacht am 8. Februar und 15. Februar jeweils um 19:11 Uhr findet am Samstag, den 22. Januar von 10 bis 11:30 Uhr im Bürgerhaus, Hauptstraße 15 in 67308 Einselthum statt.

Der Kartenverkauf für die Jugendsitzung am 22. Februar um 16:11 Uhr findet ebenfalls am Samstag, den 22. Januar von 14 bis 15:30 Uhr im Bürgerhaus statt. Weitere Termine und Aktuelles auch unter www.einselthumer-fastnacht.de



Einselthumer Fastnacht 2020
Im Bürgerhaus

1. SITZUNG: 08.02. 19:11 UHR
2. SITZUNG: 15.02. 19:11 UHR
JUGENDSITZUNG: 22.02. 16:11 UHR

Kartenvorverkauf am:
25.01.
Im Bürgerhaus

1. UND 2. SITZUNG 10:00 - 11:30 UHR
JUGENDSITZUNG 14:00 - 15:30 UHR

Kartennachverkauf bei:
JOCHEN FRICKENHAUS IM SCHÖNNAGEL 18
TEL.: 06355/9550801
MOBIL: 01702046757

LandFrauen Einselthum

Mit Schokolade und Wein durchs Zellertal

Am Freitag, 31. Januar laden wir ab 19.00 Uhr zu einer Weinprobe mit einem Vortrag über unser Zellertal mit dem Thema: „Mit Schokolade und Wein durchs Zellertal“, ins Haus der Vereine in Einselthum ein. Unsere Ex-Weinhoheiten Karen Schuch und Inga Storck werden mit einer Weinprobe und Weinbotschafterin, Neli Storck mit einem Power-Point-Vortrag durch unser Zellertal führen.

Diese Veranstaltung ist nicht nur für Mitglieder.

Anmeldungen und Info bitte bei T. Leber, Tel.: 06355-1635.

Göllheim

Gemeinde Göllheim lädt zum Filmabend

Im Haus Gylnheim wird der Film zum Festumzug 2019 gezeigt

Der Festumzug am Göllheimer Herbstmarkt im Oktober 2019 war ein immenser Erfolg und ein großer Spaß für alle Beteiligten. Der Umzug wurde dokumentiert, nun ist der Film fertig und kann gezeigt werden. Daher lädt die Gemeinde Göllheim alle Interessierten am Donnerstag, den 30. Januar um 19:00 Uhr im Haus Gylnheim in Göllheim zu einem Filmabend ein.

An diesem Abend können sowohl der Film zum Umzug als auch der Dokumentarfilm über die Veranstaltungen des gesamten Jubiläumsjahrs auf DVD erworben werden.

Tipp für Mountainbiker:

„Wintertour“ - für Radfahr-Fans, die keine Wintermüdigkeit kennen!



Am **Sonntag, den 26. Januar** startet die Mountainbike-Saison im Donnersberger Land mit der Wintertour.

Los geht's mit den Tourguides Klaus Fischer und Uwe Tomm um **9.30 Uhr** am Sportheim des TUS Göllheim in der Jahnstraße 1 in Göllheim. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können sich zwischen zwei Touren entscheiden, deren Länge entweder 34 oder 47 km bei ca. 500 bzw. 700 hm beträgt. Die Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst, die Teilnehmer sollten dennoch über eine gute Kondition verfügen. Die Fahrzeit wird ca. 4 bis 5 Stunden betragen.

Die Tour führt überwiegend durch den Wald mit kurzen, knackigen Anstiegen und über gut ausgebauten Waldwegen mit kurzem Straßenanteil bei den Ortsdurchfahrten. Für Verpflegung ist unterwegs gesorgt. Im Anschluss der Tour bietet sich die Möglichkeit ins Sportheim einzukehren.

Helm und Radhandschuhe sind erforderlich, eine Radbrille wird empfohlen. Die Kosten für die Teilnahme betragen 7 € pro Person.

Weitere Informationen und Anmeldung unter Tel. 0 63 52 - 17 12, touristik@donnersberg.de, www.donnersberg-touristik.de bzw. sonntags morgens vor der Tour im Sportheim des TUS Göllheim.

Reisefreunde des Vogelschutzvereins Göllheim

Für die 8-Tagesfahrt ins Erzgebirge vom 15.06.-22.06.2020 sind noch Plätze frei. Info: Ilona Bergsträßer, 015201913220 oder 06351-490594.

Motorradfreunde Göllheim e.V.

Mitgliederversammlung

Die Mitglieder des Vereines „Motorradfreunde Göllheim e.V.“ werden hiermit zur **Mitgliederversammlung am Freitag, den 6. März 2020, 19.30 Uhr** ins „Clubhaus“, Göllheim, Hauptstr. 16 eingeladen.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Bericht des 1.Vorsitzender
2. Bericht des Kassenwartes
3. Bericht der Kassenprüfer
4. Entlastung der Vorstandschaft
5. Anträge und Wünsche
6. Sonstiges

Anträge zur Jahreshauptversammlung müssen mindestens 14 Tage vor Sitzungstermin schriftlich an den Vorstand gerichtet werden.

PWV Göllheim

Kunst auf der Hütte oder ein außergewöhnlicher Ausstellungsort

Seit Sonntag den 19. Januar können die Gäste des PWV Göllheim auf der Kriegsberghütte eine kleine Ausstellung des Göllheimer Malers Hermann Stabel bewundern. Seine farbintensiven Bilder werden in den nächsten Wochen die Hütte schmücken. Bilder von Göllheim und der Toskana, mit viel Gespür für den Ausstellungsort von Hermann Stabel ausgesucht. Anlass der Ausstellung ist der 50-jährige Geburtstag des PWV Göllheim und Hermann Stabel erklärte sich bereit, auf diese Weise das Jubiläumsjahr zu eröffnen. Weitere kleine Ausstellungen verschiedener Künstler werden im Laufe des Jahres die Kriegsberghütte „verschönern“.

Riedbachnarren Göllheim

Karten für die Prunksitzungen in Göllheim

Für die Prunksitzungen der Riedbachnarren am 15.02.2020 und 22.02.2020 in Göllheim sind ab sofort noch Karten erhältlich. Der Verkauf erfolgt über Coiffeur Angela Nastoll, Königskreuzstr. 31, Göllheim oder unter 06351-3196 von Montag bis Freitag von 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr und von 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr, Samstag von 08:00 Uhr bis 14:00 Uhr.

Lautersheim

Lautersheimer Dorffastnacht 2020



Auch im neuen Jahrzehnt gibt es viele Aktivitäten der Lautersheimer Dorffastnacht. Die beiden Prunksitzungen steigen am Freitag, den 21.02. und Samstag, den 22.02., jeweils ab 19.31 Uhr. Der Vorverkauf für die Prunksitzungen findet 2 Wochen vorher, am Sonntag, den 08.02. ab 10:00 Uhr statt. Kinderfasching ist angesagt am Sonntag, den 23.02. Zum Abschluß der tollen Tage gibt es dann am Aschermittwoch (26.02.) das traditionelle Heringessen. Alle Veranstaltungen finden in der Gemeindehalle statt.

Wer die Lautersheimer Dorffastnacht vor oder hinter der Bühne unterstützen möchte, ist herzlich eingeladen. Helfende Hände beim Aufbau, beim Ausschank etc. sind jederzeit willkommen.

Wir freuen uns auf eine tolle Kampagne 2020 mit euch!

Rüssingen

Landfrauen Rüssingen

Programmbesprechung

bei den Rüssinger Landfrauen

Am Freitag, den 24.01.2020 findet um 19 Uhr im Vereinsraum des Dorfgemeinschaftshauses in Rüssingen unsere diesjährige Programmbesprechung statt. Alle Mitglieder sind hierzu recht herzlich eingeladen.

Es wird ein kleiner Imbiss gereicht.

Wir freuen uns auf einen regen Besuch.

Des Weiteren haben wir noch unseren selbstgemachten Latweg. Dieser kann zum Preis von Euro 4,00 bei Eleonore Schmitt-Schäfer (06355/2993) erworben werden.

Zellertal

LandFrauenverein Zellertal

... Abendwanderung im winterlichen Zellertal...

Am Montag, **27. Januar 2020**, laden die LF zur **Winterwanderung** mit Glühweinumtrunk vor/im Dorfgemeinschaftshaus in Niefernheim ein. Abmarsch zu einer kurzen Rundwanderung ist um **18.00 Uhr** vor der Alten Schule, 18.15 Uhr am Schulparkplatz Harxheim. Ab 19.00 Uhr ist gemütliches Treffen bei heißem Glühwein und deftigem Gaumenschmaus. (Bei Regenwetter laden wir direkt in den Schulsaal ein). Das Vorstandsteam freut sich auf viele Mitwanderer mit Laternenlicht und Heiß-Getränk-Genießer.

OT Harxheim

Bürger für Bürger e.V.:

Reiner Roßkopf wieder Publikumsmagnet

Reiner Roßkopf begeisterte gekonnt mit einem kurzweiligen 3 stündigem Programm das Publikum. Leider waren die Platzverhältnisse im historischen Rathaus dem Andrang nicht gewachsen. Der Musiker hätte ein größeres Publikum verdient.

„Mit geschlossenen Augen glaubt man den echten Mey zu hören“, Resümee einer Besucherin. Reiner Roßkopf kam seinem musikalischen Vorbild verblüffend nah, nicht nur in Tonfall und Stimmlage auch sein brillantes Gitarrenspiel begeisterte. Bereits nach wenigen Stücken summt und sangen die Gäste mit.

Er bot einen Querschnitt der zeitlosen und ausdrucksstarken Texte aus der Liederschmiede des Chansoniers. Dabei wechselten heitere Stücke „Männer im Baumarkt“ mit kritischen Songs „Nein meine Söhne geb ich nicht“. Der Klassiker „Über den Wolken“ ließ das Publikum in Erinnerungen schwelgen. „Ich bin.. Der Korkenzieher, der Glühbirnenwechsler.“ zauberte jedem Gast ein Lächeln ins Gesicht.

Reiner Roßkopf reihte nicht nur die Mey Lieder aneinander, gekonnt und witzig verband er diese mit Geschichten und Anekdoten aus seinem Alltag. Mit seinen humorvollen Wortbeiträgen vermochte der Künstler schnell eine Brücke zum Publikum zu schlagen.

Der Spaß am Auftritt war spürbar.



Ohne Zugabe durfte sich der Musiker nicht verabschieden; die Zuhörer erklatschten sich drei weitere Stücke. Reiner Roßkopf beendete den Abend fast schon traditionell mit „Gute Nacht Freunde“.

Der Veranstalter bedauerte sehr, dass aufgrund des großen Andrangs Besucher abgewiesen werden mussten. Für die Fortsetzung: Reiner spielt Mey im Januar 2021 wird an einer Lösung gearbeitet. (AF)

Foto: DigitalBild-Herweck.de



Foto: DigitalBild-Herweck.de

Politische Parteien und Wählergemeinschaften

Richtlinien

für redaktionelle Veröffentlichungen von politischen Parteien und politischen Gruppierungen

Wir bitten die Einsender von Artikeln politischer Parteien und Gruppierungen, die folgenden Richtlinien bei der Einreichung von Texten für den redaktionellen Teil zu beachten:

Veröffentlichungen politischer Parteien sowie deren Untergruppen müssen auf die Ankündigungen von Versammlungen und Berichte von Versammlungen begrenzt bleiben. Bei Berichten von Versammlungen, Referaten etc. ist darauf zu achten, dass z.B. der Referent und das Thema genannt werden dürfen, nähere parteipolitische Aussagen müssen jedoch entfallen. **Eine Vorstellung und Bewerbung eines Kandidaten mit dessen politischen Zielen und persönlichem Lebenslauf ist nicht möglich.**

Ebenfalls nicht veröffentlicht werden:

- abwertende Äußerungen über Handlungsweisen, Vorstellungen und Entscheidungen anderer politischer Parteien oder Wählergruppen
- Angriffe bzw. abwertende Äußerungen zu Personen bzw. Amts- und Mandatsträgern
- Diffamierungen oder Beleidigungen
- Stellungnahme zu politischen Tagesthemen (Bundes- oder Landespolitik) bleiben ebenso wie Leserbriefe, leserbriefähnliche Einsendungen sowie Meinungsäußerungen unberücksichtigt.

Wahlaussagen zu Kommunal-, Landtags- oder Bundestagswahlen dürfen nur als kostenpflichtige Anzeige veröffentlicht werden.

Der Charakter der Wochenzeitungen als sachliche und auf kommunale Ebene abgestellte Informationsquelle muss neutral und parteipolitisch ungebunden bleiben.

6 Wochen vor den jeweiligen Wahlterminen werden nur Terminankündigungen abgedruckt.

Der Verlag behält sich vor, Texte die diesen Anforderungen nicht entsprechen, ohne weitere Benachrichtigung nach eigenem Ermessen zu verändern, zu kürzen oder ganz entfallen zu lassen.

Wir danken für Ihr Verständnis!

LINUS WITTICH Medien KG, Redaktion

Zellertaler SPD

Neuwahlen

Am Donnerstag, **23. Januar um 19 Uhr** findet die **Jahreshauptversammlung der Zellertaler SPD** statt.

Auf der Tagesordnung stehen die Neuwahl des Vorstandes und Delegiertenwahlen zur Landtagswahl 2021. Die Sitzung findet im Rathaus Harxheim statt. Interessierte sind herzlich willkommen.

Informationen außerhalb

Info-Veranstaltung in Kaiserslautern:

„Meine Altersvorsorge - was habe ich schon, was brauche ich noch?“

Über die gesetzliche, betriebliche und private Altersvorsorge bei Invalidität, Alter oder Tod, über staatliche Hilfen und vieles mehr zum Thema Altersvorsorge informiert die Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz bei einer Veranstaltung am 30. Januar um 17 Uhr in Kaiserslautern, Auskunfts- und Beratungsstelle, Schubertstraße 17 a.

Die Teilnahme an der Informationsveranstaltung ist kostenlos. Bitte anmelden per Mail an aub-stelle-kaiserslautern@drv-rlp.de oder auch unter Telefon 0631 366730.

Arbeitseinsätze des Waldbauvereins in 2019

Viele Mitglieder des Waldbauvereins Otterberg leisteten im vergangenen Jahr 2019 zahlreiche Arbeitsstunden.

Bei ehrenamtlichen Einsätzen, insbesondere für die Stadt Otterberg, helfen immer mehr Vereinsmitglieder.

Vor dem Frühlingsfest wurde der Festplatz im Wald an zwei Samstagen gesäubert. Insgesamt waren dabei vier Traktoren im Einsatz, jeweils einer von Rolf Hubing und Martin Müller, sowie zwei von der Familie Klussmeier.

Antje Müller, die Ehefrau von Martin Müller, hatte für das leibliche Wohl gesorgt, für das wir uns hiermit sehr bedanken möchten.

Am Samstag vor dem Fest ging es morgens um 6:30 Uhr in den Wald zum Schnitt des Grünschmucks als Dekoration für den schönen Frühlingsfest Umzug.

Der nächste Arbeitseinsatz war der Transport der Buden (Fahrer war Bruno Budek) für den Adventsmarkt im Dezember aus dem Depot zum Kirchplatz und der Aufbau von drei Weihnachtsbuden. Das Aufbauteam war von 10:00 Uhr bis mittags 14:30 Uhr voll im Einsatz. Die Transportmannschaft war von 9:00 Uhr bis um 12:00 Uhr tätig.

Sehr überrascht war unsere neue Stadtbürgermeisterin Martina Stein, dass ein Tag vor Heiligabend 15 Personen mithalfen die sieben Buden wieder ins Depot zurück zu transportieren. Beim Abbau von drei Buden war Frau Stein mit Ehemann tatkräftig im Einsatz, wie auch im Frühjahr beim Reinigen des Waldes für das Frühlingsfest.

Die Stadtbürgermeisterin bedankte sich bei Herbert Brand, der seit 18 Jahren die Einsätze der Mitglieder des Waldbauvereins Otterberg koordiniert.

Verlagsmitteilungen

Zusendung von Textbeiträgen

Sehr geehrte Damen und Herren, wir möchten Sie freundlichst bitten, unser Redaktionssystem (ContentManagementSystem/CMS) zur Zusendung Ihrer Berichte und ggf. Fotos zu nutzen. Die Nutzung ist für Sie kostenlos.

Bitte melden Sie sich hierzu auf meinwittich.de an. Dort erhalten Sie weitere Informationen.

Die Textbeiträge die per E-Mail oder Fax gesendet werden, können nicht berücksichtigt werden.

Vielen Dank für Ihr Verständnis.

LINUS WITTICH Medien KG, Redaktion

Besuchen Sie uns! www.wittich.de

BEILAGENHINWEIS

Unsere dieswöchige Ausgabe enthält eine Teilbeilage

ThaiBase.

WIR BITTEN UNSERE LESER UM BEACHTUNG!

Firma Agim Berisha, Eisenberg

Gartenarbeiten aller Art mit 25-jähriger Erfahrung

Baumfällung - auch in schwierigen Lagen, Hecken- + Rasenpflege, Rollrasen verlegen, Zaunbau, Gartenausstattung + Pflaster- u. Baggerarbeiten, Teichauffüllung, Außenwände trockenlegen + verdichten u. v. m. Mit Abfuhr!

Tel. 06351 - 398820 oder 0176 - 36941173

Garten- & Landschaftsbau Fa. Leonard, Kerzenheim

führt aus: Pflasterarbeiten und Gartengestaltung z.B. Teiche anlegen, Bäume zurückschneiden + fällen, Zäune einsetzen, Holzterrasse entfernen, PVC-Terrasse einbauen, kostenlose Beratung, inkl. Abfuhr **Tel.: 0 63 51 / 1 44 18 07 oder 01 76 / 72 18 83 72**

Danke!

Nach 34 schönen und ereignisreichen Jahren habe ich meine Bäckerei in Biedesheim zum 31.12.2019 geschlossen. Da sich keine Nachfolge ergeben hat, habe ich mich aus Altersgründen zu diesem Schritt entschlossen.

Ich möchte mich bei all meinen Kunden für die langjährige Treue und das entgegengebrachte Vertrauen bedanken. Die Zeit war geprägt von vielen schönen und persönlichen Begegnungen.

Vielen Dank auch allen, die anlässlich meiner Geschäftsaufgabe mit kleinen Aufmerksamkeiten, lieben Worten und Umarmungen an mich gedacht haben.

Ich war überrascht und freue mich sehr darüber.

Ich wünsche allen alles Gute für die Zukunft.

Ellen Stössel

HEIMAT NEU ENTDECKEN

Treffpunkt Deutschland.de

REISE-PORTAL

Mit den kostenlosen Reisemagazinen der Treffpunkt Deutschland Reihe erhalten Sie den perfekten Begleiter für Ihren nächsten Ausflug oder Urlaub.

GÖLLHEIM

Glücklich?

Teilen Sie Ihr Glück!
Mit einer Familienanzeige in Ihrem Mitteilungsblatt.



Farbanzeigen fallen auf!

Jetzt online buchen und gestalten:

anzeigen.wittich.de



Vom 18.01. bis 27.01.2021

10-tägige Traumreise mit »Stars unter Afrikas Sternen«:

Namibia/Windhoek

Inklusivleistungen Grundprogramm

- Linien-Nachtflug mit renommierter Airline von Frankfurt (voraus. Direktflug, Umsteigeverbindung möglich) nach Windhoek und zurück, Economy Class
- Flughafensteuern und Sicherheitsgebühren
- Transfers im klimatisierten Reise- oder Minibus gemäß Reiseverlauf
- 7 Übernachtungen mit Frühstück im Safari Hotel, (Upgrade opt. möglich) Unterbringung im Doppelzimmer
- **Eintritt Konzert „Stars unter Afrikas Sternen“**
- **Eintritt Live Show „Abenteuer Weltumrundung“**
- 1x Stadtrundfahrt in Windhoek
- 1x Ausflug zur Ranch nahe Windhoek inkl. Pirschfahrt & Mittagessen
- Deutschsprachige Reiseleitung mit zusätzl. Fahrer
- Reisepreissicherungsschein (abgesichert durch tourVERS Touristik-Versicherungs-Service GmbH)



Rundreise:

- Windhoek
- Sossusvlei
- Sesriem Canyon
- Swakopmund
- Etosha Nationalpark

50 € pro Person vom Reisepreis kommen der Reiner Meusch Stiftung FLY & HELP zugute und werden für einen Schulbau in Afrika verwendet.
www.fly-and-help.de

Alternativ als Rundreise buchbar inkl.

- 10 Übernachtungen in Hotels und Lodges der Mittelklasse, Unterbringung im DZ (davon 7 Nächte auf Rundreise, 3 Nächte in Windhoek), 10x Frühstück
- **Eintritt Konzert „Stars unter Afrikas Sternen“**
- **Eintritt Live Show „Abenteuer Weltumrundung“**
- je 1x Stadtrundfahrt (Windhoek + Swakopmund)
- Eintrittsgelder für die Nationalparks laut Reiseverlauf
- Ausflüge wie im Reiseverlauf beschrieben

21.01.-02.02.2021

Buchungscode: LW

ab 1.999 €

p.P. inkl. Flug

Telefonisch Mo.-Fr. von 9-14 Uhr:

Tel. 0214-7348 9548

E-Mail:

reisen@prime-promotion.de

Ausführlicher Reiseverlauf und Infos unter:

www.prime-promotion.de

18.01.-27.01.2021

Buchungscode: LW

ab 1.299 €

p.P. inkl. Flug

Veranstalter: Prime Promotion GmbH



IHRE *Gesundheit* IN BESTEN HÄNDEN

Verzicht als Wohlfühl-Kur

Millionen Deutsche wissen: Fasten ist gesund. Der bewusste zeitweilige Verzicht auf feste Nahrung soll nicht nur den Körper von Ballast reinigen und die Selbstheilung anregen. Ein Ziel ist es auch, die innere Ausgeglichenheit herzustellen und neue Lebenskraft zu wecken. Als Nebeneffekt purzeln die Pfunde. Wer in der Gruppe fastet, macht sich den Einstieg leicht

ter und erfährt den Rückhalt von Gleichgesinnten. Zugleich findet man Expertenrat für alle Fragen sowie Anregungen, um Körper und Geist in Balance zu bringen. Wichtig: Fasten-einsteiger oder bereits Erkrankte sollten nur unter ärztlicher Beobachtung fasten, etwa in einem Fastenzentrum und vorab einen gesundheitlichen Check-up durchführen lassen. *djd*

Rauchstopp zahlt sich auch für Senioren aus

Niemand ist zu alt, um mit dem Rauchen aufzuhören. Bei älteren Menschen zahlt sich der Rauchstopp laut dem Apothekenmagazin „Senioren Ratgeber“ sogar besonders aus. Sie blühen geradezu auf – beobachten Experten wie der Therapeut Dr. Tobias Rüther von der Universitätsklinik München. Kurzatmigkeit, Husten und Leistungsschwäche lassen inner-

halb kürzester Zeit nach. Das Risiko, einen Infarkt zu erleiden (oder einen zweiten), halbiert sich. Das Erfolgsrezept für den Rauchausstieg besteht oft in der Wahl der richtigen Strategie. Manchen gelingt es mit der Silvester-Methode: „Morgen hör ich auf!“, Andere, vor allem stärkere Raucher, kommen eher mit Anleitung oder Medikamenten ans Ziel. *ots*

Achten Sie auf ein starkes Immunsystem



Foto: Monkey Business/stock.adobe.com/lakz-o

Gerade in den Wintermonaten ist die Infektionsgefahr hoch, wenn am Arbeitsplatz, in Schulen oder öffentlichen Verkehrsmitteln überall geschneift und gehustet wird. Ob wir krank werden, hängt von der Menge der Erreger und von unserem Immunsystem ab. Chronisch Kranke, Kinder oder auch Menschen in Berufsgruppen mit besonders vielen Kontakten tragen ein höheres Erkältungsrisiko.

Wir alle können aktiv etwas tun, damit unser Körper gegen krankmachende Viren gewappnet ist. Eine große Rolle spielt dabei eine ausgewogene Ernährung. Frisches Obst und Gemüse liefern wertvolle Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe. Auch Milchprodukte und pflanzliche Öle enthalten wichtige Antioxidantien.

Genügend Schlaf, wenig Stress und regelmäßige Spaziergänge

an der frischen Luft halten unsere Lebensgeister wach und unseren Energiepegel hoch. Sportliche Aktivitäten bringen den Kreislauf auf Trab, unterstützen den gesunden Stoffwechsel und kräftigen die Muskulatur. Dabei sollte man auf ein gesundes Maß achten. So bleibt unsere Immunabwehr erfolgreich in Stellung – und Krankheitserreger haben keine Chance. Bei akuten Infekten gilt: Den Körper warm halten und mit dem Sport am besten eine Pause einlegen.

Die Symptome von Erkältungen werden meist von Viren ausgelöst. Linderung schaffen häufig schonende Wirkstoffe aus der Natur. Das pflanzliche Antikörper Umckaloabo setzt dabei auf den Wirkstoff aus der Wurzel der südafrikanischen Geranienart namens Kapland-Pelargonie. *akz-o*

Wichtige Information für unsere Leser und Interessenten.

Sie erreichen den Verlag

Mo. - Do.: 7.00 - 17.00 Uhr und Fr.: 7.00 - 16.30 Uhr
Tel. 06502 9147-0. Annahme Klein- und Familienanzeigen:
→ service@wittich-foehren.de

Zustellung/Reklamation

Tel. 06502 9147-800 → vertrieb@wittich-foehren.de

Mitteilungsblatt „Göllheim aktuell“.

Lesen Sie die aktuelle Ausgabe „Göllheim aktuell“ unter <http://epaper.wittich.de/782>

Redaktions-Annahmeschluss

Mo., 9.00 Uhr VG
bei Feiertagsvorverlegung ein bis zwei Werktage früher
→ mein.wittich.de

Anzeigen-Annahmeschluss (für Privat- und Geschäftsanzeigen)

Mo., 9.00 Uhr
bei Feiertagsvorverlegung ein bis zwei Werktage früher

Ihre Ansprechpartner für Geschäftsanzeigen und Prospektwerbung



Bettina Filusch
Gebietsverkaufsleiterin
Tel. 06351 3987748
b.filusch@wittich-foehren.de

Anika Endres
Verkaufsinendienst
Tel. -181
a.endres@wittich-foehren.de



Migräne stoppen, bevor sie entsteht

Wer über Jahre an Migräne leidet, weiß, wie wichtig eine wirksame Schmerztherapie ist. Zur Behandlung akuter Attacken werden nach wie vor klassische Schmerzmittel eingesetzt. Verschiedene Dosierungen und Darreichungsformen der modernen Migränemittel ermöglichen dem Arzt, die Therapie auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten zuzuschneiden. Zu einer ganzheitlichen Vorbeugung gehört zunächst sogenannte Trigger wie Stress, Alkohol oder einen unregelmäßigen Schlaf-Wachrhythmus zu meiden. Zudem haben sich moderate Ausdauersportarten wie Joggen, Schwimmen oder

Radfahren als wirksame Maßnahmen zur Prävention erwiesen. Entspannungstechniken wie die progressive Muskelrelaxation nach Jacobson können die Schmerzanfälligkeit des Organismus reduzieren. Angesichts des hohen Leidensdrucks kann in einigen Fällen auch eine medikamentöse Prophylaxe ratsam sein. Um die Zahl der Migränetage zu verringern, werden jedoch nicht nur synthetische Medikamente wie Betablocker eingesetzt oder Antikörper gespritzt. Auch eine Behandlung mit pflanzlichen Mitteln wie einem Extrakt aus der Pestwurz ist möglich. *djd 64117n*



IHRE *Gesundheit* IN BESTEN HÄNDEN

Gefahr für die Gefäße

Erhöhter Blutdruck darf niemals auf die leichte Schulter genommen werden: Allein 20 Millionen Erwachsene in Deutschland leiden darunter. Das ist jeder Dritte. Unter den 70- bis 79-Jährigen ist sogar bei drei von vier Personen der Druck in den Arterien zu hoch, wie Zahlen aus der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ (DEGS1) des Robert Koch-Instituts zeigen. Bluthochdruck, medizinisch Hypertonie genannt, beginnt definitionsgemäß bei Werten von mehr als 140/90 mmHg.

Als optimal gelten Werte unter 120/80. Im Bereich dazwischen wird ein leicht erhöhter Blutdruck zwar noch nicht behandelt, kann sich aber schon negativ auf die Gesundheit auswirken. Kranke Gefäße äußern sich unter anderem dadurch, dass die Gefäßinnenwände sich verengen und so ihre Elastizität verringert wird.

Die gefürchtete Arteriosklerose entsteht. So kann es langfristig zu schweren Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall



Foto: djd/Telcor-Forschung/Timo Lutz/Telcor Arginin plus

kommen. Deshalb sollte unbedingt auf die Gesundheit der Gefäße geachtet werden: Das erste Mittel ist hier eine gesunde Lebensweise: Regelmäßige Bewegung gehört ebenso dazu wie der Abbau von Übergewicht und eine ausgewogene Ernährung. Bessern sich die Symptome von Gefäßerkrankungen durch Bewegung, Ernährung und Co. nicht, ist meist eine medikamentöse Behandlung erforderlich. *djd 63486*

Gesunde Ernährung im Alltag



Foto: djd/Jentschura International

vor allem, wenn man weiß, dass ein voller Tag vor einem liegt. Ein Smoothie aus frischem Obst und Gemüse etwa, verfeinert mit Vollkorngetreideflocken und etwas Öl, liefert einen Großteil des Tagesbedarfs an Vitaminen, Mineralien und Ballaststoffen. Auch natürliche Nahrungsergänzungsmittel aus dem Reformhaus können sinnvoll sein. Sie liefern in konzentrierter Form Hunderte wertvolle Nährstoffe aus Gemüse, Obst, Blütenpollen und Kräutern.

Auch darüber hinaus kann man einiges tun, um im hektischen Alltag seine Ernährung wertvoller zu machen. Ungesalzene Mandeln oder Nüsse sind gesunde Snacks, wenn zwischendurch der Heißhunger kommt. Sie lassen den Insulinspiegel nur langsam steigen, sättigen lange und liefern wichtige Fette, Vitamine und Mineralstoffe. Ein weiterer Tipp: Wann immer es geht, einen Spritzer Zitronensaft ins Mineralwasser geben. Das enthaltene Vitamin C verbessert die Aufnahme von Eisen aus der Nahrung. *djd 62569*



Sauna & Freizeitbad Salinarium

eintauchen und wohlfühlen





Bei uns ist der Kunde König!

Willkommen im Salinarium dem großen Freizeit und Wellness-Bad.

Öffnungszeiten:

Badewelt		Saunawelt	
Mo.	9.00 - 18.00 Uhr	Mo.	12.00 - 22.00 Uhr
Di. - Do.	9.00 - 22.00 Uhr	Di. - Do.	10.00 - 22.00 Uhr
Mi. Frühbadetag	6.45 - 22.00 Uhr	Fr.	10.00 - 23.00 Uhr
Fr.	9.00 - 23.00 Uhr	Sa., So. & Feiertage	10.00 - 21.00 Uhr
Sa., So. & Feiertage	9.00 - 21.00 Uhr		

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr Salinarium-Team

Sauna-/Badeschluss ist jeweils 30 Minuten vor den oben angegebenen Schließzeiten.



Freizeitbad Salinarium
Kurbrunnenstraße 2B
67098 Bad Dürkheim
www.salinarium.de



Stellenmarkt

aktuell Anzeige aufgeben:
anzeigen.wittich.de

Weitere
Stellenangebote
online unter:
[wittich.de/
jobboerse](http://wittich.de/jobboerse)



© Anzeigekollern -
stock.adobe.com

LKW-Fahrer für Nah- und Fernverkehr gesucht!

FIX-Logistic Services
Römerstraße 3 · 67304 Eisenberg
E-Mail: WL@fix-services.org · Tel.: 06351/127662

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams:

Aushilfe / Teilzeit

- Servicekräfte (m/w/d)
- Thekenkräfte (m/w/d)
- Küchenhilfen (m/w/d)

Klöter · Hauptstraße 34 · 67591 Mölsheim
www.kloeter-moelsheim.de · Telefon 0 62 43 - 55 30

Disponent für Transporte in Teilzeit gesucht

FIX-Logistic Services
Römerstr. 3 · 67304 Eisenberg
E-Mail: WL@fix-services.org · Tel.: 06351/127 662



Steuerberater und Rechtsanwalt Emslander & Partner

Zum nächstmöglichen Termin suchen wir eine/n
Auszubildende/n
zur/zum Steuerfachangestellten

Bitte senden Sie uns Ihre aussagekräftigen
Bewerbungsunterlagen an:

Am Gielbrunnen 1 · 67304 Eisenberg
Tel. 06351 / 1326-0
www.emslander-steuer-recht.de
info@emslander-steuer-recht.de



Oder direkt online bewerben: wittich.de/jobboerse

Finden Sie mit **WITTICH Medien** die passende Fachkraft



Sie suchen Studenten, Absolventen und Young-Professionals?

Ob in IT, Ingenieurwissenschaften oder im Vertrieb
und Marketing. Mit unserer Matching-Plattform
finden Sie die richtigen Fachkräfte:
www.alphajump.de

 ALPHAJUMP



Ob im Handwerk, Büro, Service, sozialen Bereich oder Auszubildende:

Mit unserer Jobboerse erreichen Sie die
passende Zielgruppe: wittich.de/jobboerse

Die LINUS WITTICH **Jobboerse**

Sie wünschen eine individuelle Beratung oder einen Rückruf?

Ihr Ansprechpartner: **Bettina Filusch**
Tel. 0170 2337414 | b.filusch@wittich-foehren.de



LINUS WITTICH
Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.

LINUS WITTICH Medien KG | Europa-Allee 2 | 54343 Föhren | www.wittich.de

STELLEN Markt



Weitere
Stellenangebote
online unter:
wittich.de/jobboerse



LINUS WITTICH

Lokal informiert. Druck. Internet. Mobil.



Flotte Schreibe?

Wir suchen Verstärkung

Im Bereich PR-Redaktion suchen wir freie Redakteure mit flotter Schreibe für unsere Sonderpublikationen sowie zum Verfassen von Kunden-PR.

Ein Gespür für Kundenbedürfnisse und aktuelle Trends sind wesentliche Voraussetzung für diese Tätigkeit.

■ freie Redakteure (m/w/d)

Gewünschte Kenntnisse und Fertigkeiten:

- Zuverlässigkeit, Engagement und gute Umgangsformen
- sehr gute deutsche Rechtschreibung und Grammatik
- flexible Verfügbarkeit nach Absprache
- Führerschein Klasse B

Wir bieten:

- eine abwechslungsreiche Tätigkeit auf Honorarbasis
- weitestgehend freie Zeiteinteilung

Interessiert?

Bewerbung erbeten an bewerbung@wittich-foehren.de

LINUS WITTICH Medien KG
Europa-Allee 2, 54343 Föhren
www.wittich.de

SPEDITION + CONTAINERDIENST

STEUERWALD GmbH

67304 Eisenberg Siemensstr. 10
Tel. 06351 8550 • Fax 43619



IMMOBILIEN Welt

06502
9147-0

Freizeitgrundstück zu verpachten

mit Walnuss-Bäumen bepflanzt, 17 ar, Gemarkung Immesheim
Tel. 0174 - 3272894

Besser wohnen ...

In Ihrem Mitteilungsblatt
unter Immobilien Welt finden Sie
Ihr neues Zuhause.



Gesucht. Gefunden. Traumhaus.



Private Kleinanzeigen im

Amts- und Mitteilungsblatt.

Anzeige online aufgeben
anzeigen.wittich.de

KUNST & TEPPICH MEHRDAD  **Teppich Bio- Handwäsche**
Reparaturen, Abhol- und Lieferservice
 Hauptstraße 70a • 67705 Trippstadt Alsenzstraße 4 • 67722 Winnweiler
 Tel.: **06306-99 259 77** Tel.: **06302-98 330 20**
 Mobil: **0176-322 85 289** Email: info@kunstundteppichmehrdad.de
www.KunstUndTeppichMehrdad.de

Dienstleistungen aller Art und Abriss (Mulcharbeiten)
Deutsches Forst-Service-Zertifikat
 • Baumfällungen • Heckenschnitt • Mäh- und Baggerarbeiten
 (auch in schwierigem Gelände) mit Entsorgung • Abrollcontainer
Telefon 01 73 / 3 41 45 50 oder 01 57 / 30 09 53 79 Fa. Afrim Bytyqi

Sven Schuff  **FINANZ BROKERSERVICE**
 Bankfachwirt (IHK)
 Tel. 0631-205-78360 Unionstraße 1
 67657 Kaiserslautern www.cs-finanz-brokerservice.de
Finanzierungsexperte für Immobilienbesitzer:
 • Baufinanzierungen mit Nebenkosten
 • Umschuldung mit negativer Schufa
 • Abwendung der Zwangsversteigerung

 **Gala-Bau Löffel**
 Am Riedweg 9, 67822 Niederhausen
 • Gartengestaltung/-pflege • Obstbaum- und Strauchschnitt • Wurzelsanierung/Wurzelfräsen
 • Baumfällungen/Gutachten
Telefon u. Fax 06362-3274 oder 0175-1626190

Taxi würtz GmbH
 Kerzenheim - Eisenberg - Göllheim
06351 - 935 99 71
 Fahrten zur Dialyse, Reha, Chemo, Bestrahlung, Arzt, Krankenhaus auch mit Rollstuhlfahrzeug

Ihr Spezialist für Grabaufösungen
 Einzelgräber und Doppelgräber inkl. Entsorgung!!!
Tel.: 0151 - 22 64 56 90 Fay

 **BIEDERT BAUGESCHÄFT**
Ausführung aller Neubau-, Maurer-, Verputz-, Renovierungs- und Pflasterarbeiten.
 Bahnhofstr. 61 • 67590 Monsheim
Tel.: 0 62 43 / 90 53 84
 Fax 0 62 43 / 90 06 89

// Wir sorgen für einen sauberen Ablauf!

 **Jakob Becker**



 **24/7**
 Abflussreinigung
 Kanal- und Rohrreinigung
 Öl-/Fettabscheiderreinigung
 TV-Kanal-Untersuchung

Notdienst
0631 351510
www.jakob-becker.de

 **salinarium**
 Sauna- und Freizeitbad Bad Dürkheim

Die Stadtwerke Bad Dürkheim GmbH ist ein innovatives Versorgungsunternehmen für Strom, Gas, Wasser, Fernwärme, Abwasser, Verkehrsbetriebe und Freizeitbad.

Ab August 2020
 haben wir folgende Stelle zu besetzen

Azubildende als Fachangestellte für Bäderbetriebe (m/w/d)

Voraussetzungen: Sekundarabschluss I

Bitte senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen ab sofort an
Stadtwerke Bad Dürkheim GmbH, Salinenstr. 36, 67098 Bad Dürkheim.

Gerne auch per E-Mail: bewerbung-stadtwerke@bad-duerkheim.de

Sauna und Freizeitbad in Bad Dürkheim

UNSER SALINARIUM

www.salinarium.de

