

Nimm
mich
gratis
mit!

Fit in den Frühling!

04 Auf die Matte –
Yoga im Alter

11 Der Koloss
von Böchingen

23 Radtour durch südpfälzische
Weinberge, Gemüsefelder und
Ackerland



*Finanzen ordnen – für sich selbst
und die nächste Generation.*

Gut beraten. Bei der Sparkasse Südpfalz.

Als zertifizierte Generationenberaterin begleitet Ursula Cambeis Termine mit Ihnen und Ihrem persönlichen Berater und berät Sie ganzheitlich bei der Gestaltung Ihrer Vermögensnachfolge.

Vereinbaren Sie einen Termin und wir schauen gemeinsam, wie wir Sie optimal für die Zukunft absichern können. Sie erreichen uns **telefonisch unter 06341/18-7336** oder über unser Online-Formular: www.sparkasse-suedpfalz.de/termin.

Generationenberatung bei der Sparkasse Südpfalz.

Haben Sie vorgesorgt für den Fall der Fälle? Der größte Wert des Menschen bleibt das Leben selbst. Ein Wert, der endlich ist. Als zertifizierte Generationenberaterin begleitet Ursula Cambeis täglich Kunden bei der sorgfältigen Planung und Absicherung ihrer Zukunft. So gehören Themen wie Patientenverfügung, Vollmachten, das Testament und dessen Vollstreckung in die sorgfältige Planung für einen unbeschwerten Blick nach vorne.

„Diese Themen sind keine Frage des Alters. Sie betreffen uns alle. Und genau deshalb ist es für mich eine Herzensangelegenheit, gemeinsam mit meinen Kunden für deren Zukunft und für ihre Liebsten vorzusorgen.“

Mit ihrer jüngsten Zertifizierung zur Foundation and Estate Plannerin und mehr als 30 Jahren Erfahrung in der Kundenberatung ist sie Expertin auf diesem Gebiet.

Ihre Arbeit beginnt dort, wo ein besonders vertrauensvolles Verhältnis gefragt ist. „Die Bedeutung dieser Themen wird vielen leider erst bewusst, wenn es dafür meist schon zu spät ist. Daher lohnt es sich umso mehr, heute schon an morgen zu denken“, berichtet Ursula Cambeis aus Erfahrung.

www.sparkasse-suedpfalz.de/vorsorge



**Sparkasse
Südpfalz**

Liebe Leserinnen,
Liebe Leser

der Frühling steht vor der Tür, endlich. Die Lebensgeister erwachen und man spürt den Drang rauszugehen und die zarte Frühlingsluft schnuppern. Deshalb ist es wichtig Fit in den Frühling zu starten. Also haben wir unseren Fokus auf Themen gesetzt, die den Bereich Gesundheit besetzen. Es ist uns schon klar, dass es ein sehr umfassendes Thema ist und wir nicht alle Aspekte beleuchten können. Dennoch wollten wir versuchen den einen oder anderen Bereich zu beleuchten. Und vielleicht kann es ja auch dazu beitragen, dass Sie, liebe Leserinnen und Leser, das eine oder andere erfahren, dass sie fitter in den Frühling entlässt.



Für mich wird es das letzte Mal sein, dass ich mich an dieser Stelle an sie wende. Ich werde den Vorsitz des Seniorenbüros abgeben und somit wird jemand anderes an dieser Stelle erscheinen.

Ihr

Hans-Jürgen Büssow

Impressum

herbstzeitlose – Seniorengazette für Landau

Herausgeber: Seniorenbüro-Ehrenamtsbörse Landau e.V.; Vorsitzender: Hans-Jürgen Büssow, Waffenstraße 5, 76829 Landau

Redaktionsteam: Dr. Hans-Jürgen Blinn, Hans-Jürgen Büssow (verantwortlich), Thomas Engelberg, Yvonne Ferger, Markus Knecht, Dr. Christian Knoll, Elisabeth Siedentopf

Titeldesign: klugegestaltung, Satz: Knecht Verlag Landau

Druck: WIRmachenDRUCK GmbH, Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang
herbstzeitlose erscheint dreimal pro Jahr und liegt kostenlos aus.

Bei unverlangt eingesandten Manuskripten besteht kein Anspruch auf Rücksendung. E-Mail: herbstzeitlose.landau@gmx.de



In dieser Ausgabe

Fit in den Frühling!

Im Alter
noch auf die Matte? Seite 4

Krankheit als
Wegweiser Seite 6

Alles drauf –
alles drin Seite 8

Der Atem –
Freund und Helfer? Seite 10

Der Koloss von
Böchingen Seite 11

Miniatur – Der letzte
Groschen Seite 14

Gemeindeschwester
plus Seite 15

Pflegestützpunkte
in Landau Seite 17

Der Seniorenbus rollt
und rollt Seite 18

Neues aus
dem Seniorenbüro Seite 19

Seniorenbüro
und Silberstreif Seite 20

Lies mal wieder! Seite 22

Radtour Südpfalz Seite 23

Am Rande –
Foodporn Seite 25

Rezept –
Erdbeerzeit Seite 26

In eigener Sache Seite 27

Fotonachweis:

Günter Baumann: S. 26; Hans-Michael Eberle/Rolf Hohmann: S. 23, 24, 25; Thomas Engelberg: Titelbild, S. 3, 8, 9, 11, 12, 13, 19; Karin Kießling: S. 6, 7; Alexander von Lengerke: S. 14

Fit in den Frühling!

Im Alter noch auf die Matte? Yoga für Senior:innen

Yvonne Ferger im Gespräch mit der Yogalehrerin Birgit Floßdorf

Man bleibt jung, solange man noch lernen, neue Gewohnheiten annehmen und Widerspruch ertragen kann. (Marie von Ebner-Eschenbach)



Yoga ist eine seit Jahrtausenden bewährte Bewegungsform, die wie kaum eine andere auf allen Ebenen für mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude sorgt. Aber kann man als älterer Mensch überhaupt noch mit Yoga beginnen? Da ich selbst auch Seniorin bin, aber in einen Yogakurs gehe, in dem jüngere und ältere Menschen gemeinsam üben, möchte ich wissen, was Seniorenyoga vom sonstigen Yoga unterscheidet. (Wobei sich hier der Begriff des „Yoga“ auf den bei uns am weitesten verbreiteten „Hatha-Yoga“ mit seinen körperlichen Übungen, den „Asanas“, bezieht.)

Frau Floßdorf erklärt, dass Seniorenyoga insgesamt sanfter sei, so dass auch Menschen mit körperlichen Einschränkungen gut mitma-

chen können. Was nicht heiße, dass es mitunter nicht auch anstrengend sei, sagt sie lachend. Während beim normalen Yoga vorwiegend auf einer Yogamatte geübt wird, finden beim Seniorenyoga die Übungen durchweg auf einem Hocker, einem Stuhl und im Stehen statt, weshalb es auch als „Stuhlyoga“ angeboten wird. Denn das ständige Auf und Ab während einer üblichen Yoga-Einheit, der Wechsel von liegenden, sitzenden und stehenden Yoga-Positionen, sei für Ältere schwierig zu bewältigen und ggf. problematisch für den Kreislauf oder für Menschen mit Bewegungseinschränkungen.

Ein anderer Aspekt ist, wie ich erfahre, dass beim Senioren-Soft-Yoga gezielter auf die individuellen Bedürfnisse der Yogis und Yoginis eingegangen werden kann. Denn in

dieser Altersgruppe liegen oft schon körperliche Einschränkungen, z.B. an Knien und Hüfte, vor, die den Betreffenden den Mut nehmen, sich noch sportlich zu betätigen. Beim Seniorenyoga werden daher um eine Problemzone (z.B. ein operiertes Knie) liegende Muskelgruppen gestärkt, um die Problemzone zu entlasten und Schmerzen zu reduzieren. Auch wird mehr mit Hilfsmitteln, wie Blöcken aus Kork oder Hartschaum und Schaumstoffrollen gearbeitet, um die Übungen durch Abstützen und Unterstützen zu erleichtern. Im Seniorenyoga haben die Teilnehmer:innen einen geschützten Raum, kommen nicht in die Versuchung, sich mit Jüngeren zu vergleichen, geraten nicht unter Leistungsdruck. Weitere Schwerpunkte sind Gleichgewichtsübungen zur Sturzprophy-





laxe, z.B. mittels spezieller Bewegungsabläufe zum Ausgleich der beiden Gehirnhälften, sowie der Aufrichtung der Wirbelsäule zur Stabilisierung des gesamten Körpers und der geistigen Stärkung.

Beim Senioren yoga, so erklärt Birgit Floßdorf weiter, steht nämlich nicht nur die physische, sondern auch die mentale Gesundheit im Mittelpunkt. Hierzu werden in Kombination mit den Asanas Atemtechniken und Meditation eingesetzt, um einen Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung zu erzielen. Hinzu kommen kleine Denkanstöße für den Alltag, z.B. von überzogenen Ansprüchen loszulassen, Veränderungen akzeptieren zu lernen, sich zugleich aber auch noch kleine, erreichbare Ziele zu setzen. Insbesondere die Generation um die 80, so Frau Floßdorfs Erfahrung mit ihren Senior:innen, sei noch sehr perfektionistisch und dementsprechend verzweifelt, wenn manche Dinge altersentsprechend nicht mehr so gelängen wie früher. Die Teilnehmer lernen im Senioren yoga daher auch, achtsamer für die Bedürfnisse des Körpers zu werden, indem sie die

jeweiligen Übungen so ausführen, wie es aufgrund der jeweiligen Tagesqualität eben geht. Nach dem Motto „weniger ist mehr“ bringen täglich nur zehn Minuten zu üben schon viel. Eine Teilnehmerin, die während unseres Gesprächs dabei ist, erzählt mir an dieser Stelle, dass sie sich angewöhnt habe, im Stehen kleine Übungen zu machen, während sie z.B. am Herd darauf warte, dass das Nudelwasser siedet. Allein dies bringe ihr schon ein gestärktes Wohlbefinden.

Ich frage Frau Floßdorf, für wen Yoga für Senior:innen geeignet sei. „Für jeden, der noch in der Lage ist, auf einem Stuhl oder Hocker zu sitzen,“ meint sie, denn: „Alt ist nicht gleich krank!“ Und gerade, wenn jemand unbeweglich sei, sei es umso wichtiger, ihn wieder in eine gewisse Beweglichkeit zu bringen. In diesem Fall würden dann zunächst andere Körperbereiche zum Ausgleich zu den eingeschränkten trainiert. Je nach Einschränkung bzw. Vorerkrankung müsse jedoch ärztlich abgeklärt werden, ob Yoga in Frage komme, und der/die Yogalehrer/in informiert werden bei Bluthochdruck,

Herzproblemen und anderen Erkrankungen, damit dies bei der Auswahl der Übungen berücksichtigt werden kann.

Im Gespräch fällt mir auf, dass wir die ganze Zeit von Frauen, also Seniorinnen, und nicht von Senioren sprechen, und ich habe auch ausschließlich Frauen aus dem Übungsraum herauskommen sehen. Wie sieht es denn mit den Männern und Senioren yoga aus, will ich deshalb zum Schluss noch wissen.

Frau Floßdorf lacht, nun ja, unter ihren derzeit neun Teilnehmern im Kurs gäbe es gerade mal einen Mann! Der Hauptgrund, so meint sie, sei, dass Frauen insgesamt körperbewusster seien und daher motivierter, etwas für sich tun. Und Männer der betreffenden Generation glaubten, dass Yoga eher etwas für „Weichlinge“ sei, hätten noch ein anderes Selbstbild. In den jüngeren Generationen sei dies aber schon anders, da eroberten sich nun auch immer mehr Männer die Yogamatte. Und man könne beim Yoga ja auch durchaus „powern“!

Ich bedanke mich bei Frau Floßdorf für das sehr informative Gespräch!

Zur weiteren Information:

Yoga für Senioren wird in Landau bisher nur im Yogastudio yoga4you von Tom Messner und Katja Quell angeboten. www.yoga4you.eu

Krankheit als Wegweiser

Von Hans-Jürgen Blinn

Wenn man von Krankheiten hört, denkt man gewöhnlich zuerst an die negativen Folgen und Einschränkungen, die sich aus ihnen ergeben. Aber sogar schwere Krankheiten im frühen Lebensalter können Positives bewirken und dem Leben ermöglichen, sich neu auszurichten. Die Landauerin Karin Kießling hat das erfahren.



Im Alter von 35 Jahren erkrankte sie so schwer an ME/CFS, dass sie nicht nur nicht mehr arbeiten, sondern phasenweise selbst zuhause kaum noch die einfachsten Dinge verrichten konnte und sogar einige Monate bettlägerig war. ME/CFS, eine immer noch zu wenig bekannte und beachtete chronische Erkrankung, von der im Zusammenhang mit Corona wohl inzwischen einige als schwerste Form von Long Covid gehört haben.

Wie die Krankheit genau entsteht und aufrechterhalten wird, hat die

Medizin noch nicht völlig verstanden, es gibt keine zugelassene Therapie. So sind die meisten Betroffenen jahre-, oft jahrzehntelang, krank, obwohl sie alle möglichen Behandlungen ausprobieren.

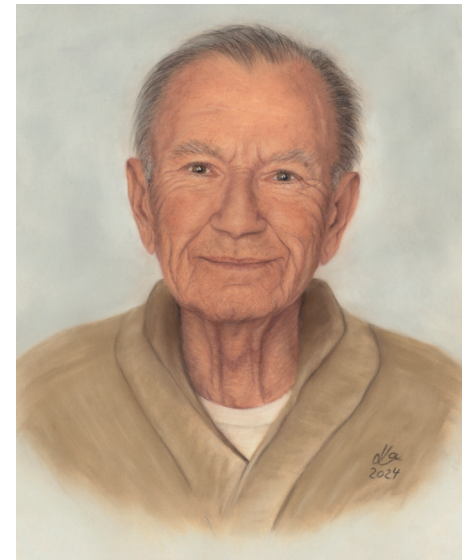
Es gibt unterschiedliche Schweregrade: moderat Betroffene können vielleicht noch in Teilzeit arbeiten und mit den nötigen Ruhepausen ein bisschen am sozialen Leben teilnehmen, das Leben von schwerstbetroffene Menschen kann man hingegen nicht mehr als solches bezeichnen. Empfindlich gegenüber allen Sinneseindrücken, völlig kraftlos, und mit Schmerzen am ganzen Körper liegen sie, manchmal sogar mit Gehörschutz, in abgedunkelten Räumen, unfähig, sich viel zu bewegen, zu sprechen oder irgendetwas zu tun. In einem solchen Stadium war Karin im Herbst 2009 angelangt.

Gott sei Dank konnte ihr durch ein Medikament und die jahrelange Behandlung bei einer naturheilkundlichen Landauer Ärztin soweit geholfen werden, dass sie zwei Jahre später zumindest wieder in ihrer Wohnung einigermaßen zurechtkam. Sie konnte auch wieder ein kleines bisschen kreativ tätig werden, indem sie kleine Aquarellbildchen mit Naturmotiven malte.

„Schon immer war es mein Wunsch gewesen, zu zeichnen und zu malen, mich kreativ zu betätigen, aber die Arbeit ließ mir meist nicht genug Zeit oder ich hatte nicht die Muse.“ erzählt Karin.

Zeit hatte sie nun genug, Kraft noch nicht viel, aber sie begann, sich über Bücher und online einzulesen über das realistische Zeichnen und Malen, Videos von anderen Zeichnern anzuschauen, und sich in Foren mit anderen Künstlern auszutauschen und Techniken zu erlernen.

Inzwischen war auch ein älteres Kätzchen bei Karin eingezogen, das sich als eine sehr bereichernde, liebevolle Begleiterin und „Muse“ entpuppte. Durch Minka und Karins schon immer vorhandene Tierliebe inspiriert, begann sie dann im Frühjahr 2014, intensiv mit Kohle und Pastell Tiere zu zeichnen. Sie zeichnete fast täglich so viel sie



konnte, was aber oft nur ein, maximal 1,5 Stunden waren.

„Bald stellte sich heraus, dass ich da etwas gefunden hatte, was mir sehr lag, schon die ersten Versuche auf dem richtigen Papier brachten gute Ergebnisse und ich lernte schnell dazu, so dass ich mir Ende

2014 eine Webseite erstellte und damit begann, zunächst für Bekannte und Freunde, auch Auftragszeichnungen anzufertigen.“

Ein Facebook-Account kam hinzu, und so gelang es Karin über die Jahre langsam aber sicher, ein Kleinunternehmen aufzubauen, indem sie v.a. Tier-, ab und zu auch Menschenportraits im Auftrag zeichnete. Viele ihrer Kunden haben schon mehr als ein Bild bei ihr beauftragt.

„Ganz besonders liebe ich Katzen in allen Variationen und Größen, aber ich habe schon die unterschiedlichsten Tiere gezeichnet, sogar einen Koi durfte ich im Auftrag zeichnen. Auch liebe ich es sehr, Großkatzen und andere Wildtiere darzustellen. Die Farben und Muster im Fell sind einfach faszinierend, unglaublich, welche Wunder die Natur da erschaffen hat.“ Diese freien Bilder haben schon viele Liebhaber und Sammler aus dem In- und Ausland gefunden. Auch bei internationalen Wettbewerben hatte Karin Erfolge: In den letzten beiden Jahren konnte sie beim Pastel 100 Wettbewerb von Artists Network und dem amerika-



nischen Pastel Journal einmal den zweiten, im Jahr darauf sogar den ersten Platz in der Kategorie „animal + wildlife“ (Tiere / Wildtiere) gewinnen. Bezeichnenderweise einmal mit einem Löwenpärchen (2. Platz), das andere mal mit zwei Tigern (1. Platz).

„Die Krankheit hat mich viel gelehrt. Und sie hat mir dabei geholfen, mich selbst und meine Berufung zu finden“, sagt Karin, „aber nachdem sie ihren ‚Zweck‘ erfüllt hat, darf sie nun gerne wieder ge-

hen.“ Ideen hat Karin auch für ein gesundes Leben mehr als genug. Wer neugierig geworden ist und mehr von Karins fotorealistischen Zeichnungen sehen möchte, kann dies auf ihrer informativen Webseite tun. Dort gibt es auch einen Shop, in dem verkäufliche Zeichnungen erworben werden können: Auf Facebook ist sie unter „Karin Kiessling – Fine Art“ zu finden und unter: www.karinkiessling.com.

Fit in den Frühling!

Alles drauf – alles drin?

Von Thomas Engelberg

Sagt ihnen der Begriff Pocketkamera noch etwas? Diese, sehr kleinen, handlichen und erschwinglichen Modelle sollten lange vor Handy und Digitalkameras die Fotografie massentauglich machen. Mit der Kamera für die Hosentasche und damit immer dabei konnte jeder Moment des Alltags auf der „Filmkassette 110“ festgehalten werden. Allein Kodak setzte innerhalb von 3 Jahren 25 Mio. Exemplare ab. Andere Hersteller wie Agfa mit seiner „Ritsch-Ratsch-Klick“ Werbekampagne zogen nach. Wer sich erinnert, hat die Phonetik dieser mechanischen Geräusche sicher noch in Erinnerung.

Analoge Zeiten eben. Die Negativfilme mit 12 Bildern mussten zur Entwicklung im Fotofachhandel abgegeben werden, um die Papierabzüge Tage später in Empfang nehmen zu können.

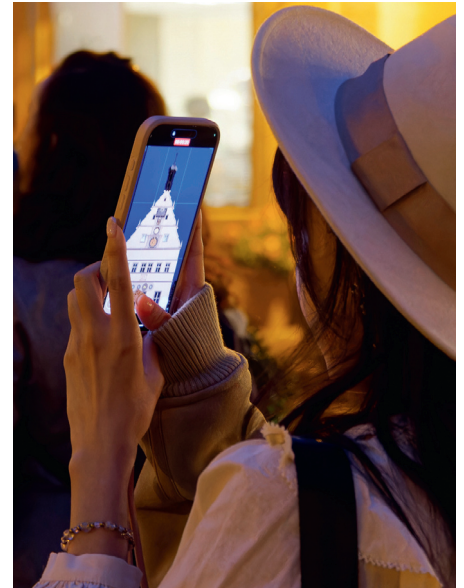
Das Bedürfnis schöne Momente, Urlaubsreisen, Feierlichkeiten, Landschaften, Architektur usw. bildlich festzuhalten, ist bis heute ungebrochen. Mit der digitalen Fotografie haben wir quasi einen Quantensprung erlebt. Jegliche Überlegungen, was kostet eine Kamera, der Film, die Entwicklung und die Papierabzüge sind entfallen. Wir haben ja heute ein Smartphone mit eingebauter Kamera. Das „Ritsch-Ratsch“ Geräusch entfällt und den „Klick“ kann man auch noch abschalten, sofern er stört. Angekommen im

digitalen Zeitalter, haben wir enorme Vorteile gegenüber der analogen Zeit und die sollten wir zu Gunsten besserer Bilder nutzen. Die Software in den Geräten sorgt ohnehin für technisch einwandfreie Bilder.

Doch seien sie sich bewusst, die Gedanken, was und wie fotografiere ich, wie gestalte ich das Bild, sind und bleiben nach wie vor analog.

Genau hierzu wollen wir ihnen mit diesem Artikel ein paar Empfehlungen geben, die für alle leicht verständlich und umsetzbar sind. Am Ende helfen sie ihnen, damit ihre Bilder bei späteren Betrachtungen mehr Aufmerksamkeit erfahren.

Entscheiden Sie vor dem Auslösen, ob sie das Foto in Hoch.- oder



Querformat aufnehmen wollen. Testen sie welches Format besser wirkt.

Wir haben zwei Augen, deren natürliche Sehgewohnheit liegt im Querformat.





Teilen sie die Bildfläche bei Landschaftsaufnahmen in etwa 1/3 zu 2/3 auf. Je nachdem, ob sie dem Himmel oder der Landschaft mehr Gewichtung zukommen lassen wollen. Hierzu kann man sich in jedem Smartphone ein Gitternetz einblenden lassen, das dabei sehr hilft. Eine Horizontlinie in der Mitte lässt Bilder in der Regel langweilig wirken. Die Aufteilung in Drittelsegmente erzeugt stattdessen mehr Spannung.

Die Fotografie ist und bleibt zweidimensional. Für die dritte Dimension, die Tiefe, brauchen wir Metaphern, die eine Tiefenwirkung erzeugen. Siehe Beispielbilder. Hier wurde der Aufnahme-standpunkt nur um wenige Meter verändert.

Versuchen Sie bei Architektur- und Innenaufnahmen stürzende, kippende Linien zu vermeiden. Halten Sie dabei das Handy gerade. Auch hierbei helfen die eingeblendeten Gitternetzlinien.

Unser menschliches Auge gleicht diesen Betrachtungsfehler aus. Die Optik im Smartphone oder einer Kamera kann das nicht.

Wenn sie Menschen im Nahbereich / Portrait aufnehmen verwenden sie nicht die Weitwinkelkamera, sondern lieber, falls vorhanden, die leichte Teleoptik. Die abgelenkten Personen werden es ihnen danken. Die Weitwinkelkamera verzerrt die Gesichter, je näher man ran geht.

Menschenportraits einzeln und von der Seite im Querformat sollten im linken oder rechten Drittel angeordnet sein. Je nach Blickrichtung geben sie der Person Raum im Bild.

Auf den meisten Bildern ist zu viel drauf!

Ihr Smartphone hat neben dem Digitalzoom (schlechtere Bildqualität) eine viel gesündere Variante, nämlich das „Gehzoom“! Gehen Sie einfach näher ran. Ihr Motiv wird größer abgeleuchtet. Es fördert

ihre Fitness und am Ende müssen sie niemand erklären, weil zu klein auf dem Bild, was sie eigentlich fotografieren wollten.

Man hört immer wieder die Lobeshymnen: Mein Smartphone macht so gute Bilder. Vielleicht haben sie es bemerkt, der Maler, der Künstler, der Gestalter, der das gewählte Bildformat ausfüllt und sehenswert macht, sind ganz allein sie. Und das mit nur wenigen Überlegungen bevor ihr Finger den Auslöser betätigt!

Fit in den Frühling!

Der Atem, dein Freund und Helfer?!

Von Uli-Müller-Weissner

Einladung zu einer Atemgruppe für SeniorInnen:

Kennen Sie das? Sie haben Stress und merken, dass ihnen die „Luft wegbleibt“! Oder Sie sind in Urlaub und spüren nach längerer Zeit mal wieder, wie sie tief durchatmen können.

Wir atmen unser ganzes Leben lang – hunderttausende male – und die meiste Zeit spüren wir nichts davon. Erst, wenn die Luft knapp wird, werden wir uns unseres Atems bewusst.

Wäre es nicht schön, wenn wir intensiver mit unserem Atem verbunden wären? Wenn wir mit Hilfe unseres Atems besser durch die Wechsel des Lebens kämen? Dafür könnte es sich lohnen, den eigenen Atem kennenzulernen, zu wissen, wie ich mir und meinem Atem guttun kann.

Und vielleicht wird mein eigener Atem dann zu meinem Freund und Helfer!

In der Atemgruppe lernen Sie durch leicht erlernbare Übungen ihren Atem kennen:

- Für eine entspanntere Lebenshaltung
- Zum bewussteren und freieren Atem
- Zur Linderung bei Störungen des Ein- und Ausatmens
- Auf dem Weg zu mehr innerer Ruhe

Durch die Übungen, die überwiegend im Sitzen stattfinden, spürt man sich intensiver im eigenen Körper. Spannungen können sich lösen und mehr innere Ruhe und Zufriedenheit kann sich einstellen. Die Achtsamkeit auf den eigenen

Atem kann auch helfen, den Alltag besser zu bewältigen.

Termine:

7. , 14. und 28. April/

5. , 12. und 19. Mai 2025

jeweils 16:00 bis 17:00 Uhr in Bethesda Landau. Bodelschwingstraße 27

Eine regelmäßige Teilnahme ist erwünscht. Die Zahl der Teilnehmenden ist auf 10 begrenzt.

Pro Stunde wird ein Unkostenbeitrag von 5,00 Euro erbeten.

Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung.

Leitung: Gabriele Weißner, Atemtherapeutin

Bitte melden Sie sich bis zum 25.

März an beim Seniorenbüro-Ehrenamtsbörse Landau e.V.

Tel: 06341-141162 email: seniorenbuero-landau@t-online.de



**DEUTSCHER
GESUNDHEITS-AWARD 2023**
Gesamtsieger Hörakustiker
auric Gruppe
Kondensat aus 18 Kategorien - nvt.de



**DEUTSCHER
AWARD 2022**
Hörakustiker
Preisgeber
aus 12 Anbietern
nvt.de



weyrauch
HÖRGERÄTE

**1. Platz zum 2. Mal in Folge:
Gesamtsieger „Hörakustik“**
*Diese Hörakustikfachgeschäfte gehören zur auric Gruppe.



Testen Sie z. B.
das „Phonak
Lumity“

Wir bieten Ihnen:

- Gratis Hörtest
- Kostenlose Ausprobe aktueller Hörsysteme
- Kompetente & unverbindliche Beratung
- Service für Ihre Hörgeräte - auch, wenn sie nicht bei uns gekauft wurden



Frank Weyrauch

„ICH FREUE MICH AUF IHREN BESUCH!“

weyrauch Hörgeräte in Landau
Marktstr. 35 · Telefon: (06341) 9 50 57 77
E-Mail: landau@weyrauch-hoergeraete.de

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do., Fr.: 09.00 - 13.00 & 14.00 - 18.00 Uhr
Mi., Sa.: 09.00 - 13.00 Uhr

SIE FINDEN UNS AUCH IN RÜLZHEIM UND MAIKAMMER!

www.weyrauch-hoergeraete.de

Der Koloss von Böchingen – und sein Schöpfer

Von Christian Knoll

Da steht er nun. Am Ortsausgang von Böchingen. An der nach Frankweiler führenden Landstraße. Über 7 Meter hoch und immer noch mehr als 40 Tonnen schwer. Zu übersehen ist er nicht: Der „Koloss von Böchingen“ im Ateliergarten des Bildhauers Volker Krebs.

Seit vielen Jahren hat der Künstler dort seine Werkstatt, eine Galerie seiner Schöpfungen aus Stein und Metall aber auch Holz und schließlich die gerade genannte Ausstellungsfläche: „Der Skulpturengarten“. Mit der vor Jahren getroffenen Ortswahl ist er glücklich: „Hier habe ich den allerbesten Platz gefunden.“

Nicht nur als Bildhauer ist Volker Krebs bekannt geworden. Mehrere Jahrzehnte war er auch Dozent an der Universität Kaiserslautern-Landau. Bis zu seiner Pensionierung mit dem Erreichen der Altersgrenze, hat er dort Kunstgeschichte, Kunstwissenschaft, Didaktik und dann auch Design und Bildhauerei unterrichtet.

Bei einer Vielzahl von Ausstellungen nicht nur in Deutschland stellte und stellt der Künstler gerne seine Werke vor. Auch in seiner pfälzischen Heimat. Beispielsweise in der Villa Ludwigshöhe und zuletzt im Sommer 2022 in und um die Burgkirche in Bad Dürkheim, dem Geburtsort des Bildhauers. Aufgewachsen ist er in Gimmeldingen. In der Schule wurde sein künstlerisches Talent nicht gleich



erkannt. „Mit Malen tut er sich so schwer“, urteilte ein Lehrer in der Grundschule. Sein Urteil wäre wohl anders ausgefallen, hätte er

das damals aus einem im Keller des Elternhauses gefundenen Stück Brennholz geschaffene „Erstlingswerk“ gekannt. Noch heute ist

auch diese Arbeit in den Ausstellungsräumen in Böchingen zu sehen.

Hat alles in jungen Jahren zunächst mit dem Werkstoff Holz angefangen, so dauerte es doch nicht sehr lange, bis Volker Krebs begann auch Stein zu bearbeiten. In der Zeit der Ausbildung an der Staatlichen Akademie der Bildenden Künste in Karlsruhe kam dann etwas hinzu. Als ein Ergebnis seiner Suche nach dem eigenen Weg zählt es seither zu den Besonderheiten vieler Arbeiten des Künstlers: Die Verbindung von Stein und Metall. Es war und ist für ihn ein Alleinstellungsmerkmal.

Volker Krebs: „Die Verbindung mit dem Metall bietet mir viele Möglichkeiten: Variationsmöglichkeiten. Es ist zu meiner unverwechselbaren Handschrift geworden. Der Kunstinteressierte erkennt den Krebs sofort.“ Alle Werke stammen gänzlich von ihm: Die Bearbeitung des Steins, das Formen des Holzes, notwendige Schweißarbeiten oder andere Gestaltungen von Metall. „Es gibt nichts, das ich nicht selbst gemacht, gestaltet, bearbeitet hätte.“

Schon bei der Wahl des Sandsteins im Steinbruch befasst sich Volker Krebs mit dem Material, dem Stein, den er vor sich hat: „Insbesondere bei größeren Vorhaben steht erst die Idee, dann kommt der Stein. Im Laufe des Lebens gewinnt man sehr viel Erfahrung. Man kann an einem Stein schon erkennen, wo problematische Stellen sein könnten. Man ist mit dem Material verwoben. Aus der Erfahrung weiß ich, was man dem Material zumuten kann.“

Das gilt für ihn auch jetzt noch. „Wenn man ein Leben lang als Bildhauer auch sehr große Steine



bearbeitet, hat man sich eine Technik angeeignet. 45 Tonnen Schutt im Jahr produzieren gibt Kondition. Eventuell im fortgeschrittenen Alter, ich bin jetzt 70 Jahre alt, nachlassende Körperkraft kann man dadurch teilweise ausgleichen.“

Zurück zum Titel des Beitrags. Es war schon immer eine Idee des

Künstlers, etwas auch nach seinen Maßen Großes aus einem Sandsteinblock zu erschaffen. Vielleicht fünf Meter hoch. „Bevor du 60 bist, solltest du das Vorhaben in Angriff genommen haben.“ Das war seine Überlegung. Und das hat er auch geschafft. 2008 hat ihn ein ihm bekannter Steinbruchbesitzer darauf aufmerksam gemacht, dass





Volker Krebs erinnert sich: „Täglich über ein Jahr – immer an der frischen Luft gearbeitet. Ich brauchte Monate, um die Gestalt, wie ich sie mir vorgestellt hatte, zu schaffen.“ Arbeitet der Bildhauer in fast 8 Meter Höhe direkt am Kopf, muss er überlegen, wie es der Beschauer von unten sieht. Ein ständiges rauf und runter also. Der „Koloss von Böchingen“ ist nach seiner in der Merian Pfalz Ausgabe vom Frühjahr 2017 zu findenden Einschätzung wohl das bekannteste der Werke des Künstlers. Als sein wichtigstes aber sieht Volker Krebs den in der Nacht der Jahrtausendwende vollendeten Skulpturengarten im Bürgerpark in Wörth an.

man in seinem Betrieb nun an einen Abbruchbereich gelange, wo großformatig roter Sandstein gebrochen werde, der sich für seine Absichten eignen würde. Da stand für den Bildhauer schnell fest: „Jetzt wird es durchgezogen.“ Die Größen des dann erworbenen Sandsteinblocks waren dann doch „kolossal“: Gewicht 82 Tonnen,

Höhe 8 Meter. Schon der Transport vom Steinbruch bei Kaiserslautern nach Böchingen war nur mit sehr viel Aufwand zu schaffen. Dann ist er entstanden: Eine XXL-Skulptur: Der Koloss. Bis dahin war in der deutschen Kunstszene nie zuvor eine Gestalt mit diesen Maßen aus einem einzigen Stein geschaffen worden.

Ein Tipp noch: Eindrucksvoll und informativ der im Internet noch zu findende Beitrag der Reihe „LandesArt“: über das Entstehen des „Kolosses“. Darin auch ein Hinweis des Bildhauers auf dessen Bedeutung als „Vogelscheuche“.
<https://vimeo.com/30847646>



Als Steuerberatungsgesellschaft befassen wir uns seit jeher mit Gesetzen, Paragraphen und Zahlen – das ist unsere Berufung. Wir legen besonderen Wert auf ein Miteinander in der Zusammenarbeit mit unseren Mandanten. Uns ist es wichtig, Sie zu verstehen. Uns ist es wichtig, Sie individuell zu begleiten.



korz & partner

Steuerberatungsgesellschaft

Grabenstr. 15 • 66994 Dahn • T: 06391 9213-0 • E: dahn@korzpartner.de
Industriestr. 2 • 76829 Landau • T: 06341 9233-0 • E: landau@korzpartner.de

www.korzpartner.de

Miniatur

Der letzte Groschen

von Elisabeth Siedentopf

Als wir klein waren, bekamen wir nie Taschengeld. Was wir brauchten, bekamen wir, und für das, was wir nicht brauchten, sondern nur wollten, war kein Geld da! So war es einfach, und da wir es nicht anders kannten, war es auch nicht sonderlich schlimm.

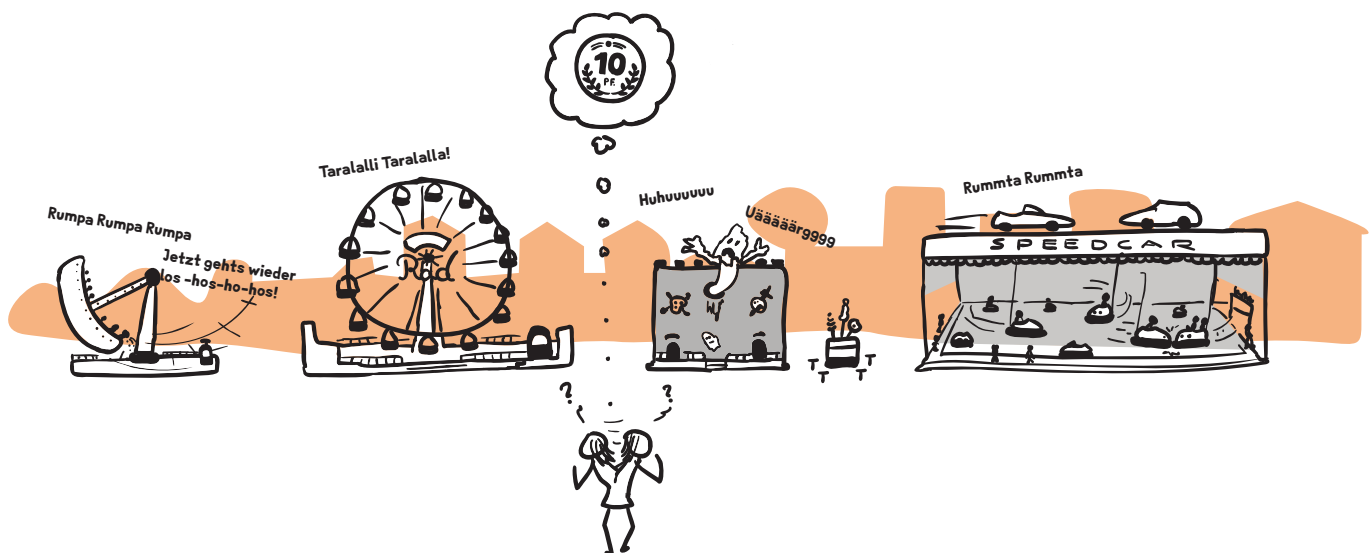
scooter. Es gab ein Gruselkabinett, in das wir nicht hinein durften, da dort behinderte Menschen zur Schau gestellt wurden, und es gab eine Schiffschaukel, an der sich vor allem mein großer Bruder durch wiederholte Überschläge vor der versammelten Jung-Damenwelt hervortat.

All meine Sinne versuchten die Kakophonie der gleichzeitig auf mich einströmenden Eindrücke zu verarbeiten. Lichter blinkten, Musik dröhnte, Menschen kreischten! Es roch nach Bratwurst mit Zimt, Hähnchen mit Fisch und nach Sauerkraut mit

noch am letzten Tag Geld übrig-zuhaben.

Denn am letzten Kirmes-Tag war alles noch ganz besonders-besonders in dieser sowieso schon besonderen Woche. Wir hatten keine Hausaufgaben auf und stromerten den ganzen Nachmittag auf dem Rummelplatz herum. Alles schien noch bunter, noch lauter, noch greller als müssten sich die Eindrücke unauslöschlich ins Gedächtnis einbrennen, um die kirmeslose Zeit bis zum nächsten Herbst überstehen zu können.

Und dann war da der Moment in dem sich in meiner verschwitz-



Aber einmal im Jahr – einmal im Jahr,- da öffnete sich die Geldbörse meiner Mutter ganz weit, und jedes Kind bekam zwei ganze Mark für sich ganz allein! Es war Kirmes-Zeit! Was für eine Wunderwelt tat sich da vor uns auf! Es gab Buden und Büdchen, Kittelschürzen und Unterhosen, Elixiere und Tinkturen, ein Kettenkarussell und einen Auto-

gebrannten Mandeln, – das Paradies konnte nicht schöner sein!

Ich hatte mir immer mein Geld in zwanzig 10-Pf.-Stücken auszahlen lassen, das klimpernde Säckchen vermittelte Reichtum! Bei jedem Besuch auf der Kirmes nahm ich nur ein paar Zehnerl mit, um den großen Versuchungen besser widerstehen zu können, und auf jeden Fall auch

ten, klebrigen, kleinen Kinderhand der letzte Groschen klammerte, ganz tief in die Handfläche gedrückt, die letzte Verheißung!

Alles war billiger an dem Tag aber der letzte Groschen war eben nicht nur Verheißung, sondern vor allem Beschränkung! Nicht mehr -und-, sondern – entweder oder! Ich lief hin und her, entscheidend, verwerfend!

Der Abend nahte, die Straßenlaternen gingen an, ein untrügliches Zeichen, dass ich nach Hause musste!! Noch einmal Bumsauto, so herrlich gefährlich, oder eine Scheibe „Türkischer Honig“ zuckrig-triefend auf einem Stück Butterbrotpapier?

Wofür ich mich dann letztlich entschied ist mir nicht mehr Erinnerung und ist aus heutiger Sicht

auch nicht mehr so wichtig. An was ich mich aber noch genau erinnere und es auch noch an der gleichen Stelle wie damals schmerzlich spüre, ist der Kummer, den der Druck erzeugte, sich entscheiden zu müssen. Keine Freude für das letzte Vergnügen, sondern Angst sich falsch zu entscheiden prägten die letzten Minuten auf der Kirmes!

Der letzte Groschen!
Warum bin ich damals bloß nicht auf die Idee gekommen, ihn einfach wieder mit nach Hause zu nehmen??

Gemeindeschwester *plus* – ein präventives Beratungsangebot -

Von Claudia Sarter

Ab dem 80. Lebensjahr nimmt die Wahrscheinlichkeit, Unterstützung zu benötigen, deutlich zu. Um der immer älter werdenden Gesellschaft gerecht zu werden, braucht es auf kommunaler Ebene neue Strukturen, die den Menschen auch im hohen Alter ermöglichen, ihren Lebensalltag zu gestalten und so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Das Land Rheinland-Pfalz legte dazu mit der Fachkraft Gemeindeschwesterplus einen wichtigen Baustein. Das Angebot Gemeindeschwester *plus* wird gefördert vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung aus Mitteln des Landes Rheinland-Pfalz und der Stadt Landau in der Pfalz, die auch für die regionale Umsetzung verantwortlich ist.

Das Beratungsangebot ermög-

licht Senioren und Seniorinnen ohne Pflegegrad, sich im eigenen Umfeld individuell, neutral und kostenlos beraten zu lassen. Die Fachkraft Gemeindeschwesterplus verfügt in der Regel über eine langjährige medizinische und pflegerische Erfahrung, sodass die Beratung fachlich fundiert ist.

Vom Modellprojekt zum Landesprogramm: Die Fachkraft Gemeindeschwesterplus geht zurück auf ein Modellprojekt, das zwischen 2015 bis 2018 in ausgewählten rheinland-pfälzischen Kommunen erprobt, wissenschaftlich begleitet und ausgewertet wurde. In der sogenannten Verstärkungsphase von 2019 und 2022 wurde das Projekt in Kooperation zwischen dem Land Rheinland-Pfalz und den gesetzlichen Krankenkassen / Krankenkassenverbänden getragen. 2023 wurde das

Projekt in ein Landesprogramm übergeleitet und soll nach dem Wunsch von Sozialminister Alexander Schweitzer flächendeckend ausgebaut werden.

Kennzeichnend dabei ist, dass die Seniorinnen und Senioren, noch nicht auf Pflege angewiesen sind, der Alltag aber bereits viele Herausforderungen für sie bereithält.

Niedrigschwelliges Beratungsangebot: Ältere Menschen, sowie deren Angehörige können sich auf Wunsch bei einem Hausbesuch oder telefonisch kostenlos zu allen Themen rund ums Älterwerden, beraten lassen. Mögliche Themen können sein: Informationen über Seniorentreffen, Seniorengymnastik, Mittagstische, Nachbarschaftshilfe, Haushaltshilfe, Hausnotruf, Seniorenbus, Veranstaltungen, Hilfsmittel, Einkaufshilfen,

Ernährung und Gesundheit. Ein Besuch Zuhause erfolgt in der aktuellen Lebenssituation und ermöglicht es der Fachkraft, sich ein besseres Gesamtbild des Menschen und seines Wohnumfeldes zu machen, Ressourcen und Unterstützungsbedarfe zu erkennen. Dabei können Sturzfallen erkannt und ein altersgerechter Wohnungsumbau thematisiert werden. Präventive Hausbesuche, Beratungen und vorbeugende Gesundheitsmaßnahmen können Pflegebedürftigkeit verhindern oder hinauszögern. Im Idealfall können sich Seniorinnen und Senioren mit dieser beratenden Unterstützung ein Netzwerk aufbauen, das sie mit bedarfsgerechten Hilfen durch den Alltag trägt.

Die Fachkraft Gemeindeschwesterplus versteht sich als Kümmerer, Zuhörer und Lotse. Sie

versucht die Sorgen und Nöte der Seniorinnen und Senioren aufzunehmen und individuelle Lösungen für die jeweiligen Bedarfe zu finden. Um solche niedrigschwelligen Angebote anbieten zu können, vernetzt sie sich übergreifend mit Netzwerkpartnern, wie dem Seniorenbüro, Pflegestützpunkte, Silberruf, Silberstreif, Sozialverbände, kirchliche Träger, Ehrenamtliche.

Zukunftsmodell mit hoher Wertschätzung: Der wissenschaftliche Abschlussbericht des Projektes zeigt, dass es sich bei der Fachkraft Gemeindeschwesterplus um ein Erfolgsmodell handelt und der Bedarf an präventiven Hausbesuchen immer größer wird. Die Arbeit der Fachkraft wird von vielen Seniorinnen und Senioren wertgeschätzt und sehr gut angenommen. Die Beratung zur sozialen Situa-

tion, gesundheitlichen und hauswirtschaftlichen Versorgung, Wohnsituation, Mobilität, Hobbys, Kontakte usw. wird immer wichtiger, da die Anzahl der alleinlebenden Menschen stetig steigt. Im Jahr 2023 erfolgten mehr als 200 Hausbesuche, zahlreiche telefonische Beratungen, sowie Besuche von Seniorennachmittagen und Informationsveranstaltungen.

Möchten Sie das Beratungsangebot Gemeindeschwesterplus in Anspruch nehmen oder haben Sie Fragen?

Dann wenden Sie sich mich, die für Landau und für die Verbandsgemeinde Landau-Land zuständige Fachkraft, Claudia Sarter. Telefon 01590 4020788, E-Mail: emeindeschwester.plus@sozialstation-landau.de

müller meditrans

Mobil mit Herz

- KRANKENFAHRDIENST
- DIALYSE-/BESTRAHLUNGSFAHRTEN
- ROLLSTUHLTRANSPORTE
- TAXISERVICE



06341 51156



info@mueller-meditrans.de

www.mueller-meditrans.de

Pflegestützpunkte in Landau

Von Uli Heise

Pflegestützpunkte sind wohnortnahe Anlaufstellen, die pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen beraten, unterstützen und bei der Organisation der Pflege behilflich sind (z.B. Vermittlung von Pflegediensten, Haushaltshilfen und Einkaufsservice).

Gegenstand der Beratung können dabei sowohl alle Leistungsarten der Pflegeversicherung bei häuslicher, teilstationärer und vollstationärer Pflege (z.B. bei häuslicher Pflege: Grundpflege, Hauswirtschaft, pflegerische Betreuungsleistungen, Hilfsmittel, Verbesserung des Wohnumfeldes), Leistungen der Krankenkasse (z.B. Behandlungspflege) sowie alle weiteren im Einzelfall erforderlichen Sozial- und Sozialversicherungsleistungen sein. Die Fachkräfte der Pflegestützpunkte unterstützen auch bei der Antragstellung.

Die Fachkräfte der Pflegestützpunkte machen sich ein Bild über den Hilfe- und Pflegebedarf sowie über die Wohnsituation der betroffenen Person. Gemeinsam mit dem hilfebedürftigen Menschen und bei Bedarf dessen Angehörigen erarbeiten sie einen individuellen Hilfeplan. Meist geschieht dies im Rahmen eines Hausbesuchs. Die Betroffenen entscheiden selbst, welches der verfügbaren Angebote sie in Anspruch nehmen möchten.

Bei der Beratung von Menschen mit Migrationshintergrund arbeiten sie eng mit den Fachdiensten der Migrationsberatung zusammen, um Sprachbarrieren zu über-

winden und sozial-kulturelle Besonderheiten zu berücksichtigen.

Darüber hinaus nehmen die Fachkräfte der Pflegestützpunkte auch Beschwerden aus dem pflegerischen Bereich entgegen.

Der Pflegestützpunkt Landau wird getragen von AOK Rheinland-Pfalz / Saarland, Land Rheinland-Pfalz, Stadt Landau in der Pfalz und Ökumenische Sozialstation Landau.

Die Beratung ist neutral und kostenlos.

Hintergrundinformationen zum Pflegestützpunkt:

Die Pflegestützpunkte in Rheinland-Pfalz arbeiten wettbewerbsneutral, sie verfolgen keine wirtschaftlichen Interessen und ihr Angebot ist kostenlos. Mit den 123

Pflegestützpunkten wurde durch die finanzielle Förderung des Landes, der Kommunen, der Krankenkassen und der Träger der Fachkräfte der Beratung und Koordinierung ein Beratungs- und Unterstützungsangebot für Rat und Hilfe suchende pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen geschaffen.

Die Kontaktdaten aller rheinland-pfälzischen Pflegestützpunkte sind zu finden auf der Homepage des Sozialportals Rheinland-Pfalz unter: www.pflegestuetzpunkte-rlp.de.

Privat Versicherte erhalten die entsprechende Leistung bei der privaten Pflegeberatung Compass. Die Beratung ist neutral und kostenlos.

Kontakt Daten:

Pflegestützpunkt Landau
Röntgenstraße 54, 76829 Landau in der Pfalz
Tel.: 06341-347112
Fax: 06341-347294

Ansprechpartner/in
Simone Gschwind: simone.gschwind@pflegestuetzpunkte-rlp.de
Regina Dollt: regina.dollt@pflegestuetzpunkte-rlp.de
Holger Kurz: holger.kurz@pflegestuetzpunkte-rlp.de
<http://sozialportal.rlp.de/aeltere-menschen/pflegestuetzpunkte/>

Für Privat Versicherte:
compass private pflegeberatung
Gustav-Heinemann-Ufer 74C, 50968 Köln
0800 1018800, <http://www.compass-pflegeberatung.de>
Ansprechpartnerin vor Ort: Martina Keiner, 0221 93332-354,
martina.keiner@compass-pflegeberatung.de

Seniorenbus in Landau rollt – und rollt

Von Rolf Lüchow

Seit Ende August 2022 ist der Seniorenbus in Landau in Betrieb und sorgt dafür, dass ältere Bürgerinnen und Bürger ganz bequem von der eigenen Haustür direkt zur Arztpraxis, zur Bank oder zum Café – und wieder zurück – gelangen. Der 2. Seniorenbus ist aufgrund der hohen Teilnahme von Fahrgästen im August 2024 dazu gekommen.

„Was jetzt noch fehlt, sind weitere Ehrenamtliche, für den Telefondienst und für den Fahrdienst“. Voraussetzung für den Telefon-

dienst sind Computer-Grundkenntnisse und an wenigen Tagen im Monat Zeit am Montag-, bzw. Mittwoch von 14.00 – 17.00 Uhr. Wer das Projekt Seniorenbus unterstützen möchte, darf sich gerne telefonisch bei Rolf Lüchow unter 0160 94434396 melden.

Der Seniorenbus Landau ist ein Gemeinschaftsprojekt des Bürgervereins Landau in der Pfalz, des Beirates für ältere Menschen der Stadt Landau und der Stadt Landau. Er steht älteren, mobilitätseingeschränkten Landauer Bür-

gerinnen und Bürgern, denen es schwerfällt, den öffentlichen Personennahverkehr zu nutzen, nach vorheriger Anmeldung kostenlos (über eine kleine Spende freut sich der Verein) zur Verfügung. Anschaffung und Unterhalt werden durch Spenden finanziert. Sponsoringen und Sponsoren werden auch weiterhin zur Unterstützung dringend benötigt. Eine werbewirksame Übergabe der Spende wird auf Wunsch organisiert und eine Spendenquittung wird gerne ausgestellt.

Wir machen Ihnen und Ihren Angehörigen das Leben leichter!

Einfacher Transport von A nach B — **6,20 EUR**
 Einmalige Abholung bei Ihrem Händler und Lieferung zu Ihnen mit Bezahlvorgang — **8,20 EUR**
 Wir kaufen für Sie ein, standardisierte Einkaufsliste, Bezahlvorgang, Lieferung — **16,20 EUR**
 – je weiteres Geschäft — **8,00 EUR**
Rufen Sie uns an!

Für die optimale Zahlungsabwicklung benötigen wir ggf. Ihre Einzugsermächtigung. Sie bezahlen den Einkaufswarenwert und unsere Transportleistung.

liefer-knecht.de – Nachhaltig mit dem Lastenfahrrad innerhalb des Stadtgebietes mit den Stadtdörfern!

Transporte aller Art
 – ob Blumen, Bücher,
 Reinigung, Drogerie,
 Apotheke usw.
 – rufen Sie uns an!
06341/9676968

**06341/
9676968**

**LIEFER
KNECHT**

**Der neue
Lieferservice
in Landau.**

liefer-knecht.de

**Nachhaltig
mit dem
Lastenfahrrad**

**Wir
machen
mit!**

Das Angebot des Seniorenbusses beinhaltet aktuell Fahrten für bis zu acht Fahrgästen innerhalb des Stadtgebiets (inkl. Stadtdörfer). Fahrtage sind der Montag, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 8 bis 18 Uhr, freitags von 08.00 – 12.00 Uhr.

Eine vorherige telefonische Anmeldung unter 06341 9694717 ist notwendig und immer montags für den folgenden Mittwoch, Donnerstag und Freitag, sowie mittwochs für den folgenden Montag und Dienstag zwischen 14:00 und 17.00 Uhr möglich.



Neues aus dem Seniorenbüro

Von Hans-Jürgen Büssow

Das Jahr 2025 hat begonnen und ist noch nicht so alt, so dass wir auf unser Jahresprogramm des Seniorenbüros verweisen können. Die erste Veranstaltung im Februar hat stattgefunden, aber es werden noch einige folgen. Wer sich dafür interessiert kann zu unseren Öffnungszeiten, Di., Mi. und Do. von 10 bis 12 Uhr in der Waffenstr. 5 vorbeikommen, sich auf unserer Homepage im Internet, seniorenbuero-landau.de, informieren oder sich für unsere InfoPost anmelden. Diese erscheint monatlich und informiert über Veranstaltungen des laufenden Monats.

Neu ist der Workshop Fotografie des Seniorenbüros. Es hat im vorigen Jahr eine Initiativveranstaltung gegeben und es ist daran gedacht mit den Teilnehmenden eine Fotogruppe entstehen zu lassen, die sich regelmäßig trifft und

austauscht. Der Workshop wendet sich an Anfänger der digitalen Fotografie aber auch an solche, welche sich in der Fotografie schon Kenntnisse erworben haben. Es geht dabei um Technik, Bildaufbau und -gestaltung sowie Bildbearbeitung. Mitzubringen sind Kamera und evtl. eigenes Laptop.

Das nächste Treffen ist am 02. April um 14:30 Uhr in der Waffenstr. 5. Die TeilnehmerInnenzahl ist begrenzt, daher ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich:

Tel.: 06341 141162

Mail: seniorenbuero-landau@t-online.de

Der Seniorentag Landau wird diesmal am 15. März 2025 von 10 bis 14 Uhr im Alten Kaufhaus stattfinden. Natürlich ist auch das Seniorenbüro mit seinen zahlreichen Aktivitäten dort vertreten. Es werden das Wohnen im Alter, das Re-

pair-Café, die Nachbarschaftshilfe, die Ehrenamtsbörse und Smart iNS iNTERNET vorgestellt.

Neu im Jahresprogramm sind auch Kurse zur Gesundheitsförderung. Diese Kurse finden im Bethesda statt. Als ersten Kurs bieten wir eine Atemgruppe für SeniorInnen an. Beginn ist der 07. März 2025. Es ist jeweils 6 x 1 Std. von 16 bis 17 Uhr.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich: Tel.: 06341 141162
Mail: seniorenbuero-landau@t-online.de

Seniorenbüro-Ehrenamtsbörse und Silberstreif wollen Zusammenarbeit verstärken ...

von Dr. Maximilian Ingenthron

Ein überaus gutes Gespräch zu Jahresbeginn mit wichtigen Perspektiven – das ist die Bilanz eines Treffens der Vorstände der beiden Landauer Vereine, deren Ziele die materielle sowie finanzielle Unterstützung und die Verbesserung der Teilhabe älterer Menschen sind. Hans-Jürgen Büssow, Uli Müller-Weißner und Günter Selzer waren zu Gast bei Silberstreif, dessen Vorstandsmitglieder Maximilian Ingenthron, Hans Peter Thiel, Elisabeth Siedentopf und Artur Hackert an dem Gespräch teilgenommen haben.

Der Verein Seniorenbüro- Ehrenamtsbörse e.V. Landau setzt sich ein für ein selbstbestimmtes Leben und Wohnen im Alter, die gesellschaftliche Teilhabe von älteren Menschen an der Gemeinschaft und ein generationenübergreifendes Miteinander. Er vermittelt bürgerschaftliches ehrenamtliches Engagement im lokalen Umfeld und bietet verschiedene Projekte und Einzelveranstaltungen für Senioren und am Ehrenamt interessierte Menschen jeden Alters an. Die „Ehrenamtsbörse“ – Kontaktstelle zwischen denen, die ein ehrenamtliches Engagement suchen und denen, die eine ehrenamtliche Tätigkeit anbieten – ist ein Teilbereich des Vereins.

Mit dem Projekt Wohnen für Hilfe werden Wohnpartnerschaften zwischen Alt und Jung gefördert. Weitere Vereinsprojekte sind z.B. das Repaircafé, SMART ins Inter-



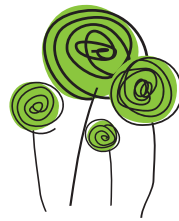
V.l.n.r.: Dr. Maximilian Ingenthron, Artur Hackert, Elisabeth Siedentopf, Hans-Jürgen Büssow, Hans Peter Thiel, Günter Selzer und Uli Müller-Weißner

net, die PC-Sprechstunde und der Singkreis. Das Seniorenbüro ist zudem einer der Träger des Vereins Silberstreif, der seit über zehn Jahren ältere bedürftige Menschen in Landau und dem Kreis Südliche Weinstraße unterstützt. Mittlerweile zählen rund 300 Personen zum Kreis der Kundinnen und Kunden von Silberstreif. Materielle Hilfe, Angebote zur Teilhabe und die Vermittlung von Patenschaften zählen zum wachsenden Wirkungsfeld von Silberstreif.

Vereinbart wurde, die Informationen über das jeweilige Angebot stärker zu bewerben. Denn die Teilhabe älterer Menschen, vor allem jener, die nur über ein geringes finanzielles Budget verfügen, kann so nachhaltig verbessert werden. Angebote wie Vorträge, Kino oder Singkreis ermöglichen niederschwellig und kostengünstig den Zugang zu Veranstaltungen, die obendrein keinen oder nur einen geringen Eintritt kosten. Das ist insbesondere für die Kundinnen

und Kunden von Silberstreif sehr attraktiv. Im Repaircafé können Haushaltsgegenstände oder elektrische Geräte oftmals „fer umme“ instandgesetzt werden – auch das hilft Menschen mit geringem Einkommen.

Regelmäßige Treffen sollen künftig den Austausch weiter intensivieren und dafür sorgen, dass ältere Menschen einen möglichst optimalen Zugang zu Hilfsangeboten und Veranstaltungen bekommen. Seniorenbüro und Silberstreif – zwei starke Partner zum Wohl älterer Menschen in unserer Gesellschaft.



Park Apotheke

am Westbahnhof



RUNDUM BESTENS BERATEN.

... und das können wir für Sie tun...

- **Arzneimittelsicherheit:**
Wechselwirkungen überprüfen
- **Mobilitätsprobleme :**
Wir liefern nach Hause - **kostenlos** - in Landau und nähere Umgebung
- **wir richten die Medikamente nach Ihrem individuellen Einnahmezeitplan für 7 Tage**
- weitere Infos bei uns.

Arzneimittel vorbestellen über:

Telefon 06341 / 520090, Fax 06341 / 520092,

Kostenlose Apotheken-App:

Apotheke vor Ort oder Whats-App: 017675168174

Gematik-App: E-Rezept

Öffnungszeiten:

Montag
08:15 - 18:30

Dienstag
08:15 - 18:30

Mittwoch
08:15 - 12:30

Donnerstag
08:15 - 18:30

Freitag
08:15 - 18:30

Samstag
08:15 - 12:30

Sonntag
Geschlossen



Zusätzlich zu unseren **Parkplätzen im Hof** ist eine **Klingel für Beeinträchtigte** am Eingang vom Parkplatz vorhanden.

Inhaberin: Elke-Ruth Ott e.K.

Westbahnstr. 1

76829 Landau

Tel.: 06341 - 520090

Fax: 06341 - 520092

Mail: bestellung@park-apotheke-landau.de



Ein ganzes Leben lang haben sie in ihrem kleinen gelben Holzhaus in San Remo de Mar, einem Städtchen auf einer Insel, gelebt: Harold und Mary Rose Grape, genannt „das Ehepaar Grape“. Es ist das letzte Haus an einer felsigen Küste, hoch oben auf dem „Todesfelsen“, der höchsten Klippe direkt am Meer. Doch im Laufe der Zeit hat das Meer eifrig an der Küste genagt, sodass schließlich nur noch ein schmaler Streifen von anderthalb Metern das Häuschen der Grapes vom hungrigen Wasser trennt. Und da das Leben der beiden auf der schroffen Klippe nicht mehr sicher ist, überreicht der Bürgermeister den Räumungsbescheid. Es ist die letzte Nacht der beiden in ihrem Haus, bevor es am nächsten Tag mit ein paar verbleibenden Habseligkeiten ins Altersheim gehen soll. Da zieht ein gewaltiges Unwetter auf, der „Todesfelsen“ bricht von der Küste ab und stürzt samt Häuschen der Grapes in freiem Fall ins Meer. Wovon die beiden jedoch nichts merken, weil sie

Buchtipp!

Miquel Reina: Lichter auf dem Meer

angesichts der Aufregung des bevorstehenden Abschieds abends einige Schlaftabletten genommen haben. Als Mary Rose und Harold am nächsten Morgen aufwachen, finden sie sich zu ihrer Überraschung an Bord eines schwimmenden gelben „Schiffes“ inmitten des Ozeans wieder und schon weit von der heimischen Küste entfernt. Ihr Haus schwimmt, weil der darunterliegende Tuffstein es dank seiner Gaseinschlüsse trägt. Eine abenteuerliche Reise beginnt, die die beiden Protagonisten dazu zwingt, sich an einen längst vergessenen Traum zu erinnern. Denn vor über 35 Jahren hatte Harold ein großes Schiff gebaut, auf dem er mit Frau und Sohn die Welt bereisen, das Unbekannte erkunden wollte: Ein Traum, der nie in Erfüllung ging, da der kleine Sohn bei einem Bootsunglück verstarb. Den Holzmast und die Planken des einstigen Schiffes verbaute Harold zur Erinnerung in seinem Haus, und von dem großen Schiff blieb nicht mehr als ein winziges Modell in einem für immer zugeschraubten Marmeladenglas. Doch nun, da das Schicksal die Grapes in dieser so stürmischen Nacht unfreiwillig doch noch auf die große Reise schickt, erkennen sie, dass sie

damals nicht nur ihren Sohn, sondern sich selbst verloren haben. „ES ist Zeit, wieder mit dem Leben zu beginnen“, sagen sie sich daher und segeln mit ihrem gelben Holzhäuschen ins offene Meer...

„Lichter auf dem Meer“ ist eine zu Herzen gehende Geschichte und herrlich skurril. Sie handelt von Menschen und ihren Schicksalen, von vergessenen und wiedergefundenen Träumen und der späten Aussöhnung mit dem Leben.

Yvonne Ferger



**Kommen
Sie hier
doch mal
rein!**

**stationär
& online**
buecherknecht.de

Einfach
inspirieren
lassen

**BUCHER
KNECHT**

Eine Radtour durch südpfälzische Weinberge, Gemüsefelder und Ackerland

Von Rolf Hohmann und Hans-Michael Eberle

Unsere Tour starten wir am Eingang des Landauer Goethe-Parks gegenüber vom Westbahnhof. Im Park nehmen wir den oberen Radweg, der zum Ausgang an der Schlossstraße führt. Nach Verlassen des Parks überqueren wir die Schlossstraße, um über das Tankstellengelände in die Weißenburger Straße zu gelangen. Nun folgen wir dem Verlauf des kombinierten Rad/Fußwegs parallel zur Weißenburger Straße. Dieser führt uns an Weinbergen vorbei zur Impflinger Höhe, deren Überwindung eine sportliche Herausforderung darstellt. Allerdings entschädigt uns die anschließende erholende Abfahrt mit einer tollen Fernsicht auf Haardt, Queichtal und Wasgau. Nach Unterquerung der B38 biegen wir im rechten Winkel nach rechts ab, um sogleich wieder links abzubiegen. Der teilweise verschmutzte Weg verläuft parallel zum Scheidgraben, der im Gegensatz zur leicht nach Süden ansteigenden weiten Ackerfläche mit Buschwerk bewachsen ist. Die zweite Abzweigung bergauf nach Süden verlangt eine weitere Kraftanstrengung, ehe es zwischen Spalierobst-Anlagen hindurch gemächlich bis zur K 45 weitergeht.

Wir überqueren die Kreisstraße – links ein Gebäude der Winzergenossenschaft – und biegen in den nach Südosten führenden, ausgeschilderten Radweg ein. Dieser verläuft teilweise parallel zum

Quodbach ganz durch Insheim durch und unterquert die Bahnlinie NW/KA. Nach etwa 500 m erreichen wir die Unterführung der A 65. Wir biegen links ab und befahren nach ca. 100 m den Radweg nach rechts in Richtung Fischweier. Hier muss mit etlichen Schlaglöchern im nicht asphaltierten Naturweg gerechnet werden. Die erste Abzweigung nach Norden führt über die dritte nennenswerte Steigung zur L 543 (Insheim-Herxheim). Nach vorsichtiger (!) Überquerung der stark frequentierten Straße befahren wir den parallel zur Landstraße verlaufenden, leicht abschüssigen Radweg nach Südosten. Nach gut zwei Kilometern erreichen wir Herxheim.

Schon von Weitem ist der von Adebar bewohnte Schornstein zu sehen, an dem wir vorbeifahren. Nach kurzer knackiger Steigung erreichen wir den westlichen Orts-

rand von Herxheim. Links abbiegen, am Spielplatz vorbei, rechts abbiegen, immer am Ortsrand entlang bis zum ausgeschilderten Landauer Weg, einem anfangs markanten Hohlweg.



Der Blick fällt rechts auf die Landauer Kapelle. Hierbei handelt es sich um eine Flurkapelle, die im Volksmund auch als Loretokapelle, Römerkapelle oder Schmiedskapelle bezeichnet wird. Letztere Bezeichnung geht auf ihren Stifter zurück, den Schmied Johann Georg Römer. Er war an Rheuma oder Gicht erkrankt und hatte sich



von seinen Gesellen auf einer Trage zum italienischen Wallfahrtsort Loreto (Marken) bringen lassen. Der Überlieferung nach gelobte er vor dem Gnadenbild der Gottesmutter, die zerstörte Kapelle am Landauer Weg zu ihren Ehren wieder aufzubauen, wenn er von seinem Leiden erlöst würde. Gesund und mit neuem Lebensmut kehrte er zurück und löste sein Versprechen ein, indem er die Kapelle im Jahr 1681 wieder in Stand setzte. (Quelle Wikipedia)

Erwähnenswert sind die Fresco-Secco-Wandmalereien (Wikipedia) im Innern des mit Walmdach, Glockentürmchen und hölzerner Vorhalle versehenen Bauwerks.

Wir fahren den Hohlweg hinauf. Mit Baum- und Buschwerk bewachsene Lösswände verdecken zunächst wie Scheuklappen die Sicht auf die Landschaft. Nach etwa 50 m leichten Anstiegs erreichen wir das Hochplateau des Panoramaplätzels. Der Blick weitet sich schlagartig und es breitet sich eine nahezu ebene Hochfläche in einem 360°-Panorama aus: Am Horizont reihen sich die Haardt, das Queichtal, der Wasgau, der ferne Schwarzwald, das sich hinter der Hochfläche versteckende Herxheim – nur die Dächer ragen heraus – und der nahe Windpark wie die Glieder einer Kette im 360°-Kreis aneinander. Wer diesen Ort das erste Mal besucht, ist von dem sich darbietenden Rundumblick überwältigt: Es fällt schwer, sich von dem faszinierenden Panorama zu lösen.

Tief beeindruckt setzen wir die Tour zur Herxe-Ranch fort, vorbei am 157 m ü. N. N. hoch gelegenen Objekt Blickpunkte (Jochen Kitzbihler).



Rechts und links des Wegs breiten sich schier endlose, den Charakter der Südpfälzer Landschaft kennzeichnende Frucht- und Gemüsegelder aus. Nach Passieren des Kunstwerks beachten wir die ersten beiden Feldwege nicht und biegen stattdessen in den steil abwärts nach links führenden asphaltierten Weg ein. Nach Überquerung des Schambachs wenden wir uns nach rechts und nehmen die erste Abbiegung nach rechts, die erneut über den Schambach direkt zur urigen Herxe-Ranch, einer rustikalen Gaststätte mit Biergarten, führt. Hier ist eine zünftige Rast unerlässlich.

Gestärkt verlassen wir den maleischen Ort auf demselben Weg über den Schambach, wenden uns dann allerdings nach rechts und wieder nach rechts. Nach anspruchsvollem Anstieg erreichen wir wieder den Landauer Weg, der auf dem letzten Abschnitt vor Erreichen der K2 (Insheim-Offenbach) tadellos renoviert wurde.

An der Einmündung in die K2 fällt der Blick auf ein Hinweis-



schild. Wir gratulieren zum neuen Radweg – ist da zu lesen. (Übrigens: Die Verfasser schließen sich dem Allgemeinen Fahrrad-Club adfc an und danken 'SÜW e.V.' für die vorbildliche Beschilderung in seinem Einflussbereich.)

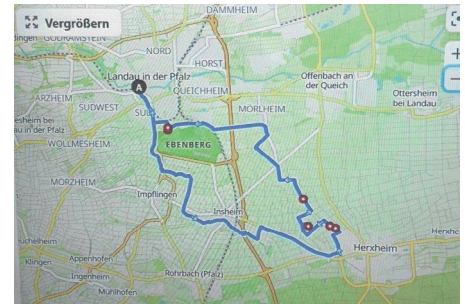
Am Rande Foodporn

Das Wort kennen Sie nicht?
Ich kannte es auch nicht! Klingt
bissel unanständig, aber keine
Angst, so schlimm wird's nicht!
Das Wort beschreibt ein Phäno-
men, das Sie sicher auch schon
beobachtet haben.
Man sitzt in einem Restaurant,
und plötzlich entert, laut schnat-
ternd, eine Gruppe junger Leute

den Nachbartisch. Lustig und laut werden die Gerichte besprochen, es wird gegiggelt und gegaggelt, die Bestellung aufgegeben, und die Getränke geschlurft. Dann kommt das Essen, und es wird totenstill am Nachbartisch. Ein scheuer Blick hinüber,- sie werden sich doch nicht kollektiv mit dem ersten Bissen vergiftet haben? Nein-! Weit gefehlt! Sie sitzen alle stumm und andächtig vor ihren Tellern, jeder mit gezücktem Handy, und foto-

grafieren die Speisen um so gleich das World-Wide-Web an ihren kulinarischen Freuden teilhaben zu lassen!-
Das nennt man Foodporn!
(Stellen Sie sich mal vor, vor dreißig Jahren hätte jemand seinen Toast-Hawaii fotografiert, hunderte Abzügen davon gemacht und die Bilder dann auf dem Rathausplatz verteilt!-
Ein Stübchen in Klingenmünster wäre ihm sicher gewesen!))

Elisabeth Siedentopf



ter der A 65 und der Bahnlinie hindurch zum Gartenschaugelände, wo wir die Tour ausklingen lassen.

Hinter uns liegt eine rund 26 km lange Radtour, bei der immerhin 180 Höhenmeter zu überwinden sind.

Nach umsichtiger Überquerung der K 2 in den neuen Radweg erreichen wir nach wenigen Minuten den Ortsrand von Mörlheim. Auf dem Weg dorthin kommen wir allerdings noch an der verwunschenen, dornröschenhaften Jakobsruhe vorbei, einem von Moos, Flechten und Buschwerk überwucherten Rastplatz mit rundem Steintisch und Sitzbänken. Leider ist dieser

offenbar vergessene Platz wegen mangelnder Pflege wenig einladend.

Schließlich fahren wir auf dem frisch asphaltierten Radweg weiter, biegen rechts ab und erreichen die K1, die nach Mörlheim führt. Noch vor dem Ortseingang biegen wir links ab und radeln bequem auf frisch asphaltiertem Weg parallel zur stillgelegten Bahnlinie un-

Endlich ist wieder Erdbeerzeit!

Von Christine Baumann

Erdbeeren sind herrlich wohl-schmeckende und dazu noch sehr gesunde Früchte. Bei uns in der Südpfalz kann man sie derzeit fast an jeder Ecke direkt vom Erzeuger kaufen. Oder man pflückt sie selbst auf einem der vielen Erdbeerfelder.

Es ist genussvoll, Erdbeeren so zu essen wie sie sind: Stiel ab und rein in den Mund. Wer es etwas anders mag, kann sie zuckern und Saft bilden lassen. Ich empfehle Ihnen hier eine Verfeinerung: Erdbeeren mit Orangen-Parfait.

Dazu die Erdbeeren waschen und halbieren, die Orange schälen und filetieren. Die Minze in Streifen schneiden. Eine weitere Orange fein schälen und die Schale in schmale Streifen schneiden, die Orange auspressen (ca. 250 ml). Den Zucker (60 g) in der heißen Pfanne goldbraun schmelzen. Den Orangensaft hineinrühren. Dann die Hitze zurückschalten und etwas einkochen lassen. Abschließend die Orangenstreifen dazu geben.

Die Erdbeeren und die Orangenfilets in einer Schüssel mit dem Orangenlikör (40 ml) und dem eingekochten Orangensaft übergießen und mit der Minze mischen.

Für das Parfait die Eigelbe in einen Schlagkessel mit dem Zucker (50 g), dem Saft einer Orange und Orangenlikör (20 ml) über einem heißen Wasserbad in 5 min cremig aufschlagen. Die Creme dann etwas abkühlen lassen.



Die geschlagene Sahne unter das Parfait heben. Eine Terrinenform mit Klarsichtfolie auslegen, die Masse einfüllen, mit der Folie zudecken und für ca.

5 Std. im Gefrierfach fest werden lassen.

Das Parfait mit Hilfe der Folie aus der Form stürzen und mit einem Messer in Scheiben schneiden.

Die Scheiben auf den marinierten Erdbeeren anrichten.

Guten Appetit!

Zutaten:

300 g Erdbeeren
3 Orangen
3 Zweige Minze
110 g Zucker (60g / 50 g)
60 ml Orangenlikör (40 ml / 20 ml)
2 Eigelb

Herausgeber der herbstzeitlose sind wir, der Verein
SENIORENBÜRO – EHRENAMTSBÖRSE Landau e.V.



UNSERE ZIELE:

Das Seniorenbüro und die Ehrenamtsbörse setzen sich ein

- für bürgerschaftliches, ehrenamtliches Engagement
- für ein soziales, faires, generationenübergreifendes Miteinander
- für ein selbstständiges Leben im Alter

UNSERE ANGEBOTE:

Das Seniorenbüro und die Ehrenamtsbörse bieten

- Informationen, Beratung und Vermittlung von an freiwilligem Engagement Interessierten
- Schulung, soweit erforderlich, und Begleitung von Freiwilligen
- Anregung und Unterstützung von Projekten
- Kooperation und Netzwerkarbeit
- Öffentlichkeitsarbeit

WIR SIND FÜR SIE DA:

Wo: Waffenstraße 5 (Nähe „Galeerenturm“), 76829 Landau

Wann: dienstags, mittwochs und donnerstags, von 10 bis 12 Uhr.

ZUSAMMEMATRBEIT MIT:

- Digitalbotschafter Landau
- Beauftragte für Belange der älteren Bürger und Bürgerinnen der Stadt Landau
- Ehrenamtsbeauftragte der Stadt Landau
- Fachkraft Gemeindeschwester plus
- Seniorenbuss

REGELMÄSSIG FÜR SIE:

60+ SMART iNS iNTERNET



Die Digitalbotschafter Landau bieten kostenlose Hilfe im Umgang mit Smartphone, Tablet oder Laptop in Gruppen, die 2 mal monatlich stattfinden.

Sie wollen dabei sein, dann melden Sie sich an: 01575 40 80 800; dibo-ld@online.de

Oder kommen Sie ohne Anmeldung zum freien Treff.

Repair-Café: Wegwerfen? Nein, wir reparieren für Sie!



Reparaturen sind kostenlos. Sie zahlen nur für verbrauchte Materialien. Spenden sind willkommen! Einmal monatlich jeweils am 2. Samstag von 14 bis 17.00 Uhr im Foyer der EWL in der Georg-Friedrich-Dentzel-Straße 1.

herbstzeitlose

Die Senioren-Gazette für Landau erscheint 3x im Jahr, herausgegeben vom Seniorenbüro.

Singkreis

Jeden 1. und 3. Donnerstag um 14.30 Uhr.



Ehrenamtsbörse: Kontaktstelle zwischen denen, die ein Ehrenamt suchen und denen, die ehrenamtliche Stellen

anbieten.

Bürozeit: Mittwoch 10-12 Uhr



Nachbarschaftshilfe für Landau & Stadtdörfer

u.a. für folgende Einsatzfelder: Einkaufshilfe, Botengänge (Apotheke, Post), Besuchsdienst und Begleitung bei Spaziergängen.

Bürozeit: Mi. + Do. 10-12 Uhr

Wohnen im Alter

Im Aufbau: Anlaufstelle für Fragen zum Thema

"Wohnen im Alter"

Mitglied und Mitträger bei
Silberstreif – gegen Altersarmut in Landau LD & SÜW



Tel.: 06341 2665594

KONTAKTE

SENIORENBÜRO: 06341/141162 – seniorenbuero-landau@t-online.de
www.seniorenbuero-landau.de

Spendenkonto IBAN: DE79 5485 0010 1700 1182 25

EHRENAMTSBÖRSE: 06341/141162
ehrenamtsboerse-landau@t-online.de
www.ehrenamtsboerse-landau.de

Spendenkonto IBAN: DE54 5486 2500 0101 7160 69

QR-Code
scannen für
mehr
Informationen

Finanzierung für Eigentümer: VR Immo-Flex

Sie sind stolz auf Ihr Zuhause und fühlen sich wohl in den eigenen vier Wänden. Deshalb kommt ein Verkauf Ihres Hauses für Sie nicht infrage. Sie wollen lieber in neue Werte investieren, Wohnträume realisieren oder mehr Rente zur Verfügung haben – denn im Alter lassen Wünsche nicht nach. Wenn Ihr Vermögen in Ihrer Immobilie steckt, haben wir die clevere Lösung für Sie.



VR Bank Südpfalz