



# „Spätlese“



**Altleiningen:** Ein erster Abschnitt des Stammschlosses der Leininger Grafen auf dem Taubersberg ist um 1100 erbaut worden. Die Burg wurde stetig erweitert und im Bauernkrieg (1525) auch einmal zerstört. Große Teile der Pfalz wurden von hier aus beherrscht. Nicht nur eine der modernsten Jugendherbergen macht die Burg zu einem Anziehungspunkt. So befindet sich im Burgvorhof und im ehemaligen Burggraben das beheizte Freibad. Zudem locken im jährlichen Wechsel kleine und große Schauspielproduktionen Theaterfreunde aus der ganzen Region an.

Ihren Ursprung hatten die Burgspiele 1980 anlässlich der 1200-Jahr-Feier der Gemeinde.

**Info:** Altleiningen hat eine Bodenfläche von 11,47 Quadratkilometern. Insgesamt 1784 Menschen - 900 Frauen und 884 Männer - leben hier (Stand 31.5.2020).

*Der Maler Heinrich Mauersberger malte als Projekt Motive aus allen Orten in der Verbandsgemeinde Leiningerland, die in dem Buch „Motive“ veröffentlicht wurden. © Verbandsgemeinde Leiningerland*

## Inhalt:

Frank Rüttger, Bürgermeister der Verbandsgemeinde Leiningerland:  
Der Zusammenhalt, den unsere Gesellschaft dringend braucht!

Bernd Findt, Beigeordneter der Verbandsgemeinde Leiningerland:  
Mitglied werden in diesem umtriebigen Verein

Ministerpräsident Schweitzer und Ministerin Schall:  
Sorgende Gemeinschaften als Schlüssel zur Gestaltung des demografischen Wandels

Sanitätsrat Dr. med Günter Gerhardt,  
Erster Vorsitzender der Landesseniorenvertretung:  
Sind aktive Senior\*innen erwünscht?

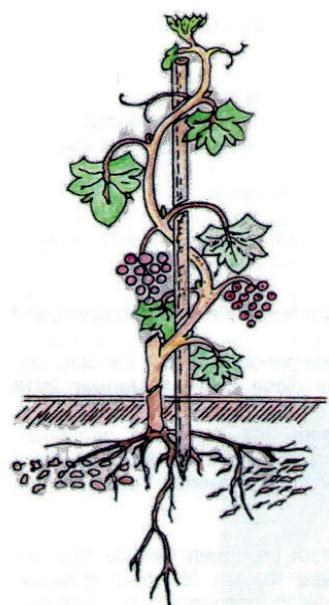
Wenn Engel reisen:  
Unser Besuch in Saarbrücken

Gaby Müller, Koordinatorin für Bürgerbusse:  
Unsere Bürgerbusse fahren klimaneutral

Der Digitalbotschafter informiert:  
OnLine einkaufen - aber sicher!

Die Ansprechpartner in den Gemeinden

... und viel Wichtiges, Nützliches, Schönes ...



**Liebe Seniorinnen,  
liebe Senioren,**

gerade hatte ich rechtzeitig die Herbstausgabe unserer „Spätlese“ zur Druckerei gesendet, da fand ich in meinen E-Mails einen Hinweis auf den „Weltaltentag am 1. Oktober 2025“. Vielleicht hatte ich davon gehört, aber richtig präsent war der bei mir nicht. Im Internet habe ich dann den folgenden Text dazu gefunden:

## **Gemeinsam „JA zum Alter“ sagen**

**Zum Internationalen Tag  
der älteren Menschen am 1.  
Oktober hat die BAGSO (Bun-  
desarbeitsgemeinschaft der Se-  
niorenorganisationen e.V.) die  
Organisationen, Kommunen,  
Vereine, Initiativen und enga-  
gierte Einzelpersonen dazu ein-  
geladen, sich an der Aktion „JA  
zum Alter“ zu beteiligen.**

**Ziel war es, den Weltaltentag  
und damit das Thema Älterwer-  
den stärker ins gesellschaftliche  
Bewusstsein zu rücken und eine  
positive Haltung gegenüber  
dem Alter zu fördern.**

**Die bundesweite Aktion  
wurde 2025 erstmalig von der  
BAGSO ausgerufen. Im Rah-  
men der Aktion zeigten Kommunal-  
verwaltungen, Seniorenbeiräte  
und -vertretungen, Mehr-  
enerationenhäuser, Kirchenge-  
meinden, Pflegeeinrichtungen  
sowie Seniorenorganisationen  
und Einzelpersonen, wie viel-  
fältig und engagiert ältere  
Menschen heute leben, und wie  
wichtig eine altersfreundliche  
Gesellschaft ist.**

**Bei der Hashtag-Aktion auf  
den sozialen Medien wurden  
rund 200 Fotos und Videos**

**verteilt. Auch die Straßenkrei-  
de-Aktion wurde von vielen  
aufgegriffen, um vor Ort Auf-  
merksamkeit zu erregen. Man-  
cherorts wurden Aufkleber oder  
Banner in öffentlichen Räumen  
platziert oder ein „Wunsch-  
baum“ aufgestellt.**

**Außerdem hat die BAGSO  
rund 25.000 Postkarten ausge-  
geben, die z.B. an Infoständen  
in Fußgängerzonen, gemein-  
schaftlichen Mittagstischen  
oder Tanznachmittagen verteilt  
wurden.**



Alfred Lenz  
1. Vorsitzender

**Der Internationale Tag der  
älteren Menschen (Weltalten-  
tag) wurde im Jahr 1990 von  
den Vereinten Nationen ins Le-  
ben gerufen. Er erinnert jährlich  
am 1. Oktober an die Bedeu-  
tung älterer Menschen in un-  
serer Gesellschaft und stärkt die  
Solidarität zwischen den Gene-  
rationen.**

**Dieser Tag wird jährlich be-  
gangen, um die Verdienste älter-  
er Menschen zu würdigen und  
die Probleme zu beleuchten, die  
ihr Leben betreffen. Er bietet  
die Gelegenheit, den Beitrag,  
die Weisheit, die Würde und die  
Bedürfnisse unserer Senioren  
anzuerkennen und unsere An-  
strengungen für ihr Wohlerge-  
hen zu bekräftigen.**

Gerade in der Jetzzeit sollte der „Weltaltentag am 1. Oktober“ mit seinen Zielen bekannt werden. Er sollte in einer Reihe stehen etwa mit dem „Weltfrauentag am 8. März“ oder dem „Weltkindertag am 20. September“. Denn dass diese Tage besonders zu benennen sind, offenbart die Notwendigkeit, für diese oft Schwächsten in der Bevölkerung einzutreten.

Die aktuell diskutierten Themen wie „Wehrdienst für Rentner“ und „Aktualisierung des Generationenvertrags - Rente“ betreffen unsere gesamte Gesellschaft, damit insbesondere uns Seniorinnen und Senioren. Auch die Altersdiskriminierung (Ageismus) in verschiedenen Ausprägungen muss benannt und verhindert bzw. beseitigt werden.

Für die entsprechend zu beschließenden Entscheidungen, nicht nur bei diesen vorgenannten Problematiken, wünsche ich unseren gewählten Volksvertretern Mut und Klugheit!

Wir Seniorinnen und Senioren wollen uns keinesfalls politisch gegen unsere Kinder und Enkelkinder ausspielen lassen – und im Umkehrschluss gilt wohl das Gleiche.

**Ihnen und Ihren Lieben  
wünschen wir  
ein harmonisches  
Weihnachtsfest und  
ein gesundes  
und friedliches  
neues Jahr 2026.**

Euer Redaktionsteam



Frank Rüttger  
Bürgermeister der  
Verbandsgemeinde Leiningerland

## **Liebe Seniorinnen und Senioren,**

das Jahr 2025 neigt sich dem Ende zu. Ein Grund, das Vergangene nochmals zu reflektieren und sich auf die kommenden Herausforderungen einzustellen.

**F**ür mich endet nun auch meine Amtszeit als Bürgermeister der VG Leiningerland. Es waren arbeitsreiche und bewegte Jahre, in denen ich viele engagierte Menschen im Leiningerland kennenlernen durfte, die sich nachhaltig für unsere Gesellschaft einbringen.

Viele tolle Gespräche und Begegnungen – gerade auch mit den aktiven Seniorinnen und Senioren, auch im Seniorenbeirat – bleiben mir in positiver Erinnerung.

Unsere Gesellschaft braucht den Zusammenhalt, braucht Rücksichtnahme und gegenseitige Wertschätzung. Wir leben in Zeiten des Umbruchs, sehr schneller Veränderungen und bislang Gewohntes wird in Frage gestellt.

**E**s liegt an uns, hier Haltung zu zeigen, Halt zu geben und in unserem Wirkungsbereich die richtigen Weichen zu stellen, um für Freiheit und Demokratie einzutreten. Ich kann Sie alle dazu nur ermuntern und bitten weiter nachhaltig positiv zu wirken.

Gerade vor Ort muss Vertrauen in unsere staatlichen Strukturen und deren Leistungsfähigkeit aufrechterhal-

ten oder sogar wiedergewonnen werden. Dafür gilt es täglich einzustehen. Endlich wieder in die Umsetzung von Projekten kommen und die überbordende Bürokratie hinter uns lassen.

Wir müssen die uns tragenden Werte wieder stärker betonen und Mitmenschlichkeit leben. Und letztendlich auch Einschränkungen als unausweichlich akzeptieren.

Frieden – ist in der christlichen und religiösen Zeit vor Weihnachten ein erstrebenswertes Ziel sowie Frieden und Zufriedenheit in unseren Herzen und unserem Handeln.

**M**ein Dank gilt allen, die sich in diesem Sinne nachhaltig und dauerhaft einsetzen – und das überwiegend im Ehrenamt.

Das ist der Zusammenhalt, den unsere Gesellschaft dringend braucht!

**Ich wünsche Ihnen und uns allen  
eine besinnliche Adventszeit,  
schöne Feiertage und einen guten  
Start in ein gesundes und positives  
Jahr 2026.**

Ihr

Frank Rüttger  
Bürgermeister

Hinter unserem  
Banner geschehen  
die leckeren guten  
Taten

Waffeln und Infos -  
eine gute Kombina-  
tion gab es bei uns



## Autofreies Eistal am 3. 10. 2025

„Wenn wir vorgestern ein solches Wetter gehabt hätten ...“

... wie gestern am 4. Oktober oder heute am 5. Oktober 2025, dann hätten wir eine deutliche Anzahl an Eiern und weiteren Backzutaten nicht benötigt. Aber „Gott sei Dank!“ war das Wetter uns gnädig. Es war zwar bewölkt und etwas frisch, aber dennoch brauchbar zum Radfahren oder Wandern. Das hat sich positiv ausgewirkt auf die Anzahl der frischen Waffeln, die wir für die Besucher unseres Info-Standes gebacken haben.

Mittlerweile ist am 3. Oktober, dem „Nationalen Gedenktag“ und dem Veranstaltungstag „Autofreies Eistal“ unser Info-Stand in der Eistalstraße ein gern besuchter Treffpunkt. Von weitem gut zu sehen sind unser Banner und der Anhänger mit dem Logo des Seniorenbeirats Leiningerland e.V. Einige Teilnehmer zählen sich bereits zu den Stammgästen: „Eure frischen Waffeln sind einmalig, dafür halten wir hier in jedem Jahr!“

Auch unser Angebot an Informationsmaterial machte ein An-

halten lohnenswert. Eine große Palette unterschiedlicher Themen, von medizinischer Vorsorge über gesundes Essen bis zu Kriminal-Prävention und Angebote unserer Fachkraft Gemeindeschwester Plus, lagen als Faltblatt oder Prospekt bereit. Gute Gespräche, die oft mit dem Satz begonnen haben: „Was macht der Seniorenbeirat außer Waffeln backen?“ machten bei den Frägern staunende Gesichter, wenn wir auf unsere Aktivitäten hinwiesen und die „Spälese“ als Informationsträger nannten. Viel gute und nützliche Tipps und Hinweise konnten so mitgenommen werden.

Ein Resümee dieses Tages können wir gut in den folgenden Zahlen darstellen:

60 Eier, 5 kg Mehl, 2,5 kg Butter, 1,5 kg Zucker, 20 P. Vanillinzucker, 5 Liter Milch, Zitronenaroma, etwas Salz – gut gemischt und gebacken zur Freude von Gaumen und Magen.

## Testament Patientenverfügung Vorsorgevollmacht

Am 22.10.2025 fand im Dorfgemeinschaftshaus in Tiefenthal ein Vortrag der Anwälte Jan Gehrlein & Torsten Trauth aus Bellheim statt. Rund 30 Zuhörerinnen und Zuhörer hatten die Möglichkeit, sich über die Themen Erbrecht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht zu informieren.

Die Anwälte begannen mit einer Einführung in die Grundlagen des Erbrechts. Dabei erklärten sie die Bedeutung einer sorgfältigen Testamentsgestaltung und wie man seinen Nachlass regeln kann, um Streitigkeiten unter Erben vorzubeugen.

Ein weiterer Punkt war die Patientenverfügung. Jan Gehrlein machte deutlich, dass viele Menschen sich der medizinischen und rechtlichen Bedeutung solcher Dokumente nicht bewusst sind. Er erklärte, wie eine Patientenverfügung es ermöglicht, im Voraus festzulegen, welche medizinischen Maßnahmen im Falle einer schweren Krankheit oder eines Unfalls gewünscht sind.

Daraufhin widmeten sich die Referenten der Betreuungsverfügung, einem Dokument, das regelt, wer im Falle einer geistigen oder körperlichen Beeinträchtigung die rechtliche Vertretung übernehmen soll. „Die richtige Person zu wählen, ist unerlässlich, um die eigenen Interessen wahren zu können“, erklärten sie.

Zu guter Letzt wurde die Vorsorgevollmacht thematisiert, die es einer Person erlaubt, in finanziellen und rechtlichen Angelegenheiten eine andere Person zu bevollmächtigen. Die Juristen wiesen darauf hin, dass es besonders wichtig sei, klare Regelungen für den Fall zu schaffen, dass man selbst nicht handlungsfähig ist.

Die sehr interessierten Zuhörer stellten Fragen zu den Themen. Der sehr gute Vortrag verdeutlichte die Notwendigkeit, sich frühzeitig mit diesen rechtlichen Angelegenheiten auseinanderzusetzen. Jenny Kaiser

## Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

das Jahr 2025 neigt sich dem Ende zu und wir können uns nun auf die friedvollen und besinnlichen Tage im Dezember freuen, die bis zum Weihnachtsfest vielerorts von schön gestalteten Weihnachtsmärkten und stimmungsvollen Weihnachtsfeiern begleitet werden.

Seit vielen Jahren organisiert die Vorstandsschaft des Seniorenbeirates unsere beliebte und immer gut besuchte Weihnachtsfeier im Dezember. Hierzu braucht es alle Jahre eine stattliche Anzahl freiwilliger Helfer, die zum Beispiel für die festliche Ausstattung der Halle, für die Ausgabe von Kaffee und Kuchen oder für die Erledigung vieler anderer Dinge bereit stehen.

Selbstverständlich gehören dazu auch alle Protagonisten, die mit dem Vortragen von Gedichten, dem Verlesen einer Weihnachtsgeschichte oder einem musikalischen Beitrag, der Feier einen würdigen Rahmen verleihen. Deshalb möchte ich mich an dieser Stelle an alle Mitwirkenden für ihren freiwilligen Einsatz recht herzlich bedanken.

Mir persönlich bereitet es jedes Jahr aufs Neue viel Freude an dieser schönen Weihnachtsfeier teilnehmen zu dürfen.

Es lohnt sich aber nicht nur einmal im Jahr die Weihnachtsfeier des Seniorenbeirates zu besuchen. Auch die vielen Sachvorträge, zugeschnitten auf die Interessen von Menschen im fortgeschrittenen Lebensalter, die von der Vorstandsschaft organisiert und angeboten werden, sind immer eine Teilnahme wert. Hier bieten sich vielfältige interessante Möglichkeiten, Erfahrungen und Erkenntnisse für den täglichen Lebensall-

tag mitzunehmen. Nicht zu vergessen sind hierbei auch die Ausflugsfahrten und die mehrtägigen Reiseunternehmungen, die eine sehr willkommene Abwechslung im Kreise von Freunden und Gleichgesinnten darstellen.

Auf Grund dieser genannten Vorteile und Vorteile, ist es auf jeden Fall für jede Seniorin und für jeden Senior erstrebenswert, Mitglied dieses umtriebigen Vereines zu werden. Deshalb werbe ich auch gerne bei Personen in diesem Alterssegment in persönlichen Gesprächen immer wieder um neue Mitglieder, damit uns ein Rückgang oder eine Stagnation in diesem Bereich erspart bleibt, wie es in so vielen anderen Vereinen in den letzten Jahren schleichend der Fall ist.

Ich bin überzeugt, dass der Seniorenbeirat mit seinen vielfältigen Angeboten und seiner umtriebigen Vorstandsschaft einen guten und erfolgreichen Weg in Richtung Zukunft geht.

Hierzu passt recht gut ein Zitat des amerikanischen Bürgerrechtlers Malcolm X: „Die Zukunft gehört den Leuten, die sich heute darauf vorbereiten“.

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren, ich wünsche Ihnen und Ihren Angehörigen für die kommende Zeit alles erdenklich Gute, eine möglichst „stressfreie“ Vorbereitungszeit auf die Weihnachtsfeiertage und den bevorstehenden Jahreswechsel.

**Frohe Weihnachten und ein gutes, glückliches und vor allem gesundes neues Jahr 2026.**

Herzliche Grüße

## Geplante Termine

- |                        |  |
|------------------------|--|
| 14. April 2026         | Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen des Vorstands |
| April/Mai 2026         | Frühjahrstour                                      |
| 26. Juni 2026          | Grillfest auf dem Grünstadter Berg                 |
| 3. Aug. - 7. Aug. 2026 | Mehrtagesfahrt                                     |

**Alle Termine mit Details werden rechtzeitig im Amtsblatt der Verbandsgemeinde Leiningerland mitgeteilt.**

# Ministerpräsident Alexander Schweitzer und Ministerin Dörte Schall: „Sorgende Gemeinschaften als Schlüssel zur Gestaltung des demografischen Wandels“

Im Rahmen der Demografiewoche vom 3. bis 7. November 2025 fand am 5. November die Zentralveranstaltung in der Akademie der Wissenschaften und der Literatur in Mainz statt. Unter dem Titel „**Gemeinsam gestalten wir ein Zuhause für alle**“ stehen sorgende Gemeinschaften und deren Bedeutung für die Versorgung und Teilhabe älterer Menschen im Mittelpunkt.

Sozialministerin Dörte Schall betonte: „Unsere Gesellschaft altert. Mit dem Eintritt der geburtenstarken ‚Baby-Boomer‘-Generation in den Ruhestand beschleunigt sich dieser Prozess deutlich. Umso wichtiger ist es, die Unterstützung älterer Menschen über die bestehenden Landesangebote, wie Gemeindeschwester Plus, WohnPunkt RLP oder die Pflegestützpunkte hinaus gezielt zu einer vernetzten Versorgung weiter zu entwickeln. Die Zukunft guter Versorgung im Alter liegt im vernetzten Zusammenwirken von pflegerischen Angeboten, mehr altersgerechtem Wohnraum und dem Aufbau von sorgenden Gemeinschaften in ganz Rheinland-Pfalz.“

Zu Beginn der Zentralveranstaltung zeigte Prof. Dr. Manfred Hülsken-Giesler, Direktor des Instituts für Gesundheitsforschung und Bildung an der Universität Osnabrück, die Möglichkeiten, die die Gestaltung von sorgenden Gemeinschaften für die Pflege bietet.

In der anschließenden Talkrunde diskutierten Vertreterinnen und Vertreter der freien Wohlfahrtspflege, der Kassen, der Landesseniorenvertretung und der kommunalen Praxis, wie man die Rahmenbedingungen für sorgende Gemeinschaften verbessern kann.

Ministerpräsident Alexander Schweitzer stellte anschließend im Gespräch fest: „Wir brauchen ein harmonisches Miteinander der Generationen, damit wir auch in Zukunft gut



Stets ansprechbar: Der Erste Vorsitzende der Landesseniorenvertretung RLP Dr. med. Günter Gerhardt und Vorstandsmitglied Christiane Gerhardt



Fachkundiger Besuch am Info-Stand der Landesseniorenvertretung RLP (v.l.n.r.): Erster Kreisbeigeordneter des Landkreis Bad Dürkheim Timo Jordan, Koordinatorin für Gemeindeschwestern Plus und Pflegestützpunkte im Landkreis Bad Dürkheim Simone Stauder, Vorstandsmitglieder in der Landesseniorenvertretung Christiane Gerhardt und Alfred Lenz

in Rheinland-Pfalz leben können.“ Auf die konkreten Schritte angesprochen, sagte er: „Eine Unterstützung für Angehörige, der Auf- und Ausbau neuer Wohnformen oder aufsuchende Beratung, wie die Gemeindeschwester Plus sind bereits angestoßen und werden von uns als Landesregierung weiter gefördert und ausgebaut. Diese flächendeckenden Kümmererstrukturen, der Aufbau sorgender Gemeinschaften in den Dörfern und Quartieren, aber auch die Entwicklung klassischer stationärer Einrichtungen zu Gemeindezentren und die Überwindung starrer Grenzen zwischen der ambulanten und stationären Versorgung helfen enorm, um eine bessere Versorgung in einer älter werdenden Gesellschaft sicher zu stellen.“

Für das große Engagement der Rheinland-Pfälzerinnen und Rheinland-Pfälzer in der Demografiewoche – und natürlich auch darüber hinaus – bedankte sich der Ministerpräsident: „Ich freue mich sehr, dass wieder über 140 Veranstaltungen im ganzen Land für die Demografiewo-

che angemeldet sind. Das zeigt, dass das Thema weiter aktuell ist und dass es die Menschen bewegt. Ich möchte ausdrücklich allen danken, die sich in der Demografiewoche und darüber hinaus für ein gutes Zusammenleben engagieren.“

Die Zentralveranstaltung wurde von einem Netzwerkforum begleitet, bei dem sich Projekte und Angebote aus ganz Rheinland-Pfalz präsentierten. Als Beispiel wurde unter anderem das Quartiershaus in Hetzerath vorgestellt: Ein Tagespflegeangebot inklusive Nachbarschaftstreff, Familienwohnungen, Wohnungen mit Service für Menschen mit Unterstützungsbedarf sowie zwei ambulante Pflegewohngemeinschaften für jeweils zwölf Menschen bieten dort eine Alternative zum Leben in einer stationären Einrichtung der Pflege. Zusätzlich steht ein Nachbarschaftstreff mit Mittagstisch von montags bis freitags allen Bürgerinnen und Bürgern aus Hetzerath offen.

Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung

**A**us dem jahrelangen **NEIN** ist jetzt ein **klares JA** geworden. Gerade jetzt, wo unsere Demokratie von rechtsextremen Angriffen zerstört werden soll, müssen wir uns mit unserem Wissen und unserer Erfahrung in die Politik einmischen. Wir wissen Dinge, die jüngere Menschen nur aus Geschichtsbüchern kennen. Wir haben die Geschichte erlebt und unsere Lehren daraus gezogen. Der Hirnforscher Ernst Pöppel spricht von historischer Präsenzzeit.

Ohne unser Einmischen ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass Strukturen, Prozesse und Inhalte zur Regelung unserer Angelegenheiten zwar stattfinden, aber oft nicht in unserem Sinne. Wir können als die zahlenmäßig größte Bevölkerungs-Wählergruppe viel erreichen, wenn wir uns quer durch alle demokratischen Parteien politisch einsetzen.

**Diese gewaltige Stimme müssen wir einsetzen, mit ihr können wir Politik machen.**

Der Parlamentarische Staatssekretär im Bundesministerium Michael Brand spricht auf einer seniorenpolitischen Fachtagung von aktiven Älteren, die die Zukunft sichern: „Alter bleibt eine aktive Lebensphase, es ist eine Zeit der aktiven Verantwortung. Wir müssen die enormen Potenziale der Älteren, nicht nur deren bereits erbrachte Leistung für unsere Gesellschaft, weit stärker einbinden als wir das bisher getan haben.“

**D**ie gleiche Fachtagung widmete sich dem Thema Altersdiskriminierung (Ageismus). Durch diese soziale und ökonomische Benachteiligung wird es den älteren Menschen erschwert, sich einzumischen, politisch zu agieren, ganz allgemein am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können. Ältere Menschen reagieren sehr sensibel auf diese Benachteiligung und verlieren dadurch die Lust an der politischen Arbeit. Der Kampf gegen Ageismus bzw. die Unterstützung derjenigen, die diskriminiert wur-



Sanitätsrat  
Dr. med. Günter Gerhardt  
Erster Vorsitzender der Landesseniorenvertretung RLP

## Sind aktive Senior\*innen erwünscht?

den und dadurch vielleicht sogar psychischen Schaden genommen haben, muss unser aller Anliegen sein. Zahlreiche Veranstaltungen beschäftigen sich mit dieser Thematik. Wir sollten dieses Fortbildungsangebot annehmen, was unsere Resilienz stärkt, die wir für erfolgreiche politische Aktionen brauchen.

**E**ine interessante Persönlichkeit, die sich für aktive Senior\*innen einsetzt, durfte ich kennenlernen: Prof. Dr. habil. Eva-Maria Kessler. Sie ist Professorin für Gerontopsychiatrie, leitet die Hochschulambulanz „Psychotherapie im Alter“ in Berlin und ist Mitglied der Neunten Altersberichtskommission der Bundesregierung. Was mich als psychotherapeutisch tätiger Arzt besonders freut ist, dass Frau Kessler eine Ambulanz betreibt, die sich psychotherapeutisch um ältere Menschen kümmert.

Mir wurde noch beigebracht, dass eine Psychotherapie nach dem 60. Geburtstag nichts mehr bringt. Ich habe diese Grenze schon bald fallen lassen und auch Älteren eine Psychotherapie angeboten.

Was nun können wir gegen Ageismus/Altersdiskriminierung tun? Es braucht unterschiedliche Maßnahmen auf unterschiedlichen Ebenen

(Politik, Bildung, eigenes Verhalten etc.). Der Kommunikationsleitfaden „Altern – ältere Menschen – demographischer Wandel in Sprache und Bild“, der von Prof. Kessler im Rahmen des Programms „Altersbilder“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) erstellt wurde – stellt verschiedene Beispiele zur Verfügung und gibt Handlungssicherheit. Diese Texte und Bilder tragen dazu bei, das Denken, Fühlen und Handeln in Bezug auf Alter(n) und ältere Menschen positiv zu beeinflussen und damit Ageismus abzubauen.

**D**ie Vermittlung neuer, interessanter und potenziell behafteter Altersbilder birgt die Chance, überholte Stereotype und traditionelle Altersnormen, wie man als älterer Mensch angeblich zu sein hat, zu verändern.

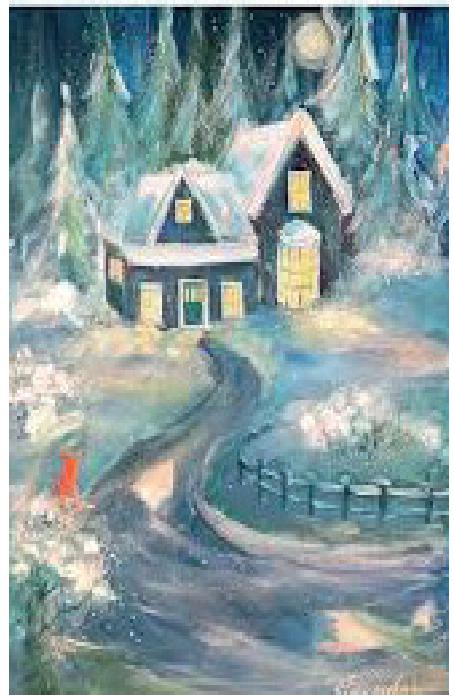
Ein weiteres Forschungsprogramm „Wissenschaft des gesunden Alterns“ zeigt uns ebenfalls deutlich, dass wir aktiven Senior\*innen erwünscht sind. Dass wir uns in unserem letzten Lebensdrittel befinden ist nicht zu ändern, wohl aber die Länge dieses letzten Abschnittes.

**D**amit beschäftigt sich das Institut für Molekulare Biologie (IMB) auf dem Campus der Universität in Mainz. Hier werden führende Wissenschaftler aus aller Welt zusammengebracht, sie arbeiten daran, die wichtigsten molekularen Mechanismen zu entschlüsseln, die dem Altern, der Entwicklung und der Krankheit zugrunde liegen. Sie verfolgen das Ziel, die Entwicklung und das Altern von Organismen zu verstehen und Entdeckungen zu machen, die in neue Behandlungen von Krankheiten umgesetzt werden können.

**Abschließend möchte ich Ihnen und Ihren Familien/Freunden ein friedvolles Weihnachtsfest wünschen und ein gutes NEUES JAHR 2026.**

**Herzlicher Gruß  
Ihr Günter Gerhardt**

# Großvaters Gedanken zu Weihnachten



Als ich ein Kind noch gewesen bin  
Das ist schon lange her,  
Da war Weihnachten ein Erlebnis,  
ein Märchen und noch viel mehr.  
Es gab nur kleine Geschenke,  
denn wir waren ja nicht reich.  
Doch diese bescheidenen Gaben  
kamen dem Paradiese gleich.

Da gab es nur Äpfel und Nüsse,  
mitunter ein Paar Schuh;  
und wenn es die Kasse erlaubte  
ein kleines Püppchen dazu.  
Wie war doch das Kinderherz selig  
ob all der herrlichen Pracht,  
und es war ein heimliches Raunen  
um die stille, heilige Nacht.

Dann wurde ich älter und größer  
und wünschte mir das und dies.

Ich hörte auf, an das Christkind  
zu glauben  
und verlor dabei das Paradies.

Und dann kam der Krieg  
mit all seinen Leiden,  
mit Hunger und mit Not.  
Da wurde ich wieder bescheiden  
und war dankbar  
für ein Stückchen Brot.

Wir alle wurden da kleiner  
und nur ein Wunsch hatte da Macht:  
wir wollten vereint sein  
mit unseren Lieben  
in der stillen, heiligen Nacht.

Und als der Krieg war zu Ende  
wuchs eine neue Jugend heran.  
Und auch die hatte Wünsche

an den lieben Weihnachtsmann.  
Nur waren die nicht klein  
und bescheiden,  
denn der Wohlstand kam ins Land.

Die Wünsche wurden immer größer  
und größer,  
und das Schenken nahm überhand.  
Nun wurde gewünscht und gegeben,  
und keiner fragt nach dem Wert.  
Vergessen sind Krieg und Armut  
und die Stunden am einsamen Herd.

Aus dem schönsten  
christlichen Feste  
hat der Mensch  
einen Jahrmarkt gemacht.  
Er wünscht sich vom Besten  
das Beste  
und vergisst dabei  
den Sinn der heiligen Nacht.

Lothar Nitsche †



## Die Glühwoikerwe *Ulrike Hennig*

Was for es Fesch iss hierzuland  
Als Glühwoikerwe wohlbekannt?  
Wu Menscheträuwe sisch oifinnen,  
zu speter Schtunn ach Liedscher singen  
unn vielerorts, Gott sei's geklagt,  
e Reitschul dudelt, Dag for Dag?

Ihr habt's errote, liewe Leit,  
es iss mol wieder „Glühwoizeit“.  
Doch newebei ach noch Advent!  
Des wääs fasch jede(r) doch wer kennt  
die Mär vum kläane Jesuskind,  
des ma in de Kripp drin findet?

Nätt jede(r) glaabt on die Geschicht!  
Unn wonn die Biwel uns bericht  
vunn em Mensch der, hochverehrt,  
monschen Sünder hott bekehrt  
frog isch: „Wie wär's um die Welt  
ohne Jesus heit beschellt?

Gebt noch mehr Kriege, Not und Leid,  
kää Nächschtelieb in unsrer Zeit?“  
Woihnachte iss wischtisch  
denkt schtets dran,  
sunscht wär die Menschheit  
werklich arm!

## Zum Lesen und Vorlesen: Der Bär und der Vogel

Es war einmal ein Bär, der lebte  
sieben Meilen weg von den Leuten,  
am Fuße des Berges in einer kleinen,  
freundlichen Höhle.

Im Sommer ging es ihm gut, ver-  
diente er doch seinen Lebensunter-  
halt mit Bienenzucht und Honig-  
handel, Beerensammeln und ähnlichen  
kleineren Arbeiten. Auch mit den  
Waldleuten vertrug er sich gut, weil  
er leutselig war, auch niemals hinter-  
listig oder nachtragend, wenn ihn  
jemand im Spaß oder aus Versehen  
gehänselt hatte. Gemeinheit oder  
Bosheit war ihm fremd und er war  
für die anderen Tiere so wie ein lie-  
ber Großvater. Sie kamen zu ihm und  
flüsterten ihre Sorgen in sein Ohr, der  
Bär sagte nie etwas weiter.

Auch im Winter ging es ihm nicht  
schlecht. Er hatte ja einen warmen  
Mantel aus Bärenfell, und er hatte  
kleine Vorräte in seiner Höhle ange-  
legt, die fast immer ausreichten. Er  
hatte Honig, etwas Espenlaub (was  
zerrieben, mit Pilzen und Schnee an-  
gerührt, mit Honig gesüßt, ein wun-

derbares Bärenmahl ergibt) und er  
hatte Baumblätter sauber gefaltet  
unter seinem Kopfkissen gesammelt,  
auf denen er an langen Winterabend-  
en die Geschichte vom Sommer le-  
sen konnte.

Nur im letzten Winter, da war es  
besonders kalt. Der Wind hatte dem  
Bären den Schnee bis direkt vor das  
Bett geweht. Die Luft war wie kal-  
tes Glas und die Vögel fielen erstarrt  
in den Schnee. Und als die Heilige  
Nacht kam, stand der Mond küm-  
merlich und blass am Himmel.

Dem Bären war so kalt wie noch  
nie und er sagte sich: „Es ist so kalt,  
dass ich es nicht mehr aushalten  
kann. Ich werde jetzt in die Stadt  
gehen zu den Menschen. Vielleicht  
treffe ich einen Bekannten oder fin-  
de einen warmen Platz am Ofen oder  
jemand schenkt mir eine Brotsuppe.  
Heute ist die große Nacht, da sind die  
Menschen gut zueinander.“

Da hatte er auch recht.  
Er rieb sich die Pfoten, ging vor  
die Höhle und rief in den Wald: „Geht

jemand mit in die Stadt? Es gibt eine  
warme Brotsuppe und ein schönes  
Fest. Niemand?“

Bloß das Echo rief zurück: Nie-  
mand.

Da ging der Bär allein den Reh-  
weg entlang, der ja geradeaus zu  
den ersten Häusern führt. Lieber  
wäre er nicht allein gegangen, denn  
der Weg ist besser, wenn man ihn zu  
zweit wandert. Manchmal blieb er  
deshalb stehen, hielt die Pfoten an  
die Schnauze und rief: „Niemand, der  
mitgeht in die Stadt? Es gibt ein gro-  
ßes Fest.“

Aber es gab keine Antwort.

Und als es immer kälter wurde  
und der Bär nach vorn fiel, in den  
Himmel sah und dann die Augen  
schloß, kam ein kleiner Vogel geflo-  
gen, setzte sich auf sein Ohr, pickte  
ihn und sagte: „Kalt ist es, Bär, Könn-  
test du mich ein Stück tragen? Ich  
kann nicht mehr fliegen wegen der  
Kälte und ich würde dir ein bisschen  
vorsingen.“

Da stand der Bär auf, nahm den  
federleichten Vogel auf seine Schul-  
ter und sie gingen zusammen in die  
Stadt. Während sie gingen, versuchte  
der Vogel ein Lied, so gut es bei der  
Kälte möglich war. Der Bär lauschte,



der Sommer fiel ihm wieder ein, und  
er ging ganz vorsichtig, um die Melo-  
die nicht zu verwackeln.

Es war schon mitten in der Nacht,  
als sie in die Stadt kamen. Hinter den  
Fenstern waren die Kerzen ausge-  
brannt und die Leute waren unter-  
wegs in die Kirche. Der Bär ging hin-  
ter ihnen her und lauschte dem Lied,  
das der Vogel ihm ganz leise ins Ohr  
sang. In seinen Augen ging ein klei-  
nes Licht auf. Der Vogel sah es, wär-  
mte sich daran und bald schnitt ihnen  
auch die Kälte nicht mehr so in die  
Beine.

Als sie an der Kirche ankamen, ließ  
der Küster sie nicht hinein. „Bären  
und Vögel haben hier bitte keinen  
Zutritt. Das ist die Vorschrift. Auch  
kann ich keine Ausnahme machen,  
denn die Kirche ist überfüllt. Kinder  
und alte Frauen könnten sich ängstigen.  
Morgen oder übermorgen geht  
es vielleicht, denn meistens bin ich  
nicht so streng.“ Das Letzte sagte er,  
weil heute Weihnachten war.

Aber dem Bären und dem Vogel  
war das egal. Sie froren nicht mehr  
und setzten sich neben die Tür. Der  
Himmel war ihnen wie ein großes

Dach und die Welt hatte keinen An-  
fang und kein Ende.

Kinder kamen vorbei und sagten  
zu ihren Müttern und Vätern: „Was  
ist dort mit dem Bären? Ist er ein  
verwunschener Prinz oder etwa der  
Bärenkönig persönlich?“ „Kein Prinz  
und kein König“, sagten die Eltern,  
„wir haben jetzt keine Zeit und mor-  
gen werden wir ihm etwas zu fressen  
bringen. Schluss jetzt!“

Als der Vogel immer leiser sang  
und der Bär sah, dass er die Augen  
zuhatte, verbarg er ihn vorsichtig  
und warm in seinen Pfoten und rührte  
sich nicht, um ihn nicht zu wecken.  
Auch dem Bären fielen bald die Au-  
gen zu und er träumte das Lied zu  
Ende.

Inzwischen kamen die Leute aus  
der Kirche, gingen vorbei und nach  
Haus, denn das Fest hatte sie müde  
gemacht. Die Kirchentür wurde ver-  
schlossen und der Küster hatte Feier-  
abend.

Als die Nacht aber am höchsten  
war, kam ein Engel vorbei und trug  
die beiden zurück in einen Wald, in  
dem es niemals wieder so kalt wurde.

Janosch, *Das große Janosch-Buch*,  
1976, Basel / Weinheim,  
Beltz und Gelberg



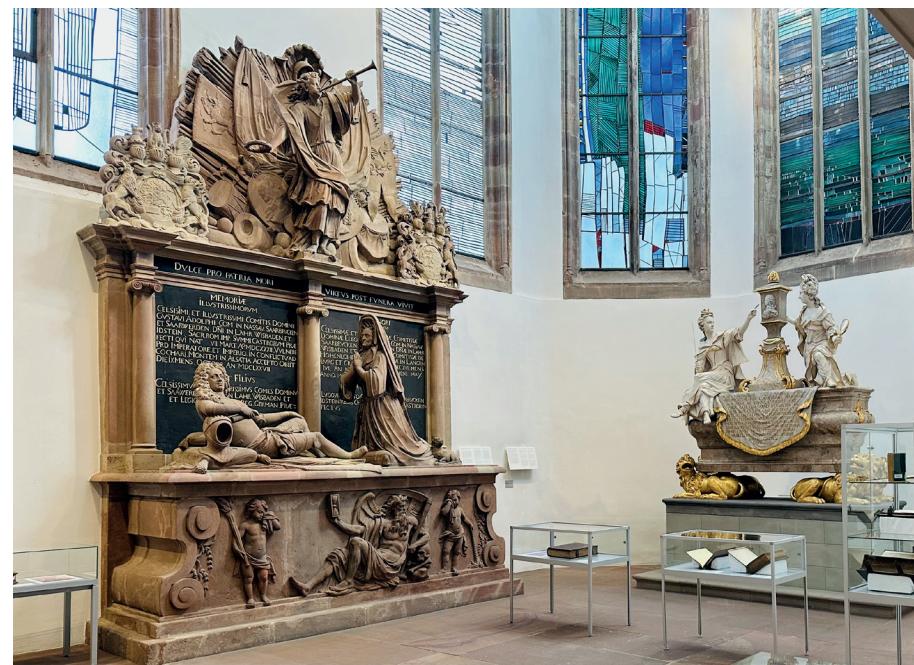
Das Schloss ist ein Schmuckstück der Architektur



Unter dem Schlossplatz: Geschichte pur



Fürstengräber



Fürstengräber der gräflichen Familie in der Schlosskirche

## Ein ganz persönlicher Rückblick: Wenn Engel reisen ...

... spielte am 8. Oktober der Himmel am Autohof in Grünstadt nicht so ganz mit. Trüb, neblig, wenig Sicht bei der Fahrt über die A 6. Doch in Saarbrücken erwartete uns strahlender Sonnenschein!

Die „langsamere Hälfte“ der fünfzig Teilnehmenden durfte im Bus bleiben und spontan eine Stadtrundfahrt mit einer kleinen „Frankreich-Rundfahrt“ sitzend genießen.

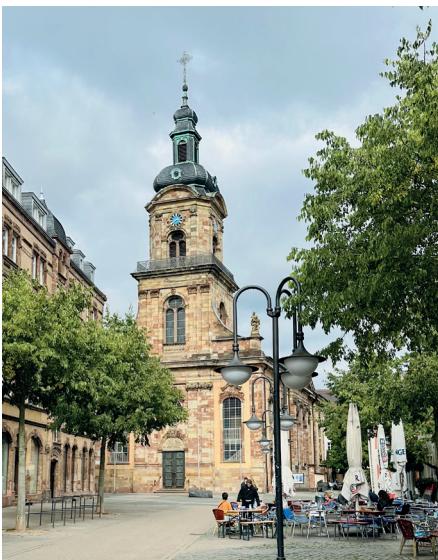
Die „schnelle Hälfte“ wartete derweil auf dem Schlossplatz auf die Stadtführerin, die uns mit etwas Verspätung schließlich fand. Zunächst führte sie uns in das Museum Saar unter dem Schlossplatz. Dort konnten wir unterirdisch freigelegte Teile einer Burganlage mit Hinweisen auf verschiedene Bauphasen und Befestigungen sehen, unterstützt durch eine Videopräsentation.

**Näheres dazu kurz von Sepp:** Die Erklärungen zu den Ausgrabungen fanden kein ungeeiltes Interesse, zumal sie nicht überall verständlich waren.

Weiter ging es durch die barocke Residenzstadt, die im Auftrag der Fürsten von Nassau-Weilburg durch den bedeutenden Architekten und Stadtplaner Friedrich Joachim Stengel (1694-1787) als einheitliches Stadtbild und Gesamtbildwerk mit Schloss, Schlossplatz, Ludwigskirche und diversen Stadtpalais erbaut wurde.

Die Ludwigskirche konnten wir leider nicht besichtigen. Sie gilt als Wahrzeichen der Landeshauptstadt Saarbrücken und hat als evangelischer barocker Sakralbau gleichen Stellenwert wie die Dresdner Friedenskirche oder der Hamburger „Michel“.

Von einem Aussichtspunkt über dem Tal mit Blick auf Fluss, Altstadt und Umgebung konnten wir sehen, dass Saarbrücken eine grüne und lebenswerte Stadt ist. Die Erklärungen dazu wurden durch die Geräusche der an der Saar verlaufenden Stadtautobahn leider sehr gestört.



Barocke Kirche St. Johann,  
heute „Basilika Minor“  
von Joh. Michael Stengel, 1758



Ludwigskirche, Wahrzeichen Saarbrückens.  
Zusammen mit den umliegenden Palais ein einzigartiges Barockensemble.



So schön  
kann es an der  
Saar sein ...



... wenn nicht direkt daneben die Stadtautobahn verlaufen würde



## Alles rund um den Adventskranz

Die Geschichte des Adventskranzes geht auf den evangelischen Theologen und Erzieher Johann Hinrich Wichern (1808-1881) zurück. Er ist der Gründer der diakonischen Stiftung „Das Rauhe Haus“ in Hamburg, wo er auch den Adventskranz erfand. Pastor Wichern wollte den Kindern, die er im Rauen Haus aufgenommen hatte, die Vorberichtungszeit bis zum Heiligabend veranschaulichen. Und so bastelte er 1839 aus einem Wagenrad und Kerzen den ersten Adventskranz der Welt.

Der erste Adventskranz hatte ursprünglich eine Kerze für jeden Tag im Advent, damit die Kinder so die Tage bis Weihnachten abzählen konnten. Vier große, weiße Kerzen symbolisierten die Adventssonntage und kleinere, rote Kerzen die Tage dazwischen. Der Adventskranz konnte früher also zwischen 22 und 28 Kerzen haben – 22, wenn Heiligabend auf den vierten Advent fiel und 28, wenn Heiligabend am Samstag nach dem vierten Advent war.

Nach und nach wollte jeder Haushalt einen eigenen Adventskranz haben. Da der Wichernsche Adventskranz durch seine vielen Kerzen und des dadurch entstehenden Umfangs jedoch zu groß für das heimische Wohnzimmer war, entstand im Laufe der Jahre eine kleinere Version mit nur vier Kerzen am Adventskranz – so wie wir ihn heute kennen. Die Symbolik des Adventskranzes ist dabei gleich geblieben: Die vier verbliebenen Kerzen stehen für die vier Adventssonntage.

### Die vier Kerzen am Adventskranz

Vier Kerzen brannten am Adventskranz. Es war still. So still, dass man hörte, wie die Kerzen zu sprechen begannen. Die erste Kerze seufzte und sagte: „Ich heiße Frieden, mein Licht leuchtet, aber die Menschen halten keinen Frieden. Sie wollen mich nicht.“ Ihr Licht wurde immer kleiner und verlosch schließlich ganz.

Die zweite Kerze flackerte und sprach: „Ich heiße Glauben, aber ich bin überflüssig geworden. Die Menschen wollen von Gott nichts wissen und es macht keinen Sinn mehr, dass ich brenne.“ Ein Luftzug wehte durch den Raum und die Kerze war aus.

Leise und sehr traurig meldete sich die dritte Kerze zu Wort: „Ich heiße Liebe und ich habe keine Kraft mehr zu brennen, denn die Menschen

stellen mich an die Seite. Sie sehen nur sich selbst und nicht die anderen, die sie lieb haben sollten.“ Mit einem letzten Aufflackern verlosch auch diese Flamme.

Da kam ein Kind ins Zimmer, sah die Kerzen an und fing an zu weinen. Es sprach: „Aber ihr sollt doch brennen und nicht ausgehen! Wir brauchen doch euer Licht!“

Da meldete sich die vierte Kerze und sprach: „Habt keine Angst, denn so lange ich brenne, können wir auch die anderen Kerzen wieder anzünden. Denn ich bin die Hoffnung.“ Mit einem Streichholz nahm das Kind das Licht von dieser Kerze und zündete damit alle anderen Lichter wieder an.

Mögen uns allen diese vier wichtigen Dinge nicht verloren gehen!

Unbekannt



### Der Weihnachtsmann kommt

Horch, da kommt der Weihnachtsmann auf seinem schnellen Schlitten an, die Rentiere laufen bald Schritt, bald Trab, da hörst du ihn: klipp, klapp, klipp, klapp.

Jetzt steigt er aus und kommt ins Haus, An seinem Sack schleppst er gar schwer hörst du, er poltert hinter ihm her.

Du wünschtest dir eine Puppe gar sehr, doch aus dem Sack, da kommt - ein Bär! Oh, jetzt sagt der Weihnachtsmann: „Ach nein, der ist für Nachbars Ann“.

Du hattest ein Gedicht für mich - hier, diese Puppe ist für dich!“ Auch Kekse und Äpfel packt er aus und geht dann ins nächste Haus.

Luise Kamusella



### Im Winter, wenn es stürmt und schneit

### Ich wollt, ich wär e Dachs

Im Winter, wenn es stürmt und schneit Und's Weihnachtsfest ist nicht mehr weit. Da kommt weit her aus dunklem Tann' Der liebe, gute Weihnachtsmann.

Knecht Ruprecht wird er auch benannt, Ist allen Kindern wohlbekannt. Er kommt mit einem großen Schlitten Grad aus des tiefen Waldes Mitten.

In seinem Sack sind gute Sachen, Die braven Kindern Freude machen. Doch auch die Rute ist zur Hand Für Kinder, die als bös' bekannt.

Das mag wohl früher so gewesen sein; Heut' gibt's nur brave Kinderlein. Die sagen schnell ihr Sprüchlein auf, Knecht Ruprecht macht den Sack dann auf.

Und Äpfel, Nüsse, Pfefferkuchen Darf gleich das liebe Kind versuchen. Knecht Ruprecht aber fährt geschwind Davon zum nächsten art'gen Kind.

Verfasser unbekannt



### Ich wollt, ich wär e Dachs

Ehr liewe Leit, de Dachs is schlau, Der schluppt de Winter in de Bau, Er fiehlt sich mollich in seim Fett Un braucht kää Kohle un Brikett. Er schlooft in deere wieschde Zeit Wu's kalt is, un mer platzt vor Neid!

Der hot kään Kummer un kään Schmerz Un wie e Uhrwerk kloppt sei Herz! Der braucht kää Troppe,-Medizin,- Im Friejohr werd's jo werre grien Un noch sei allergreesches Glick, Er is veschont vun Polidik!



De Dachs, der kennt kää Defizit Im Haushaltsplan, der find e Quitt Un schleppt se dabber in de Bau! E Dachs, der is halt schlau! Der macht uns all noch ebbes vor Von Schparsamkeit, -un des is woohr!

Der kennt kää DIN un kennt kää Norm, Verwaldungs-un Finanzreform. Der braucht aa kää Erholungskur, Den lehrt des alles die Nadur, Do wachst noch Hobbe, Woi un Flachs,- Ich wollt, ich wär en junger Dachs!

Hans Ponader

## Schlichte Fichte

Die Einstellung der Menschen zum Christbaum ist keine einheitliche. Abgesehen von denen, die gar keinen Christbaum mögen, divergieren auch die Ansichten der zum Christbaum positiv eingestellten Leute ganz gewaltig. Meistens stammt die Idealvorstellung „Christbaum“ aus Kindertagen. Entweder will man so einen, wie man ihn als Kind hatte, weil man mit ihm zufrieden war, oder man hat seine Kinder-Christbäume als „Feindbild“ und will einen ganz anderen. Schwierig wird es, wenn zwei Leute mit verschiedenen Christbaumidealen zu einem Kompromiss kommen müssen. Er sagt: „Fichte schlicht! Nicht höher als einen Meter.“ Sie sagt: „Silbertanne doppelt! Bis zur Zimmerdecke.“ Er sagt: „Weiße Kerzen, Engelshaar und sonst nichts.“ Sie sagt: „Ketten, Lametta, Sternspucker, Glaskugeln, Zuckerln und überhaupt alles, was man aufhängen kann!“ Da Weihnachten Männer milde stimmt und Frauen von Natur aus hartnäckiger sind, ist anzunehmen, dass Sie ihren Willen durchsetzt und eine große Silbertanne erstanden wird. Auch ist anzu-



nehmen, dass der Heimweg friedlich verläuft, weil Er zu Weihnachten ohne Murren im nahen Supermarkt eine billige Dachgalerie ersteht, um das grüne Monstrum verkehrssicher nach Hause zu transportieren, wobei Sie ihn tröstet: „Eine Dachgalerie kann man immer gebrauchen!“ Aber zu Hause, das weiß ich aus Erfahrung, wird es schlimm. Im Freien nämlich wirken Bäume viel kleiner als im Wohnzimmer, man kann sich da leicht verschätzen. Und Sie hat jetzt wirklich keine Zeit, dem Baum die unteren neunzig Zentimeter abzusägen. Und wie ein dicker Stamm in ein kleines Kreuz zu zwängen ist, ist ja nun wirklich Männersache. Letztlich könnte es aber sein, dass Er und Sie doch noch zu einem artigen Kompromiss kommen, weil Sie vergessen hat, wo sie nach dem sommerlichen Großeinemachen die Schachteln mit dem Christbaumschmuck hingetan hat. Also sitzen dann Er und Sie des Abends vor dem schönen grünen Kompromiss. Der Baum ist so groß, wie Sie wollte, und so „kahl“, wie Er wünschte, und Er und Sie können wieder lieb zu einander sein.

Christine Nöstlinger

## Richtig gut versichert

Viele ältere Autofahrerende erleben es Jahr für Jahr: Die Kfz-Versicherung wird teurer – oft allein aufgrund des Alters. Laut dem Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) zahlen 75-Jährige im Durchschnitt 48 Prozent mehr Beitrag als 55-Jährige. Der GDV empfiehlt den Versicherern Alterszuschläge ab 68 Jahren, doch manche Anbieter greifen bereits ab 65 Jahren zu. Die Versicherer begründen dies mit einem höheren Schadensbedarf: Ab etwa 65 Jahren steigen die Beiträge wieder deutlich an, ähnlich wie bei Fahrerfänger:innen. Dabei fahren viele Senior:innen seltener, meiden Stresssituationen und verhalten sich im Straßenverkehr meist besonders vorsichtig.

„Das Alter allein darf kein pauschaler Risikofaktor sein“, so Philipp Wolf,

Versicherungsexperte der Verbraucherzentrale. „Wer sicher fährt und regelmäßig vergleicht, kann unnötige Mehrkosten vermeiden. Eine faire Tarifgestaltung sollte das individuelle Fahrverhalten stärker berücksichtigen.“

Gerade in ländlichen Regionen ist das Auto oft unverzichtbar, beispielsweise für Arzttermine, Einkäufe oder Pflegebesuche. Anstatt sich mit steigenden Beiträgen abzufinden, lohnt es sich, den eigenen Vertrag kritisch zu prüfen. Oftmals liegen zwischen den teuersten und günstigsten Tarifen mehrere Hundert Euro pro Jahr. Durch die Übertragung günstiger Schadenfreiheitsrabatte oder die Mitversicherung von Familienmitgliedern kann die Prämie spürbar sinken. Ein paar Tipps der Verbraucherzentrale für ältere Versicherte folgen:

### ■ Tarife regelmäßig vergleichen:

Ab etwa 60 Jahren lohnt sich ein jährlicher Blick auf die Kfz-Versicherung. Ein Wechsel kann schnell mehrere Hundert Euro pro Jahr sparen.

### ■ Vertrag prüfen und anpassen:

Wenig-Fahrende können durch geringere Fahrleistung, höhere Selbstbeteiligung oder Fahrsicherheits-Checks sparen.

### ■ Versicherung über Familienmitglied prüfen:

Wenn ein jüngeres Familienmitglied das Fahrzeug und die Schadensfreiheitsklasse übernimmt, kann das den Beitrag deutlich senken. Aber: Die Übertragung von Rabatten ist endgültig und kann nicht rückgängig gemacht werden.

**Mehr Informationen und Beratung: Ausführliche Informationen zur Kfz-Versicherung bietet die Verbraucherzentrale auf ihrer Internetseite.**

## „Ältere Menschen dürfen nicht abgehängt werden!“

Immer mehr ältere Bürgerinnen und Bürger äußern große Sorgen und Ängste, ihre Bankgeschäfte eigenständig zu erledigen.

Der Grund: In vielen Bankfilialen werden die persönlichen Dienstleistungen zunehmend durch Automaten und digitale Angebote ersetzt. Gleichzeitig sinkt die Zahl der Mitarbeitenden, die für eine persönliche Beratung und Unterstützung zur Verfügung stehen.

Holger Scharff, Sprecher der Arbeiterwohlfahrt (AWO) und des Sozialverbands VdK, betont: „Wir erleben täglich, wie ältere Menschen durch die fortschreitende Digitalisierung und den Rückzug der Banken aus der Fläche verunsichert werden. Viele haben Angst, Fehler beim Bedienen der Automaten zu machen oder sind mit den digitalen Angeboten schlichtweg überfordert.“

### Fehlende Beratung verstärkt soziale Ausgrenzung

Die persönliche Beratung war bisher ein wichtiger Ankerpunkt für Senior\*innen, um Bankgeschäfte sicher und selbst bestimmt zu erledigen.

Die Reduzierung der personellen Präsenz in den Filialen führt dazu, dass sich viele ältere Menschen ausgeschlossen fühlen. „Wer keinen Zugang zu digitalen Medien hat oder mit Automaten nicht zurechtkommt, steht oft buchstäblich vor verschlossenen Türen“, so Scharff weiter.

### AWO und VdK fordern Handeln von Banken und Politik

Die AWO und der VdK appellieren daher eindringlich an die Kreditinstitute und die Politik, dafür zu sorgen, dass die persönliche Beratung und Unterstützung älterer Menschen nicht weiter abgebaut wird. „Banken tragen eine gesellschaftliche Verantwortung. Es darf nicht sein, dass ältere Menschen aus Kostengründen um Personal zu sparen abgehängt werden. Wir fordern, dass in jeder Filiale ausreichend qualifizierte Mitarbeiter\*innen für Beratung und Service zur Verfügung stehen und nicht noch mehr Filialen schließen“, so Scharff.

### Digitale Teilhabe fördern, aber niemanden zurücklassen

Die Verbände begrüßen die Möglichkeiten der Digitalisierung, betonen aber, dass diese nur dann ein Gewinn für alle ist, wenn niemand ausgeschlossen wird. Schulungsangebote und leicht zugängliche Hilfestellungen für Senior\*innen sind notwendig, reichen aber nicht aus, solange die persönliche Beratung nicht gesichert ist.

„Es geht um Respekt und Teilhabe. Die Bedürfnisse älterer Menschen müssen ernst genommen werden – sonst droht eine weitere gesellschaftliche Spaltung“, schließt Holger Scharff.

### ■ Tarife regelmäßig vergleichen:

Ab etwa 60 Jahren lohnt sich ein jährlicher Blick auf die Kfz-Versicherung. Ein Wechsel kann schnell mehrere Hundert Euro pro Jahr sparen.

### ■ Vertrag prüfen und anpassen:

Wenig-Fahrende können durch geringere Fahrleistung, höhere Selbstbeteiligung oder Fahrsicherheits-Checks sparen.

### ■ Versicherung über Familienmitglied prüfen:

Wenn ein jüngeres Familienmitglied das Fahrzeug und die Schadensfreiheitsklasse übernimmt, kann das den Beitrag deutlich senken. Aber: Die Übertragung von Rabatten ist endgültig und kann nicht rückgängig gemacht werden.

**Mehr Informationen und Beratung: Ausführliche Informationen zur Kfz-Versicherung bietet die Verbraucherzentrale auf ihrer Internetseite.**



Ein Teil des Bürgerbusteams bei der Schlüsselübergabe durch den Bürgermeister der Verbandsgemeinde Leiningerland Frank Rüttger

## Unsere Bürgerbusse fahren klimaneutral

Bürger fahren Bürger - unter diesem Motto sind zwei Bürgerbusse in der gesamten Verbandsgemeinde Leiningerland unterwegs. Das aus fast 50 Helfern bestehende Team arbeitet ausschließlich ehrenamtlich. Fahrgästen, die nicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren können, wird seit vielen Jahren individuelle Hilfe angeboten. Abgeholt an der Haustür, werden sie zu ihrem Wunschziel und natürlich auch wieder sicher nach Hause gebracht. Lebensqualität durch Mobilität zu erhalten und Lebensfreude zu schenken, ist das erklärte Ziel des Bürgerbusteams.

Mehr als 10.000 Fahrgäste wurden mit den alten Busen befördert. Nun waren **MAX** und **MORITZ**, wie die beiden heißen, in die Jahre gekommen. Besonders bei MAX machte sich das Alter bemerkbar. Er klapperte und dröhnte immer mehr.

Die Freude war daher groß, als von der VG-Leiningerland die Ansage kam, es gibt neue Busse. Die Gemeinde übernimmt weiterhin die laufenden Betriebsausgaben. Die Anschaffungskosten sind finanziert durch KIPKI (Kommunales Investitionsprogramm Klimaschutz und Investitionen). Mit Blick auf die Umwelt und im Sinne der Nachhaltigkeit kam nur ein reiner Elektroantrieb in Frage. Das Ergebnis der Ausschreibung wurde mit großer Spannung erwartet. Dass ausgerechnet Mercedes das günstigste Angebot abgab, war jedoch eine Überraschung.

Anfang Juni war es endlich soweit: Der Bürgermeister der Verbandsgemeinde Leiningerland Frank Rüttger übergab die Schlüssel der beiden nagelneuen Mercedes EQV-300 an das Team. Die neuen Busse sind 8-Sitzer, voll

klimatisiert und gut gefedert. Um den Einstieg für die Fahrgäste zu erleichtern, wurde zusätzlich eine zusätzliche Stufe montiert. Nicht nur die Fahrgäste sind vom neuen Fahrkomfort begeistert. Das neue Fahrgefühl ist auch für die Fahrer angenehmer.

Telefonische Fahrtanmeldungen sind jeweils am Vortag, also Montag und Mittwoch von 14 bis 16 Uhr möglich. Medizinische Termine können eine Woche im Voraus angemeldet werden. - Bitte haben Sie Verständnis, wenn die Telefonleitung mal wieder besetzt ist. Das Team bemüht sich, alle Anfragen so schnell als möglich zu planen. Wir nehmen uns für jeden Fahrgäst die Zeit, die er braucht, um seine Wünsche zu äußern.

### Unsere Bürgerbusse fahren:

- Dienstag von 8 bis 12 Uhr und von 13 bis 17 Uhr
- Donnerstag von 8 bis 12 Uhr und von 13 bis 17 Uhr

### Telefonische Anmeldung:

- Montag von 14 bis 16 Uhr
- Mittwoch von 14 bis 16 Uhr
- Jeweils am Vortag
- Bei medizinischen Terminen jeweils eine Woche vorher

### MAX: Telefon 06359 - 80 01 77 77

Bereich der ehemaligen Verbandsgemeinde Grünstadt-Land

### MORITZ: Telefon 06359 - 80 01 78 88

Bereich der ehemaligen Verbandsgemeinde Hettenleidelheim

Gaby Müller

Koordinatorin der Bürgerbusse in der VG Leiningerland

# Die First-Responder-Einheit der Feuerwehr Carlsberg

Seit ihrer Gründung im Jahr 2016 ist die First-Responder-Einheit der Freiwilligen Feuerwehr Carlsberg ein unverzichtbarer Bestandteil der Rettungskette in der Region. Ehrenamtlich engagierte Einsatzkräfte sorgen dafür, dass die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes mit lebensrettenden Maßnahmen überbrückt werden kann – oft in Situationen, in denen Sekunden über Leben und Tod entscheiden.

Die Gruppe wurde damals ins Leben gerufen, um die medizinische Erstversorgung in Carlsberg und den umliegenden Ortschaften zu verbessern. In einer Region, in der der Rettungsdienst nicht immer sofort vor Ort sein kann, übernehmen die First Responder eine wichtige Aufgabe: Sie leisten Erste Hilfe, führen Wiederbelebungsmaßnahmen durch, setzen Defibrillatoren ein und betreuen Patienten, bis professionelle Rettungskräfte eintreffen.



Zur Einheit zählen heute 13 speziell ausgebildete Mitglieder, die über Qualifikationen von der sanitätsdienstlichen Grundausbildung bis hin zum Notfallsanitäter verfügen. Damit stellt die Gruppe ein breites Spektrum an Fachwissen sicher, um unterschiedlichste Notfallsituationen kompetent meistern zu können. Der Ausrückebereich umfasst neben Carlsberg auch angrenzende Nachbargemeinden – je nach Verfügbarkeit und Nähe der regulären Rettungsdienste.

Alarmiert wird die Ersthelfereinheit von der integrierten Leitstelle Ludwigshafen und zwar zeitgleich mit dem Rettungsdienst. Zum Einsatz kommen die Helfer bei speziellen Indikationsstellungen wie Herzinfarkt, schweren Unfällen oder Bewusstlosigkeit – also in Situationen, in denen schnelle Erstversorgung entscheidend ist. Besonders wichtig ist diese Unterstützung, da der Rettungsdienst in Rheinland-Pfalz nach gesetzlichen Vorgaben bis zu 15 Minuten Zeit hat, um eine Einsatzstelle zu erreichen.

Die Einsatzstatistiken der vergangenen Jahre zeigen deutlich: Die First-Responder-Einsätze sind längst fester Bestandteil des Carlsberger Feuerwehralltags. Allein im Kalenderjahr 2024 bewältigte die Einheit rund 70 Einsätze. Besonders häufig rücken die Helfer freitags und zur Mittagszeit aus – aber auch in den Nachtstunden werden sie immer wieder alarmiert. Ob Herz-Kreislauf-Stillstand, Atemnot oder andere akute Notfälle – die Einheit steht rund um die Uhr bereit.

Mit einem speziell ausgerüsteten Einsatzfahrzeug ist das Team schnell am Einsatzort. Die Arbeit ist rein ehrenamtlich, getragen von großem Engagement und der Überzeugung, dass schnelle Hilfe Leben retten kann. Für die Bürgerinnen und Bürger von Carlsberg bedeutet das ein hohes Maß an zusätzlicher Sicherheit.

Fazit: Die First-Responder-Einheit der Feuerwehr Carlsberg ist mehr als nur eine Ergänzung zum Rettungsdienst. Sie ist Ausdruck gelebten Ehrenamts, ein starkes Zeichen von Gemeinschaftssinn und ein Garant für schnelle Hilfe im Notfall.



## Notfallseelsorge

Für manche ist sie schon ein Begriff, andre können wenig mit ihr anfangen. Deshalb heute dazu ein paar Zeilen.

Ihr Ursprung liegt in einer Katastrophe begründet: Dem Flugtagunglück von Ramstein 1988, bei dem 70 Menschen ums Leben kamen und ungefähr 1000 verletzt wurden. Im Umfeld dieser Tragödie wurde klar, dass Menschen in Notsituationen nicht allein körperlich-medizinische und materielle Hilfe benötigen, sondern auch seelsorgende Begleitung in und nach unterschiedlichen belastenden Ereignissen.

Zunächst nahmen sich die Kirchen dieser Aufgabe an, später kamen diverse Hilfsorganisationen hinzu. Mittlerweile verfügen wir in der Bundesrepublik über ein flächendeckendes Netz hauptsächlich ehrenamtlich tätiger Seelsorger\*innen, die in lokalen Einsatzgruppen organisiert sind. Sie decken jeweils ein begrenztes Gebiet in ihrem Umkreis ab. Aus-, Fort- und Weiterbildung werden in der Pfalz hauptsächlich von der Evangelischen Landeskirche und der Diözese Speyer ökumenisch durchgeführt, aber auch von Hilfsorganisationen.

Einhundert Stunden „Grundausbildung“ sind für geeignete Personen die Basis, gefolgt von Praktika in den jeweiligen Gruppen. Qualifizierte Personen werden dann als „Notfallseelsorgende“ berufen, sie verpflichten sich zu Einsätzen, Weiterbildungen und der Teilnahme an Supervision. Im

# Neue Verkehrszeichen und Verkehrsregeln

Der Seniorenbeirat hatte eingeladen, und der Ratssaal der Verbandsgemeinde Leiningerland war am Dienstag, den 18. November mit mehr als 60 Interessierten – sogar aus dem Donnersbergkreis – sehr gut gefüllt. Und alle erlebten eine Theorie-Fahrstunde der besonderen Art.

Jürgen Kemp von der Kreisverkehrswacht informierte mit einer PowerPoint-Präsentation über Neues und Altbekanntes – vielleicht nicht mehr so Präsentes – z.B.:

- Fahrassistentensysteme in den neuen Autos
- Selbst oder durch Verantwortliche Vorsorge zur Fahrsicherheit treffen
- Tipp: „holländisch“ die Fahrertür öffnen (mit der rechten Hand)
- Zahlen zum Unfallgeschehen im Leiningerland 2022 (nicht nur Senioren beteiligt)
- Verhalten im Kreisverkehr (ohne Zebrastreifen haben Fußgänger kein



Vorrecht, besser ist aber, anzuhalten!)

- Verhalten am „grünen Pfeil“, an Bushaltestellen und in Spielstraßen
- Radfahren in Einbahnstraßen, auf Fahrradstraßen
- wie lang ist nochmal der Anhalteweg???
- Umstellung der Fahrerlaubnis
- Sicherheitsgurt und Kindersicherung

Jürgen Kemp erläuterte die auf der Einladung abgedruckten Verkehrszeichen und antwortete auf Fragen aus dem Plenum, z. B. wer ist Anlieger, Anzahl der Warnwesten, Verhalten bei einem Unfall, innerorts parkende LKW, Behindertenparkplätze.

Nach gut 60 Minuten wünschte Jürgen Kemp den Teilnehmenden eine gute Heimreise und weiterhin „Gute Fahrt!“

Roswitha Mayer-Karl

ges in der geschützten Supervision gesprochen.

Seit 23 Jahren gehöre ich – auch ehrenamtlich – der Ludwigshafener Gruppe an, anfangs waren wir zu fünf, heute sind wir 20 Seelsorgende. Die Zahl der Einsätze hat zugenommen, letztes Jahr waren es ca. 125 Einsätze in LU.

### Sie erkennen uns an unseren lila Uniformen

Für mich ist dieser „Dienst“ einer der wichtigsten in meinem christlich motivierten Handeln. Dort wird Nächstenliebe gelebt, erfahrbar. Dabei „gibt“ man nicht allein, vielmehr wird man oft „beschenkt“. Das gewachsene Vertrauen innerhalb der Gruppe trägt einen, auch außerhalb der Einsätze.

Ach ja, Sie erkennen uns bundesweit an unseren lila Uniformen!

Michael Köhl, Pfarrer in Ruhe, Grünstadt



# Alle Schweine, groß und klein,

V  
I  
V  
A  
T

## Rechtzeitige Kehrtwende

Bei einem Freund zu Gast  
war eine Sau schon fast.  
Doch auf dem Weg dahin  
da kam ihr in den Sinn:  
Vielleicht wird mein Gastgeber,  
ein schöner fetter Eber,  
am Ende gar zudringlich,  
ich bin darin sehr pinglig

Da kehrt die Sau schnell um  
und denkt: Ich wär ja dumm.  
Bei meines Schwänzchens Schnörkel,  
ich will noch keine Ferkel.  
Dadi dada da grunz.

Insterburg & Co



## Das sprichwörtliche Schwein

2  
0  
2  
6

Im März 1945 war in der Pfalz der Krieg zu Ende. Ganz langsam kehrte „normales“ Leben in die Städte und Häuser und Menschen zurück. Bald sprachen die ehemaligen „Feinde“, die amerikanischen Besatzer und die verbliebenen oder zurückgekehrten Deutschen wieder miteinander.

„Als Sie nach Deutschland kamen, was ist Ihnen hier an den Menschen am meisten aufgefallen?“ wurde ein ranghoher amerikanischer Offizier einmal gefragt. „Nun,“ antwortete der, „Mir sind die deutschen Frauen aufgefallen, ihr Fleiß und ihre Tatkraft, und ihre Kochkünste. Sie können aus den Kartoffeln ganz viele verschiedene leckere Gerichte machen. Und bei den Männern?“ der Offizier grinste, „Bei den Männern regiert der Fußball die Welt! Sie sind Fußballverrückt.“

„Was mir sonst noch aufgefallen ist, sind die Sprichworte, die oft

## Tierischer Silvester-Tango

Wer Phantasie hat und Sinn fürs Vieh hat  
Der malt ein Bild sich aus das er sonst nie hat  
Im Stall der Schweine ist Schweineball  
Man tanzt den Schweinetango immer noch einmal:

Legt die Sau mit ihrem Eber einen Tango aufs Parkett  
Da wackelt das Kotelett und manches Kilo Fett  
Wiegst sich Schweinebauch an Schweinebauch im Takte  
Das geht beiden ins Ragout und ins Gehackte  
Fragt der Eber dann die Sau, wirst du heut' mein?  
Sagt sie einfach nur: „Mein Schatz, heut' hast du Schwein!“

Ihr geht sein Flachsen bis in die Haxen  
Liebling, dein Bauchspeek ist so wunderbar durchwachsen  
Drauf flüstert sie ihm ins Schweineohr  
Von dir ein Schnitzel stell ich mir phantastisch vor

Legt die Sau mit ihrem Eber einen Tango aufs Parkett  
Da wackelt das Kotelett und manches Kilo Fett  
Wiegst sich Schweinebauch an Schweinebauch im Takte  
Das geht beiden ins Ragout und ins Gehackte  
Fragt der Eber dann die Sau, wirst du heut' mein?  
Sagt sie einfach nur: „Mein Schatz heut' hast du Schwein!“

Der alte Eber nennt sie mein Püppchen  
Legt ihr charmant sein Eisbein um ihr Kassler Rippchen  
Sie macht beseligt die Äuglein zu  
und sagt: „Was machst du mit dem Knie, du Loser du?“

Legt die Sau mit ihrem Eber einen Tango aufs Parkett  
Da wackelt das Kotelett und manches Kilo Fett  
Wiegst sich Schweinebauch an Schweinebauch im Takte  
Das geht beiden ins Ragout und ins Gehackte  
Fragt der Eber dann die Sau, wirst du heut' mein?  
Sagt sie einfach nur: „Mein Schatz heut' hast du Schwein!“

Er schwört ihr Liebe zwei, drei und vierfach  
Ich werd dich immer lieben, auch noch im Gefrierfach  
Und sie gesteht ihm im Liebesdurst  
Selbst wenn du Wurst bist, bist du mir noch längst nicht Wurst

Oh Legt die Sau mit ihrem Eber einen Tango aufs Parkett  
Da wackelt das Kotelett und manches Kilo Fett  
Wiegst sich Schweinebauch an Schweinebauch im Takte  
Das geht beiden ins Ragout und ins Gehackte  
Fragt der Eber dann die Sau, wirst du heut' mein?  
Sagt sie einfach nur: „Mein Schatz, Ich glaub' du bist'n Ferkel

Kurt Schulzke

# wollen gern ein Glücksschwein sein

## Das kleine Schwein und der kahle Baum

„Verzeihung!“ grunzt das kleine Schwein,  
„Warum bist du nackelig?“ fragt es ganz klein.  
Der kahle Baum, der lacht ganz froh,  
„Das ist normal, ich mach das so.“

„Ich schlafe bis April, dann krieg ich neue Blätter,  
du wirst schon sehn, das wird was netter.“  
Das Schweinchen sagt: „Aha, so ist das also? Ich  
wünsch dir, guter Baum, viel Kraft in deiner Sohle.“

Verfasser unbekannt



## Es Wutzje

E kläänie armie Wutz  
lebt im Schdall gern zu ehrm Schutz.  
Sie is ängschdlich unn ganz still,  
wääß nedd recht, wasse dann will,  
dann sie traut sich gar nix zu,  
hedd am liebschde bloß ehr Ruh.

Do kummt en kecke klääne Spatz  
zu de Wutz ehrm Liegeplatz  
unn ruft: Wutzje kumm mol raus,  
merr hubbsen grad emol ums Haus!  
Dess Wutzje, dess is bass erstaunt,  
dass der Spatz so guud gelaunt.

Do nemmts zusamme all sein Mut  
unn kummt langsam aus de Bud.  
Es hubbst werklich middem Spatz  
immer schneller um de Platz,  
wie's dann pletzlich regischdriert,  
dass rein garnix ihm bassiert.

Es is froh unn spielt glei weiter  
middem Spätzje Hoppe Reiter;  
es hodd die Mutprob aagenumme  
unn im Spatz en Freund gewunne.  
Ja, wer iwwer sein Schatte springt  
oft was Schäänes nei gewinnt!

Doris Christ

gebraucht werden. Oft sogar widersinnig. Ein Beispiel: Wenn eine Situation brenzlig wird oder sogar sehr kritisch, dann sagen die Deutschen: „Das kann ja heiter werden“ oder wenn sie einer schlechten Situation entronnen sind und großes Glück hatten, sagen sie: „Da habe ich Schwein gehabt!“

Eines Tages war ein großer Casino-Ball in der Kaserne. Der Kommandeur lud auch die deutschen Stadtoberen und ihre Familien ein. Nach dem Dinner wurde getrunken, geraucht und erzählt. Dann spielte die Musik auf und der Kommandeur eröffnete mit der Frau des Bürgermeisters den Tanz. Irgendwann bemerkte er, dass die Tochter des Bürgermeisters etwas gelangweilt auf ihrem Stuhl saß, weil keiner sie zum Tanz aufforderte. Er schritt auf die junge Frau zu, befahl seinen Adjutanten hinzu und fragte ihn: „Haben Sie heute schon mit der Tochter des Bürgermeisters getanzt?“ Die Antwort war klar: „Nein. Das Schwein hatte ich noch nicht!“



## Ein kluger Eber

Der Eber ist oft missgestimmt  
weil seine Kinder Ferkel sind,  
nicht nur die Frau, die Sau alleine,  
auch die Verwandtschaft alles Schweine.

Dank seiner wohl gefüllten Plauze,  
hält er darum auch seine Schnauze,  
denn seine Frau sagt, gar nicht fein,  
er sei doch hier das größte Schwein.

Auch die gesamte Schweineschar,  
die meint, das sei doch schließlich wahr.  
Ja wenn's so kommt, steht er allein  
und wird zum allerärmsten Schwein.

Drum ist er klug und akzeptiert,  
es ist ja schließlich nichts passiert.  
Der Klügere gibt letztlich nach  
und macht sich einen schönen Tag.

abraham 1110



## Respekt bitte!

Sich im Respekt zu erhalten,  
muß man recht borstig sein.  
Alles jagt man mit Falken,  
nur nicht das wilde Schwein!

Johann Wolfgang von Goethe

# „Glücksatlas 2025“: Hamburger sind erneut am zufriedensten

Laut des „Glücksatlas“, den die Universität Freiburg in Zusammenarbeit mit der Süddeutschen Klassenlotterie (SKL) erstellt hat, liegt Hamburg im Ranking wieder auf Platz 1. Mecklenburg-Vorpommern bleibt auf dem letzten Platz.

## Hamburger sind laut Glücksatlas am glücklichsten

Der Umfrage zufolge fühlen sich die Hamburger am zufriedensten mit ihren Lebensumständen. Auf einer Skala zwischen 0 und 10 bewerteten die Befragten in Hamburg demnach ihre Zufriedenheit im Schnitt mit 7,33 Punkten - das ist etwas weniger als 2024. Die Hansestadt punktete mit einer jungen Bevölkerung, hohem Einkommen und einer hervorragenden Versorgung in Bildung und Gesundheit.

## Zufriedenheit in Schleswig-Holstein sinkt erstmals seit 2021

In Schleswig-Holstein ist die Lebenszufriedenheit erstmals seit 2021 gesunken. Damit ist der Aufwärtstrend nach dem Tief während der Corona-Pandemie gebrochen und das nördlichste Bundesland rutscht im Ländervergleich von Platz 3 auf Platz 5 ab. Die Zufriedenheit in Schleswig-Holstein lag bei 7,12 - ein Rückgang um 0,11 Punkte im Vergleich zu 2024.

## Menschen in Niedersachsen sind wieder etwas zufriedener

In Niedersachsen sind die Menschen wieder etwas zufriedener. Sie bewerten ihre Lebenszufriedenheit durchschnittlich mit 7,1 Punkten. Das sind 0,08 Punkte mehr als in der vorherigen Umfrage 2024. Damit setzt sich der Erholungstrend der vergangenen Jahre fort. Insgesamt liegt das Bundesland auf Platz 8.

## Mecklenburg-Vorpommern mit Negativrekord

Im Länderranking des „Glücksatlas“ verharrt MV bei der durchschnittlichen Lebenszufriedenheit erneut auf dem 16. und damit letzten Platz. Der Abstand zum Vorletzten, dem Saarland, vergrößerte sich sogar noch. Besonders unzufrieden äußerten sich im Nordosten demnach Männer jenseits der 60 und Alleinstehende. Die Ergebnisse fielen zudem in Mecklenburg (5,88 Punkte) deutlich schlechter aus als in Vorpommern (6,75 Punkte).

## In Rheinland-Pfalz haben Senioren größten Zuwachs an Lebenszufriedenheit

Vergleicht man die Lebenszufriedenheit der Rheinland-Pfälzer aus der Zeit vor Corona (2015 bis

2019) mit denjenigen nach Corona (2022 bis 2025), haben Männer höhere Glücksgewinne (+0,11 Punkte) als Frauen (+0,03). Senioren verzeichnen den größten Zuwachs an Lebenszufriedenheit (+0,32 Punkte), während Jugendliche und junge Erwachsene leicht verloren haben (-0,03 Punkte). Auch Familien (-0,15) und Stadtbewohner (-0,33) sind heute weniger zufrieden als zuvor. Im Gegensatz dazu konnten Landbewohner deutlich hinzu gewinnen (+0,23). Im Landesvergleich zeigen sich ebenfalls Unterschiede: Die Pfälzer sind im Schnitt um 0,2 Punkte zufriedener als die Rheinländer. Besonders zufrieden sind derzeit Senioren auf dem Pfälzer Land – sie gehören zu den glücklichsten Menschen in Rheinland-Pfalz. Am wenigsten zufrieden sind hingegen junge Erwachsene, die allein in mittelgroßen Städten leben.

Rheinland-Pfalz steht trotz der Herausforderungen, die in bestimmten Regionen bestehen, insgesamt gut da. Die Menschen genießen eine hohe Lebensqualität, die sowohl von der Natur als auch von einer soliden wirtschaftlichen Basis getragen wird.

## Länderranking im „Glücksatlas 2025“

Rang 2025	Rang 2024	Region	Glücks-Index 2025	Glücks-Index 2024
1	(1)	Hamburg	7,33	(7,38)
2	(2)	Bayern	7,21	(7,23)
<b>3</b>	<b>(5)</b>	<b>Rheinland-Pfalz</b>	<b>7,21</b>	<b>(7,11)</b>
4	(4)	Nordrhein-Westfalen	7,19	(7,17)
5	(3)	Schleswig-Holstein	7,12	(7,23)
6	(11)	Thüringen	7,12	(6,90)
7	(10)	Brandenburg	7,10	(6,99)
8	(8)	Niedersachsen	7,10	(7,02)
9	(6)	Baden-Württemberg	7,09	(7,10)
10	(9)	Hessen	7,02	(7,01)
11	(7)	Sachsen-Anhalt	6,99	(7,08)
12	(12)	Sachsen	6,96	(6,87)
13	(13)	Bremen	6,89	(6,76)
14	(15)	Berlin	6,83	(6,63)
15	(14)	Saarland	6,78	(6,73)
16	(16)	Mecklenb.-Vorpom.	6,06	(6,17)

Für den „Glücksatlas“ 2025 wurden von Juli 2024 bis Juni 2025 insgesamt 13.905 Menschen im Alter ab 16 Jahren durch das Institut für Demoskopie Allensbach befragt. Zu den Lebensbereichen Arbeit, Einkommen, Familie und Freizeit wurden durch das Markt- und Sozialforschungsinstitut Ipsos im Juni 2025 insgesamt 5.148 Bürger im Alter ab 18 Jahren befragt. Die Ergebnisse sind nach Angaben der Institute für diese Bevölkerungsgruppen repräsentativ.



Ein Projekt von:  
Digital Botschafterinnen & Botschafter Rheinland-Pfalz

Medienanstalt  
Rheinland-Pfalz



Glycencx™: Anerkannt vom Bundesverband der Verbraucherzentralen (VZBV)



siegel (unabhängige Plattformen: Trustpilot, Watchlist Internet). Prüfen!

## OnLine einkaufen – aber sicher!

Weihnachten kommt näher und die Wunschlisten trudeln langsam ein. Aber wo kann ich das Alles einfacher kaufen? Bevorzugt natürlich beim lokalen Händler mit guter Beratung. Aber, der hat nicht immer das Gewünschte verfügbar und ... etwas teurer soll der auch sein. Verständlicherweise? Alternativen? Standardartikel, bei denen keine Beratung erforderlich ist, kann man doch auch im Internet kaufen, hat mir kürzlich ein Bekannter erzählt. Aber auch vor schwarzen Schafen gewarnt.

### Damit wollen wir uns heute näher beschäftigen

Die Verbraucherzentrale, unsere Sicherheitsberater und das Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI) bringen es auf den Punkt:

Online-Shops oder der Online-Handel bieten im Internet eine riesige Auswahl an Produkten und bequemes Einkaufen. Schlagwörter wie „Mega Schnäppchen“ - „Riesen-Rabatte bis zu 90%“ - „Sonderpreise“ - „nur Heute“ - sollten Sie skeptisch machen. Hinter solchen extremen Superangeboten können sich auch Betrüger verbergen, die mit solchen Fake-Shops (gefälschte Internet-Shops) abzocken wollen.

Fake-Shops sind inzwischen, auch durch den Einsatz von KI-Methoden (künstliche Intelligenz), nur noch sehr schwer von echten Shops zu unterscheiden. Oftmals handelt es sich um Kopien echter existierender Webseiten. Produktbilder, Beschreibungen, gefälschte oder frei erfundene Gütesiegel, alles wird genutzt, um sie in die Irre zu führen.

Der nächste Trick sind die gehäuften „Lobeshymnen“, keine echten Güte-



QR-Code mit dem Handy scannen und Link öffnen

oder auch im Internet suchen und eventuelle Warnungen beachten.

**Zahlungsweise:** Während des Bestellprozesses werden mehrere Zahlungsarten angeboten, bei der finalen Bestellung nur noch Vorkasse, zum Beispiel per Überweisung oder Einzugsermächtigung. Zahlungsdienste mit Käuferschutz (z.B. PayPal) sind nicht möglich. Fehlendes Rückgaberecht. Nicht empfohlen!

**Produktbeschreibungen/Bewertungen:** Darstellungen zu perfekt; zu unnatürlich, Personendarstellung starre Blicke, Körperhaltung, nur positive, zu hohe Bewertungen „Lobeshymnen“, keine echten Güte-

**Preise/Konditionen:** Ein vernünftiges, kritisches Misstrauen ist immer angebracht. Angebotspreise, die weit unter den marktüblichen Angeboten liegen, 70% oder mehr, sind keine Superschnäppchen, sondern erst mal dubios. Aber, auch hier gibt es Ausnahmen; wenn man sich die aggressive Preispolitik bekannter Möbelhäuser anschaut. Das liegt aber eher an der Preispolitik, den Preisspannen oder einfach den Kalkulationen.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

## Beitrittserklärung zum Seniorenbeirat Leiningerland e.V.

Ich \_\_\_\_\_  
(Name, Vorname) geboren am \_\_\_\_\_

Ich \_\_\_\_\_  
(Name, Vorname) geboren am \_\_\_\_\_

Wohnhaft \_\_\_\_\_  
(PLZ, Wohnort)

\_\_\_\_\_ (Straße, Hausnummer)

erkläre hiermit meinen Beitritt ab dem untenstehenden Datum zum Seniorenbeirat Leiningerland e.V.

Die Mitgliedschaft ist beitragsfrei.

Ich wurde vor der Unterschriftenleistung in dieser Beitrittserklärung informiert, dass meine Mitgliedschaft (mit Stimmrecht) nur wirksam werden kann:

- wenn ich bereits das 60. Lebensjahr vollendet habe
- oder mich im Vorruhestand befinde
- und in der Verbandsgemeinde wohne.

Ich erkläre hiermit, dass diese Voraussetzungen auf mich zutreffen.

(Datum, Wohnort) (Unterschrift)

(Datum, Wohnort) (Unterschrift)

Leiningerland e.V.  
An den Seniorenbeirat  
(PLZ, Wohnort)  
(Straße)  
(Name)  
Absender:  
Hier abtrennen

z.Hd. Herrn Haberstig, Zi. 111,  
1. OG  
Industriestraße 11  
67269 Grünstadt  
Telefon 06359 - 80 01 43 62

Fortsetzung von der vorigen Seite

## Was passiert, wenn sie einem Fake-Shop zum Opfer gefallen sind?

- Sie erhalten keine Waren, aber das Geld wird abgebucht = Betrug!
- Sie erhalten Ware, die auf keinen Fall den Beschreibungen entspricht oder minderer Qualität sind = Markenpiraterie!
- Reklamationen/Rücksendungen sind nicht möglich

## Was kann ich tun?

**Geld bereits überwiesen/abgebucht:** Informieren sie sofort ihre Bank/Sparkasse, ob die Zahlung rückgängig gemacht werden kann. Nehmen sie Kontakt mit ihrem Kreditkarten-Institut auf und beantragen sie Stornierung/Rückbuchung.

**Sichern sie alle Belege:** Mailverkehr, Bestellbestätigungen, E-Mails für den On-Line-Kauf und das gelieferte Material.

**Erstattet sie mit diesen Unterlagen Strafanzeige bei der Polizei, möglichst sofort:** Der Erfolg ist leider fraglich, da die Betrüger meist aus dem Ausland agieren. Eine Löschung dieser Fake-Shops ist aus diesen Gründen auch schwierig oder langwierig.

### Hier noch einige Hinweise vom Bundesamt für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI):



QR-Code mit dem Handy scannen und Link öffnen

Bei Ihnen unbekannten Anbietern sollten Sie vor der Bestellung auf jeden Fall nachfolgende Angaben des Anbieters überprüfen:

- Bietet der Händler eine vollständige Anbieterkennzeichnung?
  - Name, Vorname und vollständige Anschrift des Anbieters
  - Informationen zur schnellen Kontaktaufnahme (Telefonnummer, E-Mail, Fax)
  - Gewerberегистrierungsnummer
  - Unternehmensname und Rechtsformzusatz
  - Umsatzsteuer-Identifikationsnummer
  - Angabe der Aufsichtsbehörde (sofern das Angebot einer Zulassung bedarf z. B. Apotheker)
- Sind die allgemeinen Geschäftsbedingungen zur Einsicht verfügbar?
  - Sind Informationen zum Datenschutz und Datensicherheit verfügbar?

- Sind Angaben zum Widerrufsrecht, Rückgaberecht und der Kaufpreisrückertattung verfügbar?
- Welche verschiedenen Zahlungsmöglichkeiten gibt es?
- Sind Versandkosten, Rücksendekosten und mögliche Zusatzkosten transparent?
- Gibt es eine E-Mail-Bestätigung des Bestellvorgangs?

### Schutz beim OnlineShopping SOS-Karte des BSI



QR-Code mit dem Handy scannen und Link öffnen

### Fit gegen Fake News - Quiz



QR-Code mit dem Handy scannen und Link öffnen

## „Bleiben Sie neugierig“

Autor: Manfred Müller, Gerolsheim,  
Tel.: 06238 - 98 99 39  
E-Mail: Digibo.mmueller@outlook.com  
Sprechstunde: mittwochs nach telefonischer Absprache  
Seniorenstube, Rathaus Gerolsheim

Für weitere Fragen zu diesem Thema können sie mich auch gerne anrufen oder eine Email schreiben.

Weitere DiBos im Leiningerland unter:  
<https://digital-botschafter.silver-tipps.de/standorte/>

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

## Rat und Hilfe

### Im gesamten Bundesgebiet

Polizei Notrufnummer	110
Feuerwehr Notrufnummer	112
EC-Karte sperren bei Verlust im Inland	116 116
EC-Karte sperren bei Verlust im Ausland	0049 - 116 116

Mit Hilfe von KUNO, dem Karten-Sperrdienst für SEPA-Lastschriftzahlungen, sperrt man zusätzlich die Karte für Zahlungen mit Unterschrift. Dazu muss eine Anzeige bei der nächstgelegenen Polizeidienststelle aufgegeben werden. (Ausschließlich)

Wir empfehlen, alle Scheck- und Creditkarten sowie alle anderen Ausweispapiere wie Pässe u.s.w. vor Reiseantritt zu fotografieren und an gesonderter Stelle mitzunehmen, damit bei Verlust entsprechende Fragen schnell beantwortet werden können.

### In Rheinland-Pfalz

Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz e.V.	0621 - 51 21 45
Wredestraße 33, 67059 Ludwigshafen	
Sprechzeiten Mo. + Mi. 10.00 - 15.00 Uhr	
Do. 10.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr	

### In Leiningerland und Grünstadt

Ärztlicher Bereitschaftsdienst (ohne Vorwahl)	116 117
Rettungswagen/Krankenwagen	06359 - 1 92 22

VG Leiningerland, Industriestraße 11, 67269 Grünstadt	
Renten-, Behinderten- und Seniorenberatungsstelle,	
Matthias Haberstig, Raum 111, 1.OG, 06359 - 80 01 43 61	
Jana Heinrich, Raum 111, 1.OG, 06359 - 80 01 43 62	

Pflegestützpunkt Grünstadt  
Vorstadt 3  
Zur Zeit leider nicht besetzt

Gemeindeschwester<sup>Plus</sup>  
Birgit Langknecht  
Vorstadt 3, 67269 Grünstadt  
06322 - 9 61 91 26  
0151 - 18 97 71 85

Bürgerbusse der Verbandsgemeinde Leiningerland  
Telefonische Anmeldung Max 06359 - 80 01 77 77  
Mo. + Mi. 14.00 - 16.00 Uhr Moritz 06359 - 80 01 78 88

Weitere wichtige Adressen entnehmen Sie bitte dem Amtsblatt  
(erste Ausgabe eines Monats oder der Homepage [www.vg-l.de](http://www.vg-l.de))

### Impressum:

Redaktionsteam: Helga Hoffmann, Roswitha Mayer-Karl, Christine und Günter Große, Maria Zahler, Alfred Lenz, Isabelle Krengel (Grafik).

Die „Spätelse“ erscheint einmal im Vierteljahr als Beilage zum Amtsblatt der Verbandsgemeinde Leiningerland.  
Die Beiträge geben die Meinung des jeweiligen Verfassers wieder.

Seniorenbeirat Leiningerland e.V.  
**Weihnachten soll es werden - überall**  
 in der „Emichsburg“ in Bockenheim  
 am Mittwoch, den 3. Dezember 2025 um 14.00 Uhr

**PROGRAMM**  
 Simon Stemmller: Einstimmung mit adventlichen Weisen  
 Begrüßung  
 Grußworte  
 Am Adventskranz wird die erste Kerze angezündet  
 Gemeinsames Lied: (1) Wir sagen euch an ...  
 Helga Hoffmann: Christkinds getreuer Knecht  
 Lena Lissy und „Singflöhe“: Musikalischer Adventsstraß  
 Günter und Christine Groß: Nikolaus-Story und Nikolausbrief  
 Gemeinsames Lied: (2) O du fröhliche ...  
 Maria Zahler: Geschichte der Befana  
 Simon Stemmller: Lied „Santa Lucia“  
 Inge Heid: Santa Lucia  
**Kaffee pause**  
 Simon Stemmller: Medley adventlicher Weisen  
 Roswitha Mayer-Karl: 5 Fragen – 5 Antworten  
 Gemeinsames Lied: (3) In der Weihnachtsbäckerei  
 Maria Zahler: Der Gutsel-Hund  
 Simon Stemmller: Medley weihnachtlicher Weisen  
 Iris Bisson: Story/Gedicht auf pälzisch  
 Gemeinsames Lied: Lasst uns froh und munter sein ...  
 Inge Heid: Väterchen Frost  
 Schlusswort  
 Gemeinsames Lied: (5) ... und Frieden für die Welt

**Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien  
 eine besinnliche Adventszeit, ein friedvolles Weihnachtsfest  
 und beste Gesundheit für das Jahr 2026!**

## Unsere Weihnachtsfeier in Bockenheim



Der erste Kreisbeigeordnete Timo Jordan bedankt sich für die Einladung

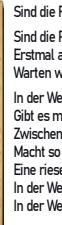
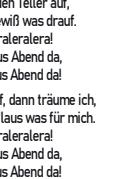
Fünf Fragen und fünf Antworten präsentierten Roswitha Mayer Karl und Alfred Lenz



Die Landfrauen aus Bockenheim haben mit großer Liebe den Saal in der Emichsburg vorbereitet

Die „Singflöhe“ mit ihrer Chorleiterin Lena Lissy eroberten die Herzen der Senioren im Nu



<b>(1) Wir sagen euch an den lieben Advent</b> Wir sagen euch an den lieben Advent Sehet, die erste Kerze brennt Wir sagen euch an eine heilige Zeit Machet dem Herrn die Wege bereit Freut euch ihr Christen! Freut euch sehr! Schon ist nahe der Herr:	Na, dann müssen wir es packen Einfach frei nach Schnauze backen Schmeißt den Ofen an (oh ja!) Und ran!	<b>(2) O du fröhliche, o du selige</b> O du fröhliche, o du selige Gnaden bringende Weihnachtszeit! Wett ging verloren, Christ ist geboren Freue, freue dich, o Christenheit! O du fröhliche, o du selige Gnaden bringende Weihnachtszeit! Christ ist erschienen uns zu versöhnen Freue, freue dich, o Christenheit!	<b>(3) In der Weihnachtsbäckerei</b> In der Weihnachtsbäckerei Gibt es manche Leckerei Zwischen Mehl und Milch Macht so mancher Knödel Eine riesengroße Kleckerei In der Weihnachtsbäckerei In der Weihnachtsbäckerei Bitte mal zur Seite treten Denn wir brauchen Platz zum Kneten Sind die Finger rein? - Du Schwein	<b>(4) Lasst uns froh und munter sein</b> Lasst uns froh und munter sein, und uns recht von Herzen freuen! Lustig, lustig, traleraler! Bald ist Nikolaus Abend da, bald ist Nikolaus Abend da! Dann stellt ich den Teller auf, Niklaus legt gewiß was drauf. Lustig, lustig, traleraler! Bald ist Nikolaus Abend da, bald ist Nikolaus Abend da! Wenn ich schlaf, dann träume ich, jetzt bringt Niklaus was für mich. Lustig, lustig, traleraler! Bald ist Nikolaus Abend da, bald ist Nikolaus Abend da!	<b>(5) ... und Frieden für die Welt</b> Als alter Hoffnung Ende war, in dem dunklen Weltenlauf, da ging im Stall von Bethlehem, der Stern der Liebe auf. Hört es klingen vom Himmelszelt das Lied der Christenheit, das Lied vom Frieden auf der Welt, denn es ist Weihnachtszeit. Hört das Lied, das nie verklingt, in einer Welt voll Leid, das allen Herzen Liebe bringt, denn es ist Weihnachtzeit. Die Hirten sahn am Himmelszelt den hohen hellen Stern, da war der Tag der Herrlichkeit auf Erden nicht mehr fern. Hört es klingen vom Himmelszelt das Lied der Christenheit, das Lied vom Frieden auf der Welt, denn es ist Weihnachtszeit. Hört das Lied, das nie verklingt, in einer Welt voll Leid, das allen Herzen Liebe bringt, denn es ist Weihnachtzeit. Das Kind, das in der Krippe schlief, das lag im hellen Schein, und leise rief der Engelchor die Hirten all herein. Hört es klingen vom Himmelszelt das Lied der Christenheit, das Lied vom Frieden auf der Welt, denn es ist Weihnachtszeit. Hört das Lied, das nie verklingt, in einer Welt voll Leid, das allen Herzen Liebe bringt, denn es ist Weihnachtzeit.
					

## Weihnachten ist der stillste Tag

Rainer Maria Rilke

Weihnachten ist der stillste Tag im Jahr,  
 da hörst Du alle Herzen gehn und schlagen  
 wie Uhren, welche Abendstunden sagen:

Weihnachten ist der stillste Tag im Jahr,  
 da werden alle Kinderaugen groß,  
 als ob die Dinge wüchsen die sie schauen,  
 und mütterlicher werden alle Frauen und alle Kinderaugen werden groß.



Da musst du draußen gehn  
 im weiten Land  
 willst du die Weihnacht sehn,  
 die unversehrt  
 als ob dein Sinn der Städte nie  
 begehrte,  
 so musst du draußen gehn  
 im weiten Land.

Dort dämmern große Himmel über dir  
 die auf entfernten weißen Wäldern ruhen,  
 die Wege wachsen unter deinen Schuhen  
 und große Himmel dämmern über dir.

Und in den großen Himmeln steht ein Stern ganz aufgeblüht zu selten grosser Helle,  
 die Fernen nähern sich wie eine Welle und in den großen Himmeln steht ein Stern.

## Rezeptvorschlag für ein ganzes Jahr

Man nehme zwölf Monate, putze sie ganz sauber von Bitterkeit, Geiz, Pedanterie und Angst und zerlege jeden Monat in 30 oder 31 Teile, so dass der Vorrat genau für ein Jahr reicht.

Es wird jeder Tag einzeln angerichtet aus einem Teil Arbeit und zwei Teilen Frohsinn und Humor. Man füge drei gehäufte Esslöffel Optimismus hinzu, einen Teelöffel Toleranz, ein Körnchen Ironie und eine Prise Takt.

Dann wird die Masse sehr reichlich mit Liebe übergossen. Das fertige Gericht schmücke man mit Sträußchen kleiner Aufmerksamkeiten und serviere es täglich mit Heiterkeit.

Catharina Elisabeth Goethe



## Ansprechpartner in den Gemeinden

Altleiningen	Hiltrud Görisch Günter Große	06356 – 8195 06356 – 9895942	Mertesheim	Inge Heid Hannelore Raudszus	06359 – 5378 06359 – 6123
Battenberg	Eric Bach	0173 – 5981208	Neuleiningen	Andreas Schneeg	0173 – 6708466
Bissersheim	Kerstin Ort-Bausbacher	06359 – 8725280	Obersülzen	Andreas Lehmann	06359 – 9296007
Bockenheim	Maria Zahler	06359 – 4504	Obrigheim	Karl-Heinz Christ	06359 – 840196
Carlsberg- Hertlinghausen	Roswitha Mayer-Karl Bernhard Wallerab	06356 – 8601 06356 – 9898210	Helga Hoffmann	Helga Hoffmann	06359 – 960558
Dirmstein	Anja Klose	0170 – 9025829	Claus Weiler	Claus Weiler	06359 – 81895
Ebertsheim	Oswald Alleborn	06359 – 83946	Willi Wörz	Willi Wörz	06359 – 3978
Gerolsheim	Martha Spiller	06238 – 3989	Quirnheim	Karin Brieschke	06359 – 81145
Großkarlbach	Jutta Frischknecht	06238 – 920625	Tiefenthal	Jenny Kaiser	06351 – 9999273
Hettenleidelh.	Raimund Hoffmann	06351 – 2183	Wattenheim	Ernst-Albert Kraft	06356 – 789
Höningen	Judith Zawisla-Meister	06356 – 5707			
Kindenheim	Helga Flohn	06359 – 4683			
Kirchheim	Werner Becker	06359 – 3780			
Kleinkarlbach	Alfred Lenz	06359 – 924951			
	Karl Wilhelmy	06359 – 840765			
	Friedrich Zelt	06238 – 2744			

Die besondere Aufgabe der Ansprechpartner in den Gemeinden ist es, den Solidargedanken zu wahren und diesen stets zum Wohle aller älteren Bürgerinnen und Bürger der Verbandsgemeinde nach innen und nach außen zu vertreten. Sie wirken bei der Geschäftstätigkeit des Vereins beratend und bei Projekten unterstützend mit.