CENTRAL PARK BAND: A TRIBUTE TO SIMON & GARFUNKEL
sind am 28.10. in der Fruchthalle Kaiserslautern
mehr dazu auf Seite 44



KULTUR MIT PERSPEKTIVE

Kunstgriff

ART | MUSIK | KABARETT | COMEDY

KULTUR KULINARIK LIFESTYLE

HERBST 2023



ANN VRIEND
sind am 16.11. in der Feiermaus KL-Siegelbach
mehr dazu auf Seite 45





DER HERBST IST DA!

Ich hoffe Sie hatten alle einen schönen Sommer und genießen die noch verbleibenden warmen Tage, die da noch kommen werden.

Was gibt Neues und Interessantes bei Pfalz Digital und Kunstgriff?

Alles wird digitaler, deshalb finden Sie ab sofort Angebote unserer Partner aus der Region und eine Sammlung der besten Online-Shops!

Ebenfalls neu sind unsere Genusswelten. Anbieter und Erzeuger regionaler Lebensmittel und kulinarischen Kostbarkeiten aus der Pfalz können sich hier präsentieren und Ihre Produkte und Angebote vorstellen.

Sie haben einen Job zu vergeben, dann melden Sie sich bei uns, wir nehmen ihr Stellenangebot gerne in unserer Jobbörse mit auf.

Wie immer verlosen wir für unsere Veranstaltungen Freikarten:
Neben den F**reikarten, die Sie für unsere Kunstgriff Veranstaltungen** gewinnen können, haben wir ein ganz besonderes Nischengewinnspiel! Wer sich gerne gut kleidet und Spaß am Nähen hat, der sollte jetzt genauer lesen!

Was stellen Sie sich unter dem Wort „Wohlfühlschnitte" vor? Nein, es ist keine Brotschnitte, sondern Schnitte in denen man sich, wenn sie dann als Kleidungsstück zusammengebaut sind sehr wohlfühlen kann! Es geht also um ein individuell angefertigtes Schnittmuster, das Ihre Einzigartigkeit zum Ausdruck bringt. Ist das nicht fantastisch und genau so ein fertiges Endprodukt – ein Kleidungsstück - zusammengestellt aus Ihrem individuellen Schnittmuster können Sie gewinnen!

Die Eventseiten sind voll mit tollen Veranstaltungen von September bis November wobei wir besonders auf das SIMON & GARFUNKEL TRIBUTE am 28. Oktober in der Fruchthalle in KL hinweisen möchten, sowie auf die fantastische ANN VRIEND, die seit 2012 regelmäßig ein bis zweimal pro Jahr bei Kunstgriff (ausgenommen während Corona) war, am 16. November mit Schlagzeuger Elie Mecier, in die Feiermaus nach Siegelbach kommt. Tickets gibt es wie immer https://tickets.kunstgriff-event.de/

Haben Sie schon einmal etwas von der Phytotek gehört. Dabei handelt es sich um natürliche Lösungen für Ihre Gesundheit. Mehr zu diesem Thema und wo sie die Phytotek finden, oder wie Sie gesund durch den Herbst kommen, erfahren Sie im Innenteil.

Das Pfalzmuseum, die mpk setzt in Zusammenarbeit mit den Uffizien in Florenz ein Ausstellungshighlight. Ein vergessener Meister der Moderne wurde wieder entdeckt „Rudolf Levy" (1875 – 1944) Magier der Farbe wird im Pfalzmuseum mit zahlreichen Leihgaben aus bedeutenden Museen und Privatsammlungen präsentiert.

Was nicht fehlen darf sind unsere Ausflugs- und Reiseziele und die großartigen Angebote unserer Kunden, die Sie mit Ihren Anzeigen im Innenteil finden werden.
Nun wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Durchblättern, abonnieren Sie unseren Newsletter und lassen Sie uns ein Like bei Instagram und werden Sie Mitglied im Pfalz Digital FB-Forum so verpassen Sie keine Neuigkeiten mehr.

Ihre Ursula Engelmann

Inhaltsverzeichnis

Kultur - Musik - Events



06 Partner Locations
08 Pfalz Digital
10 Pfalz Digital Gewinnspiele
12 Neu auf Pfalz Digital
35 Events
44 Central Park Band: A Tribute to Simon & Garfunkel
45 Ann Vriend
47 Buchtipp - Zarentod
48 Das mpk entdeckt einen Meister der Moderne wieder
47 Buchtipp - Zarentod
58 KL Mit-Wirkung



Wohnen - Garten - Bauen - Auto

46 Vatter
52 Haussanierurng - Clevere Alternative zum Neubau
54 Winterreifen - Sicher in den Winter
55 Kaufen vs. Bauen
64 Holzböden für Generationen





Lifestyle - Essen - Gesundheit

14 Healy
16 Herbstlicher Schweinebraten
18 Lust auf Meer - Lissabonn im Regen
30 Reisetipp - Montenegro 2024
32 Natürliche Lösungen für Ihre Gesundheit
34 Gesund durch den Herbst
56 Ramsen und Staufburg - Ausflugsziel
60 Wir und der Wald
62 Entspannter Urlaub im Herbst
66 Tipps für eine gelungene Halloweenparty

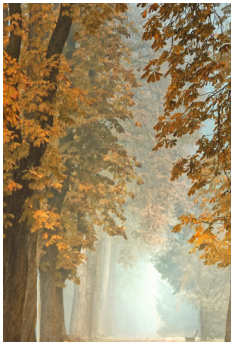
















ASZ GALAPPMÜHLE



An der Galappmühle 3
67659 Kaiserslautern
0631 3163633
galappmuehle.de

HARDROCK CAFÉ

Rittersberg 2
67657 Kaiserslautern
0631 61805



BREMERHOF



Bremerhof 1
67663 Kaiserslautern
0631 31 63 20
bremerhof-kl.de

ZUR FEIERMAUS

Auf der Brücke 6
67661 Kaiserslautern
06301 7988277
zur-feiermaus.de



DONNERSBERGHALLE



Obermühle 1
67806 Rockenhausen
06361 993215
rockenhausen.de

MÜHLE AM SCHLOSSBERG

Schlossberg 16
67681 Wartenberg
06302 923 40
muehle-schlossberg.de



EDITH-STEIN-HAUS



Engelsgasse 1
67657 Kaiserslautern
0631 36380
kunstgriff-event.de

FRUCHTHALLE KAISERSLAUTERN

Fruchthallstraße 10
67655 Kaiserslautern
0631 365 34 50
kaiserslautern.de



IRISH HOUSE KL



Eselsfürth 11
67657 Kaiserslautern
0631 40680
irishhouse.de

Heizung - Sanitär - Technik
FRIEDRICH
GMBH & CO.KG

PLANUNG UND AUSFÜHRUNG VON:

- Öl-/Gas- Zentralheizungen
- Solar- Energie- Technik
- Wärmepumpen- Technik
- Pellet/ Holz Energie- Technik
- Photovoltaik- Anlagen
- Gas- Wasserinstallation
- Wartungsdienst
- Bädermodernisierung
- Kanal TV- Inspektion
- Inliner- Kanalsanierung

67734 Katzweiler
Ziegelhütterstraße 9 • Tel. 06301 - 9654 • Fax 06301 - 30844
E-Mail: friedrich-gmbh@t-online.de

IHR PARTNER FÜR DRUCKPRODUKTE

und vieles mehr ...

KERKERDRUCK.DE

Telefon 06301/7987-0 • daten@kerkerdruck.de



Pfalz Digital: Ihre Tür zu und zum Unternehmen

Pfalz Digital ist eine **wegweisende Plattform**, die Unternehmen auf dem **Weg in die digitale Zukunft** begleitet. In einer Zeit, in der Digitalisierung, Onlinemarketing, Social Media und Künstliche Intelligenz immer wichtiger werden, bietet Pfalz Digital seinen Mitgliedern **unschlagbare Vorteile**. Lassen Sie uns einen genaueren Blick darauf werfen:

I. Digitale Transformation: Die Zukunft gehört der Digitalisierung, und Pfalz Digital ist Ihr Partner auf diesem Weg. Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Geschäftsprozesse zu optimieren und wettbewerbsfähig zu bleiben.

II. Online-Marketing: Im Zeitalter des Onlinemarketings ist Sichtbarkeit entscheidend. Pfalz Digital hilft Ihnen, gezielte Marketingstrategien zu entwickeln und Ihre Reichweite zu steigern.

III. Social Media Präsenz: Die sozialen Medien sind die Schnittstelle zu Ihrer Zielgruppe. Wir helfen Ihnen, Ihre Präsenz auf Plattformen wie Facebook, Instagram und LinkedIn zu maximieren.

IV. Künstliche Intelligenz (KI): Die Zukunft des Marketings liegt in der KI. Pfalz Digital unterstützt Sie bei der Integration von KI-Technologien, um Datenanalysen und Kundeninteraktionen zu optimieren.

Wir sind schon dabei:

AUTOHAUS HENN

ANK Sanitätshaus + Orthopädietechnik GmbH

Bürgerhaus Schuhfabrik

FB AUTOPFLEGE

KÄRCHER

DR. RECH'S VITANAL

Stoffmühle

LERN-ACADEMY

HAUSPROJEKT

StageAID

PFALZ DIGITAL

@pfalzdigital

ur digitalen Zukunft swachstum

Was bedeutet das für Sie?

- **Mehr Reichweite:** Durch unsere gezielten Marketingstrategien erreichen Sie eine größere Zielgruppe und gewinnen potenzielle Kunden.

- **Zeitersparnis:** Wir übernehmen die zeitaufwändige Arbeit, Ihre Online-Präsenz zu optimieren, damit Sie sich auf Ihr Kerngeschäft konzentrieren können.

- **Umsatzsteigerung:** Durch die Verbesserung Ihrer Sichtbarkeit und die gezielte Kundenakquise helfen wir Ihnen, Ihren Umsatz zu steigern.

- **Erfahrungsaustausch und Kooperation:** Als Mitglied profitieren Sie von einem starken Netzwerk von Unternehmen in der Region, mit denen Sie zusammenarbeiten und voneinander lernen können.

- **Unterstützung und Spaß:** Wir sind für Sie da, um Sie zu unterstützen, Ihnen neue Perspektiven zu bieten und gemeinsam Spaß am Erfolg zu haben.

Sie wollen mehr darüber erfahren – rufen Sie uns an oder schicken Sie uns eine E-Mail, wir beraten Sie gerne:

Engelmann Promotion
Tel.: 06301 -796455
E-Mail: info@engelmann-promotion.de

MSC POLSTEREI SATTLEREI
ROSENHOF HOTEL RESTAURANT
MÜHLE AM SCHLOSSBERG
R+V
HolzLand TROMSDORF Kreative Lebensräume.
Andrea Dorothe Schneider
KL DIGITAL
KOPP & KRAUSS Wir realisieren Ansprüche.
S4N you
iPLAN®

weiter Partner findest du auf pfalzdigital.de/partner

PFALZDIGITAL.DE

Gewinnspiele auf Pfa



Auf Pfalz Digital findest du immer großartige Gewinnspiele – es lohnt sich, hier regelmäßig vorbeizuschauen: gemeinsam mit unseren Partnern bringen wir tolle Preise an den Start.

Verlosung eines individuellen Schnittmusters



Erwecke deinen Kleiderschrank zum Leben und gewinne einen Gratis Wohlfühlschnitt! Verabschiede dich von "Standard" und heiße "Einzigartigkeit" willkommen – mit Wohlfühlschnitte, deiner Quelle für maßgeschneiderte Schnittmuster, die deine Persönlichkeit strahlen lassen!

Mode ist mehr ist als nur Kleidung. Sie ist Ausdruck deiner Einzigartigkeit! Meine Schnittmuster erzählen Geschichten, die zu dir passen und dich zum Strahlen bringen.

Gewinne deinen eigenen Wohlfühlschnitt! Träumst du von einem Kleid, das perfekt sitzt? Oder einem Oberteil, das deine Persönlichkeit unterstreicht? Teile deine Wünsche mit uns und gewinne die Chance auf einen gratis maßgeschneiderten Schnitt, der nur für dich gemacht wird!

JETZT QR CODE SCANNEN ODER AUF WWW.PFALZDIGITAL.DE TEILNEHMEN

lz Digital

ZWEI EVENTS, ZWEI TICKETS, ZWEI GEWINNSPIELE

Für unsere kommenden Kunstgriff Events verlosen wir in Zusammenarbeit mit unseren Partnern je zwei x ein Ticket.



ANN VRIEND
16.11.23
Feiermaus KL-Siegelbach

Ann Vriend ist eine kanadische Sängerin und zweifache Maple Blues Awards-Preisträgerin für ihr herausragendes Songwriting. Mit ihrer kraftvollen Stimme und zahlreichen Auszeichnungen hat sie sich einen festen Platz in der Musikwelt erobert.

CENTRAL PARK BAND
28.10.23
Fruchthalle KL

Wer zu einem Konzert einer Simon & Garfunkel Coverband geht, erwartet harmonische Stimmen, akustische Gitarren und zeitlose Folk-Pop-Klassiker. Die Central Park Band bietet das und mehr: Rock ‚n` Roll, Energie und magische Momente.

JETZT QR CODES SCANNEN UND AUF PFALZDIGITAL.DE TEILNEHMEN

NEU AUF PFALZ DIGITA

Online Shops

Entdecken Sie eine Sammlung der besten Online-Shops aus unserer Region und unschlagbaren Angebote unserer Partner.

Unsere Online-Shop Sammlung bietet eine breite Palette von Anbietern, die Ihr Einkaufserlebnis zu etwas ganz besonderem machen!

Jobs

Auf der Suche nach etwas Neuem?
Dann sind Sie hier genau richtig!

Unsere neue Jobbörse für die Region Pfalz ist genau die richtige Anlaufstelle für spannende Karrieremöglichkeiten in einer der wirtschaftlich vielfältigsten Regionen Deutschlands.

Genusswelten Pfalz

Genusswelten Pfalz öffnet Ihnen die Tür zu den köstlichen Schätzen und kulinarischen Kostbarkeiten der Pfalz!

Hier finden Sie eine vielfältige Auswahl an regionalen Lebensmitteln und Getränken, handverlesen von den leidenschaftlichen Erzeugern und Bauernhöfen der malerischen Pfalz.

L







Online Shop, sind regionaler Erzeuger oder haben
geben? Dann melden Sie sich bei uns!

PFALZ**DIGITAL**.DE

Gesundheit Fitness Lifestyle...

...neu definiert, mit dem einzigartigen, patentierten **HEALY**, einem der kleinsten Gesundheitsysteme der Welt.



DAS EINZIGARTIGE MEDIZINPRODUKT

WEARABLE – für Gesundheit, Wohlbefinden und Balance

Dein Healy ist nur wenige Klicks entfernt!

Der Healy ist das **erste Wearable für Mikrostrom und Frequenztherapie**. Er **analysiert in Echtzeit die notwendigen Frequenzen**, die du gerade brauchst und überträgt diese auf deinen Körper. Genau dahin, wo Disbalancen ausgeglichen werden sollen.

Du hast Fragen zum Healy? Gerne beantworten wir dir alle Fragen per E-mail oder telefonisch.

Informationen unter:
info@engelmann-promotion.de
Telefon: 06301 - 79 64 55

ENGELMANNPROMOTION
Kreatives Marketing für schlaue Köpfe





Herbstlicher Schweinebraten mit Kartoffeln und Gemüse

Herbstliche Farbenpracht, fallende Blätter und kühle Brisen in der Luft - der Herbst ist eine Jahreszeit, die sich perfekt für herzhafte und wärmende Gerichte eignet. In diesem Rezept möchten wir Ihnen zeigen, wie Sie einen köstlichen herbstlichen Schweinebraten zubereiten können, der die Aromen der Saison in einem einzigen Gericht einfängt. Saftiges Schweinefleisch, umhüllt von einer reichhaltigen Bratensauce, begleitet von knusprig gebackenen Kartoffeln und sautiertem Herbstgemüse, machen dieses Gericht zu einem wahren Genuss für die Sinne. Lassen Sie sich von den herbstlichen Aromen verzaubern und tauchen Sie ein in die kulinarische Welt dieser wundervollen Jahreszeit.

Für den Schweinebraten:

1,5 kg Schweineschulter oder Schweinebraten
2 Zwiebeln, gewürfelt
3 Knoblauchzehen, gehackt
2 Karotten, in Scheiben geschnitten
2 Selleriestangen, in kleine Stücke geschnitten
2 Lorbeerblätter
1 Rosmarinzweig
1 Thymianzweig
500 ml Gemüsebrühe
Salz und Pfeffer nach Geschmack
2 EL Olivenöl

Für die Beilage:

1 kg Kartoffeln, geschält und in Würfel geschnitten
2 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer nach Geschmack
Für das herbstliche Gemüse:

500 g gemischtes Herbstgemüse (z. B. Kürbis, Pastinaken, Rosenkohl)
2 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer nach Geschmack
1 TL Honig
1 TL Balsamico-Essig
Zubereitung:

Den Backofen auf 180 Grad Celsius (Umluft) vorheizen.

Den Schweinebraten waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In einem großen Bräter das Olivenöl erhitzen und den Schweinebraten von allen Seiten goldbraun anbraten. Danach aus dem Bräter nehmen und beiseitestellen.

Im selben Bräter die gewürfelten Zwiebeln und gehackten Knoblauchzehen anbraten, bis sie glasig sind. Dann die Karotten und Selleriestangen hinzufügen und kurz mitbraten.

Den Braten wieder in den Bräter legen und die Lorbeerblätter, Rosmarin und Thymian dazugeben. Mit der Gemüsebrühe aufgießen.

Den Bräter mit einem Deckel oder Alufolie abdecken und den Schweinebraten für etwa 2,5 Stunden im vorgeheizten Ofen schmoren lassen. Zwischendurch immer mal wieder mit Brühe begießen.

Während der Braten im Ofen ist, die Kartoffelwürfel mit Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im Ofen bei 180 Grad Celsius goldbraun backen, bis sie weich sind.

Das Herbstgemüse nach Bedarf schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen, das Gemüse hinzufügen und anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Dann mit Salz, Pfeffer, Honig und Balsamico-Essig abschmecken.

Den fertig geschmorten Schweinebraten aus dem Bräter nehmen und in Scheiben schneiden. Die Bratensauce durch ein Sieb passieren und abschmecken.

Den herbstlichen Schweinebraten mit den gebackenen Kartoffeln und dem sautierten Herbstgemüse servieren. Die Bratensauce separat dazu reichen.

Guten Appetit!

- *Besuchen Sie unseren neuen ONLINE-SHOP*
  www.metzgerei-peter-braun.de
- *Krisenfester Arbeitsplatz*
  in unserer Region

Metzgerei BRAUN

Erlenhöhe 2 • 66871 Konken • Telefon: 06384-9215-0 • Telefax: 06384-921588
info@metzgerei-peter-braun.de • www.metzgerei-peter-braun.de
0160 99566262

LUST AUF MEER





FOTOS: URSULA ENGELMANN





LISSABON IM REGEN





FOTOS: URSULA ENGELMANN









FOTOS: URSULA ENGELMANN







FOTO: URSULA ENGELMANN


CARREIRA
Espírito







FOTOS: URSULA ENGELMANN









FOTO: URSULA ENGELMANN





MONTENEGRO
28.04. - 05.05.2024

von der ADRIA zum SCHWARZEN MEER---- die >>Schwarzen Berge << geben diesem wunderschönen Fleckchen Erde seinen Namen. Geschichtsträchtige 0rte - bekannte Städte, eine Zugfahrt ins Hinterland, Felsenkloster - Seen:einfach landschaftliche Vielfalt. Die durchaus erwähnenswerte Gastfreundschaft trägt mit dazu bei: MONTENEGRO schätzen und lieben zu lernen.

1.Tg vom Flughafen Anreise an die bezaubernde Riviera von Budva (Hotel Bracera oder gleichwertig)

2.Tg Ausflug Kolasin, Nationalpark Biogradska Gora und Kloster Moraca. Anreise mit dem Zug von Bar in den wunderschön gelegenen 0rt Kolasin. Umgeben von Bergen und Bergseen ist Kolasin eine der bedeutendsten Skiorte in Montenegro. Auf einem einheimischen Gut erfahren Sie, wie der bekannte Schinken hergestellt wird. Das nächste Ziel: Biogradska Gora, der älteste Naturpark Montenegros. Mehr als 2000 Pflanzenarten sind hier beheimatet. Sie besichtigen das in einer Schlucht gelegene Kloster Moraca. Aus römischer Zeit ist das Portal erhalten, etliche Fresken aus dem 13.Jh

3.Tg Cetinja, Bucht von Kotor, Njegusi und Budva. Der Ausflug beginnt mit dem Besuch von Cetinje, der ehemaligen Hauptstadt. 1871 entstand hier die Residenz des Königs, heute ein Museum mit Exponaten der königlichen Familie. Ein Spaziergang durch die Altstadt, bevor es weiter in Richtung Njegusi geht, das für seinen „Schinken" bekannt ist. Rückfahrt nach Budva. Venezianer, 0smanen,Serben, Kroaten und Slowenen prägten dieses Stadtbild.

4.Tg Porto Montenegro, Tivat, Perast und Kotor. Zuerst geht die heutige Route zum Porto Montenegro. Das immer noch im Bau befindliche Areal ist der erste umfassende hochmodernen Tiefwasser-Luxus-Yachthafen an der Adria. Weiter geht es zum Hafen von Tivat, um auf die Insel Gospa od Skrpjela zu gelangen. Zur Besichtigung stehen an: die prachtvolle Kirche aus dem 16. Jh in Carrara-Marmor, prächtige Skulpturen und über 2000 Votivtafeln zeigen das Leben der Bürger. Danach Bootsfahrt nach Perast, bevor Sie die faszinierende Altstadt von Kotor (UNESCO-Weltkulturerbe) besichtigen.

5.Tg Ausflug Skutari-See, Virpazar und Sveti Stefan.Wir besuchen zunächst den Park Skadarsko Jezero. Ein kurzer Rundgang durch das kleine Örtchen Virpazar, bevor es heißt: Leinen los !! die Bootsfahrt auf dem größten See des Balkans entführt den Besucher in eine Welt fernab jeglicher Zivilisation; glänzt mit einzigartigen Naturschönheiten und dient als Refugium für Pelikane. Weiter geht es dann nach Sveti Stefan zum Fotostopp - schlichtweg das Bilderbuchmotiv an der Küste.

6.TG Kloster Ostrog und Weingut Zenta. Am heutigen Tag sehen Sie die spektakulärste Sakralanlage und bedeutendste Pilgerstätte Montenegros: das Kloster Ostrog, welches malerisch in den Fels gehauen ist. Anschließend Fahrt zum Weingut Zenta mit Besichtigung und Verkostung.

7.Tg Ruhetag - zur individuellen Gestaltung - - wie wäre es mit einem Bummel durch die Altstadt von Budva ??

8.Tg Rückflug

Infos und Buchung:
www.hagspiel-reisen.de





Natürliche Lösungen für Ihre Gesundheit

Phytotek ist ein Begriff, der in der Welt der natürlichen Gesundheitspflege immer wieder auftaucht. Aber was genau verbirgt sich hinter diesem Wort, das so schwer auszusprechen ist?

Phytotek ist ein revolutionärer Ansatz zur Förderung der Gesundheit durch die Nutzung der natürlichen Kraft von Pflanzen. Es basiert auf dem Konzept der Phytotherapie, einer jahrhundertealten Praxis, bei der Pflanzenextrakte zur Behandlung von Krankheiten und zur Förderung des allgemeinen Wohlbefindens verwendet werden. Mit Phytotek wird dieses Konzept auf ein ganz neues Niveau gehoben.

In unseren Apotheken gibt es einen besonderen Bereich, die Phytotek, der sich voll und ganz der pflanzlichen Therapie und Naturheilkunde verschrieben hat. Hier möchten wir Ihnen die Hauptmerkmale und Funktionen unserer Phytothek vorstellen:

1. Pflanzliche Therapie: In der Phytothek liegt der Fokus auf der Anwendung pflanzlicher Heilmittel. Unsere Expertise auf diesem Gebiet ermöglicht es uns, unseren Kunden eine breite Palette hochwertiger pflanzlicher Produkte und Naturheilmittel, anzubieten, die zur Förderung ihrer Gesundheit und ihres Wohlbefindens beitragen.

2. Beratung und Expertise: Unser kompetentes Team von Fachleuten steht Ihnen in der Phytothek zur Seite. Wir bieten individuelle Beratung und umfassende Informationen zu den Anwendungsbereichen unserer Produkte. Unser Ziel ist es, Ihnen bei der Auswahl der richtigen pflanzlichen Produkte und Therapien bestmöglich zu helfen.

Guten Tag® Apotheke

WIR SIND FÜR SIE DA!

Apotheken vor Ort sind ein unverzichtbarer Bestandteil des Gesundheitssystems.

Wir beliefern, beraten, und betreuen. Persönlich vor Ort oder per Telefon.

Danke für Ihr Vertrauen.

3. Vielfalt an Produkten: Sie finden eine breite Auswahl an pflanzlichen Präparaten. Dazu gehören Kräuterextrakte, Tees, Nahrungsergänzungsmittel und ätherische Öle. Diese Produkte können zur Linderung verschiedener Beschwerden eingesetzt werden und tragen zur Förderung Ihres allgemeinen Wohlbefindens bei.

4. Ganzheitlicher Ansatz: Wir betrachten die Gesundheit unserer Kunden ganzheitlich. Dies bedeutet, dass wir den Menschen als Ganzes betrachten und pflanzliche Therapie als eine ergänzende oder alternative Option zu konventionellen medizinischen Behandlungen sehen.

5. Qualitätsstandards: Die Qualität und Wirksamkeit der Produkte in jeder unserer Phytothek stehen an erster Stelle. Alle Produkte unterliegen strengen Qualitätsstandards und werden sorgfältig ausgewählt, um sicherzustellen, dass sie unseren Kunden höchste Qualität bieten.

Zusammenfassend ist unsere Phytothek die erste Anlaufstelle für alle jene, die natürliche und pflanzliche Lösungen für ihre Gesundheitsbedürfnisse suchen. In unseren drei Apotheken bieten wir nicht nur hochwertige Produkte, sondern auch eine umfassende Beratung im Bereich der pflanzlichen Therapie und Naturheilkunde.

PFAFFPLATZ APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Pfaffplatz 10 | 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631-14311 | Fax 0631-17086
www.pfaffplatz-apotheke.de
direkt@pfaffplatz-apotheke.de

VITAL APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Bismarckstraße 74 | 67655 Kaiserslautern
Tel. 0631-97988 | Fax 0631-37100157
www.vitalapotheke-kl.de
info@vitalapotheke-kl.de

ALSENZ APOTHEKE
Monika Behrend e.Kfr.
Aktiv für Ihre Gesundheit

Schlossstraße 47 | 67722 Winnweiler
Tel. 06302-92220 | Fax 06302-922299
www.alsenz-apotheke.de
contact@alsenz-apotheke.de



Gesund durch den Herbst

Der Herbst ist da und bringt bunte Blätter, kühlere Temperaturen und eine eigene Herausforderung für unsere Gesundheit mit sich. Hier sind einige einfache Tipps, um in dieser Jahreszeit gesund zu bleiben:

1. Stärken Sie Ihr Immunsystem: Essen Sie viel Obst und Gemüse, um Ihr Immunsystem zu unterstützen. Denken Sie auch an Vitamin D durch Sonnenlicht oder Nahrungsergänzungsmittel.

2. Bewegung nicht vernachlässigen: Trotz des Herbstwetters sollten Sie sich regelmäßig bewegen. Spaziergänge im Freien oder Indoor-Training sind gute Optionen.

3. Kleidung anpassen: Ziehen Sie sich warm an, um sich vor Kälte und Nässe zu schützen. Schichten sind ideal für wechselndes Wetter.

4. Schlafen Sie ausreichend: Nutzen Sie die längeren Nächte im Herbst für erholsamen Schlaf und stärken Sie so Ihr Immunsystem.

5. Genießen Sie saisonale Lebensmittel: Probieren Sie köstliche Herbstprodukte wie Kürbisse, Äpfel und Grünkohl.

6. Trinken Sie ausreichend Wasser: Trockene Luft und Heizung in Innenräumen können zu Dehydration führen. Achten Sie darauf, genug zu trinken.

Halten Sie sich an diese Tipps, um gesund und fit durch den Herbst zu kommen und diese wunderschöne Jahreszeit in vollen Zügen zu genießen.



Events

Kaiserslautern

Fruchthalle

Fr. 29.09.2023, 19:30
Myserien der Schönheit

Mi. 03.10.2023, 20:00
Deutsch-Amerikanisches Freundschaftskonzert der U.S. Army Europe Band & Chorus

So. 08.10.2023, 15:00
FANNY UND FELIX " – DAS VERBORGENE BAND

Fr. 13.10.2023, 19:30
„Im Volkston" Pfalzphilharmonie Kaiserslautern

So. 15.10.2023, 17:00
Traum vom Glück

Mi. 18.10.2023, 19:30
Alchemie – Konzert außer der Reihe mit Kai Schumacher (Klavier)

Do. 19.10.2023, 19:30
Sinfoniekonzert - Brecht im Spiegel

Sa. 21.10.2023, 19:00
Showdown in K-Town Profiboxen Europameisterschaft Michael Seitz

Sa. 28.10.2023, 20:00
Central Park Band, Simon & Garfunkel

31.10.2023, 20:00
Jürgen von der Lippe - Sex ist wie Mehl

Mi. 15.11.2023, 19:30
ABBA – Tribute Conzert

Freitag. 17.11.2023, 19:30
Imagination

Do. 23. 11.2023, 19:30
Klugheit und Hingabe | Kammerkonzert

Di. 05.12.2023, 19:30
Schwanensee

Di. 12.12.2023 / Mi. 13.12.2023, 16:00
Tarzan Das Musical

MPK

Do. 21.09.2023, 18:30
Lesung mit Madeleine Giese und Rainer Furch: „Im Niemandsland – Die Alzheimererkrankung im Spiegel der Literatur".

Fr. 22.09.2023, 19:00
Sichtweisen: Eröffnung „Nikolaus Koliusis WARUM BLAU"

So. 24.09.2023, 11:00
Klangfarben & Finissage der Ausstellung „ Artists for Nature"

Do. 28.09.2023, 19:00
Eröffnung „Migroctona"

Salon Schmitt

Mi. 27.09.2023, 20:00
Der Londoner Singer/Songwriter Dan Raza

Di. 17.10.2023, 20:15
Peter The Human Boy

Dexheim

Kulturscheune Dexheim

Sa. 23. 09.2023, 19:00
SahneMixx – Das Beste von Udo Jürgens



Respektvoll, leidenschaftlich, authentisch, in excellenter musikalischer Qualität, 100% live und vom Vorbild höchstpersönlich anerkannt … mehr UDO geht nicht !
„Das wahre Gesicht zeigt Musik nur, wenn sie live gespielt wird …" Treffender als Udo Jürgens bei seiner „Einfach ich"-Tour im Jahr 2009 kann man es nicht ausdrücken.
Seit 16 Jahren stellt sich SahneMixx der musikalischen Herausforderung, die schönsten Lieder des Ausnahmekünstlers zu präsentieren und sein musikalisches Erbe auf den Konzertbühnen zu bewahren. Mit begeisternder Bühnen-Show und ansteckender Spielfreude nimmt SahneMixx das Publikum mit auf eine emotionale Zeitreise – geradewegs zurück in die unvergleichliche Atmosphäre der Livekonzerte von Udo Jürgens.
Udo Jürgens höchstpersönlich hat SahneMixx anerkannt und brachte dies sowohl bei verschiedenen Treffen, als auch in Form von Briefen und Gratulationen zum Ausdruck. Im Lauf der Jahre begeisterte SahneMixx in unzähligen Live-Konzerten regelmäßig das Publikum und entwickelte sich so zur Nummer 1 der Udo-Jürgens-Shows.

So. 24.09.2023, 11:00
Kabarett mit em Begge Peder

Sa. 07.10.2023, 20:00
Hole full of Love

Fr. 20.10.2023, 20:00
Krüger Rockt

Sa. 21.10.2023, 20:00
Little River Eagles

Fr. 03.11.2023, 20:00
Metakilla

Sa. 04.11.2023, 20:00
Mariuzz - Die Westernhagen-Tribute & Double-Show

Sa. 18.11.2023, 20:00
Rockwood

Fr. 15.12.2023 / 16.12.2023, 20:00
Somon & Garfunkel RB

Deidesheim

Boulevardtheater Deidesheim

Do. 21.09.2023, 19:30
Fr. 22.09.2023, 20:00
Sa. 23.09.2023, 17:00
So. 24.09.2023, 18:00
Do. 28.09.2023, 19:30
Fr. 29.09.2023, 20:00
So. 01.10.2023, 18:00
Mo. 02.10.2023, 19:30
Zwei Apfelsinen im Haar
Sa. 30.09.2023, 20:00
Herr Landwirt, Ihre Gurke wächst!

Fr. 06.10.2023, 20:00
Die Leich im Rhoi – Die erfolgreichste Komödie der Pfalz!

Sa. 07.10.2023, 20:00
Markus Maria Profitlich- Das Beste aus 35 Jahren!

Mannheim

Schatzkistl

Do. 21.09.2023, 20:00
Schultzes – Bluegrass & Country

Fr. 22.09.2023, 20:00
Lennart Schilgen - Verklärungsbedarf

Sa. 23.09.2023, 20:00
Daniel Helfrich - Trennkost ist kein Abschiedsessen

So. 24.09.2023, 17:00
Rica Westenberger – Rendezvous auf Stöckelschuh



Glanz und Elend, Gosse und Glamour. In diesem Spannungsfeld spielte sich die Zeit ab, die sich nun zum 100. Mal jährt. Rica Westenberger lässt in ihrem Chanson-Kabarett-Programm die wilden 20er Jahre neu auferstehen. Sie nimmt das Publikum mit auf eine spannende Reise in die Abgründe und wilde Vergnügungsjagd jener Zeit.

Do. 28.09.2023, 20:00
Matthias Jung - Erziehungsstatus: Kompliziert!

Fr. 29.09.2023, 20:00
Ehe im Lockdown - Eine gegenseitige Zumutung

Sa. 30.09.2023, 20:00
Jan Preuss – (V)erzieher – völlig unerzogen

So. 01.10.2023, 17:00
Flamenco Pasion
Silke Becky Companeros

Do. 05.10.2023, 20:00
Harald Krüger

Fr. 06.10.2023, 20:00
Stefan S. Kassner-
Kein Platz für die Liebe - Lesung

Sa. 07.10.2023, 20:00
Eine Unberechenbare Nacht – Das Erfolgsstück der BUGA 23

So. 08.10.2023, 17:00
Nina Deissler - Das Schweigen der Männer

Do. 12.10.2023, 20:00
Markus Kapp - Kapp der guten Hoffnung

Fr. 13.10.2023, 20:00
Ingo Oschmann - Scherztherapie

Sa. 14.10.2023, 20:00
Eddie Hüneke mit Tobi Hebbelmann- Träum weiter

So. 15.10.2023, 17:00
Iwwa Die Brick – Eine Hommage

Do. 19.10.2023, 20:00
Sulaiman Masomi - Das Leben könnt so schön sein

Fr. 20.10.2023, 20:00
Fräulein Susis Singvergnügen!

Sa. 21.10.2023, 20:00
Partrizia Moresco - Overkill

So. 22.10.2023, 17:00
Kreisler Reloaded – Mit Lars Michael Strom u. Larissa Kurmatschewa

Do. 26.10.2023, 20:00
Heinz Gröning - Fifty Shades of Heinz

Fr. 27.10.2023, 20:00
Sarah Koch – Bittersüßes Finsterlicht
Sa. 28.10.2023, 20:00
Andreas Langsch – Die Liebesalgorithmus

So. 29.10.2023, 17:00
Leipziger Pfeffermühle - Geölter Witz: Am Rahmen der Mona Lisa

Do. 02.11.2023, 20:00
Andrew Cadie – Soul-Folk Songs

Fr. 03.11.2023, 20:00
Ausbilder Schmidt



Morgen Ihr Luschen, Luschienen und Lurche! In seinem neuen Programm regt sich Ausbilder Schmidt köstlich über alle Alltagshindernisse auf – vor allem über sämtliche Luschen, Luschienen (gesprochen wie Schlumpfine) und Lurche. Comedy mit hoher Gagdichte und jede Menge Publikumsaktionen und Parodien.
Ja, das ist des Ausbilders Mission: Anschiss für jeden, hat noch keinem geschadet. Jawoll! Und immer ein großer Spaß, wenn Ausbilder Schmidt „aus der Rolle rausgeht" und sich als Top-Ober-Lusche outet.
Ja der arme Ausbilder Schmidt, früher zur guten alten Wehrpflicht war ihm fast jeder Soldat geistig überlegen: Studenten, Abiturienten und sonstige Wehrkraftzersetzer. Heute? Die Generation Kevin de Luxe kann leider gar nix. Selbst die Stiefel muss Ausbilder Schmidt seinen Rekruten morgens noch binden, nachdem er ihnen die Uniform rausgelegt hat und den Milchkaffee (aus Sojamilch) ans Feldbett gebracht hat.

Sa. 04.11.2023, 20:00
Philipp Uckel – Vollgas

Do. 09.11.2023 / 10.11.2023, 20:00
Ingmar Stadelmann – Kommt Ihr klar?

Sa. 11.11.2023, 20:00
Die Schatzkistl Burlesque Nacht - mit der Fanny di Favola und wechselnden Gästen

Sa. 18.11.2023, 20:00
Sarah Straub – Keine Angst

So. 19.11.2023, 17:00
Murzaellas Music-Puppet-Show

Fr. 24.11.2023, 20:00
Iwwa Die Brick – Eine Hommage

So. 26.11.2023, 17:00
Jakob Friedrich – I schaff mehr wie Du!

Do. 30.11.2023, 20:00
Toby Käp – Hör mir auf!

Fr. 01.12.2023, 20:00
Maddin Schneider, 20:00

Mi. 22.11.2023 / Do. 23.11.2023, 20:00

Schöne Mannheims – Das wird ja immer schöner!

Sa. 02.12.2023, 16:00
Kindertheater mit Maren Kaun – Die Weihnachtsgeschichte

So. 03.12.2023, 17:00
Marcelini & Oskar – Friede, Freude, Hundekuchen

Do. 07.12.2023, 20:00
Andreas Weber – Femannismus

Fr. 08.12.2023, 20:00
Weibswild – Damenqual

Sa. 09.12.2023, 18:30
Dinner For One.. Wie Alles Begann!

Do. 14.12.2023, 20:00
Katja & Rüdiger – Santa Claus is coming to town

Bechtolsheim

KulturGut Bechtolsheim

Sa. 23.09.2023, 20:00
Clive Carroll in Concert



Clive Carroll wurde im „Acoustic Guitar Magazine" beschrieben als der womöglich beste und ursprünglichste Gitarrist und Komponist Großbritanniens. Clive stand bereits mit John Renbourn und Tommy Emmanuel auf der Bühne, tourt weltweit und arbeitete im Jahr 2005 mit John Renbourn zusammen an der Musik für den Sony Picture Classics Film „Driving Lessons". Tommy Emmanuel bezeichntete seine CD „The red guitar" als das Album, welches er auf die berühmte einsame Insel mitnehmen würde.
Clive gehört zu den angesagten Virtuosen auf der akustischen Gitarre, der ein unglaublich weites Repertoire bietet – von Blues über Jazz, irischem Folk bis hin zur klassischen Musik. Eigene beseelte Kompositionen bilden dabei das musikalische Sahnehäubchen. Wenn die Musikpresse jemanden als „unfassbares akustisches Talent" oder als „Einzigartig – es gibt kein anderes Wort" beschreibt und wenn Künstler wie Madonna diesen Musiker für ihre privaten Events buchen, dann weiß man, dass etwas ganz Besonderes vorgeht. Auf seinem letzten Album „The Furthest Tree" spielt Clive mit der Klassiklegende John Williams die sechteilige „Renaissance Suite". Nun kommt Clive Carroll bereits zum zehnten Mal in das KulturGUT nach Bechtolsheim. Ein schönes Jubil äum mit einem der besten Musiker des Planeten!

Fr. 06.10.2023, 20:00
Klassik & More: EXTASIS /Violine/Gitarre)

Sa. 28.10.2023, 20:00
Sönke Meinen & Philipp Wichert

Waldfischbach-Burgalben

Bürgerhaus

Sa. 25.11.2023, 20:00
Stefan Reusch – Reusch rettet 2023 – Der Jahresrückblick

Fr. 06.10.2023, 20:00
Klassik & More: EXTASIS /Violine/Gitarre)

Sa. 02.12.2023, 15:00
Pippi Feiert Weihnachten

Neustadt an der Weinstraße

Fr. 22.09. bis 09.10.2023
Deutsche Weinlesefest



Weinspezialitäten, Pfälzer Köstlichkeiten und Neustadter Lebensfreude - Das Fest ist mit dem größten Winzerfestumzug in Deutschland der Höhepunkt der Weinfestsaison in der Pfalz.

Fr. 29.09. bis 09.10.2023
Der bunte Jahrmarkt

Fr. 06.10.2023, 20:00
Souvenirs des Lebens (Theater in der Kurve)

Sa. 28.10.2023, 20:00
Gitte Haenning & Band (Saalbau)

So. 05.11.2023, 13:00
WEIN.EVENT | Rotwein im Glas

Neunkirchen

Neue Gebläsehalle

Mi. 13.09.2023, 20:00
ZSK – Tour 2023

Sa. 30.09.2023, 20:00
ONAIR – The Very Best! / A-Cappella Pop Show)

Mo. 02.10.2023, 20:00
More Than Dance – ein Abend quer durch die moderne Tanzwelt

Do. 12.10.2023, 20:00
ela.

Fr.13.10.2023, 20:00
Urban Priol – Im Fluss. Täglich quellfrisch, immer aktuell!

Di. 17.10.2023, 20:00
John McLaughlin Quinetet

Mi. 18:10.2023, 20:00
Bodo Wartke – König Odipus

Sa. 21.10.2023, 20:00
Tangerine Dream – From Virgin To Quantum Years 2023

So. 12.11.2023, 16:00
Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer - Familienmusical nach Michael Ende

Sa. 18.11.2023, 15:00
Gloomaar Festival 2023
A (Post-)Rock Festival & more!

So. 26.11.2023, 20:00
Arstioir – BLIK Tour 2023

Mi. 29.11.2023, 20:00
Maybebop – Mehr Lametta (Weihnachtsprogramm)

Do. 30.11.2023, 20:00
Stimmenzauber Festival

Sa. 02.12.2023, 19:30
From Fall To Spring – Rising Up 2023 + Special Guests

Fr. 08.12.2023, 19:30
Höhner – Höhner Weihnachten 2023

Sa. 09.12.2023, 19:30
The New Generation - Christmas Classics 2023

Neue Gebläsehalle

Mi. 13.09.2023, 20:00
ZSK – Tour 2023



Anfang des Jahres ging das neue ZSK Album Hass - Liebe direkt auf Platz 4 der Deutschen Albumcharts. Die dazugehörige Tour war die größte und erfolgreichste, die die Band je gespielt hat. Aber anstatt sich zurückzulehnen, kommen die vier Berliner direkt nochmal auf Tour.

Fr. 22.09.2023, 20:00
Kristin Backes & Anja Backus -Musicalstars - „Wir können auch weiblich"

Mo. 02.10.2023, 20:00
Thomas Blugs Rockanarchie & Stompin` Heat

Sa. 07.10.2023, 20:00
Martin Weinert – Rainbow Experience

Fr. 27.10.2023, 20:00
Chase Petra & Still Talk

Sa. 04.11.2023, 20:00
Drei Meter Feldweg - Mit Konfetti und raketen Tour 2023

Do. 23.11.2023, 20:00
Predatory Void

Pirmasens

So. 24.09.2023, 18:00
Festival – Orchester (Festhalle)

Fr. 06.10.2023, 19:00
Liederabend mit Patrick Grahl und Daniel Heide (Festhalle)

Fr. 13.10.2023, 20:00
An Evening of Sir Elton John (ALTE POST)

Sa. 14.10.2023, 16:00
Geisterstunde auf Schloss Eulenstein – Kindermusical (Festhalle)

So. 22.10.2023, 17:30
Die apokalyptischen Reiter (ALTE POST)

Mi. 25.10.2023, 19:30
Karneval des Glücks - Musikalische Lesung (Festhalle)

Di. 31.10.2023
Halloween Spektakel

Kusel

Schalander / Kinett

Sa. 23.09.2023, 20:00
BAZAAR Desert-Blues Ethno-Funk World-Pop (Kinett)

Di. 26.09.2023, 20:00
DAN RAZA + DAVEY AND THE MIDNIGHTS

Do. 28.09.2023, 20:00
MAZ AND THE PHANTASMS - queer dance punks from Glasgow (Kinett)

So. 01.10.2023, 21:00
BIKINI BEACH - fuzzy buzzy garage punk (Kinett)

Mi. 18.10.2023, 20:00
TEA EATER - art punk from New York featuring Tarra Thiessen of GUSTAF (Kinett)

Sa. 04.11.2023, 20:00
BO MILLI indie pop from Norway (Kinett)

Mi. 15.11.2023, 20:00
VISION VIDEO goth pop from Athens, Georgia (Kinett)

Rockenhausen

Sa. 23.09.2023, 10:00
Carillon-Konzert für Familien

Sa. 30.09.2023, 10:00
Kinderlux - (Willkommenszentrum)

So. 19.11.2023, 10:30
Stadtführung Rockenhausen

Fr.01.12.2023 bis So. 03.12.2023
Weihnachtsmarkt Rockenhausen

Mannheim

Ella & Louis

Do. 21.09.2023, 20:00
Blues Night Session | Die neue Blues Reihe im Club

Mo. 25.09.2023, 20:00
Guido May International Quartet

Do. 28.09.2023, 20:00
BEST OF SAXES

Fr. 29.09.2023, 20:00
Soul Night | Cosmo Klein & The Campers - Tanzveranstaltung

Fr. 06.10.2023, 20:00
Torsten Goods | Der Ausnahme-Gitarrist

Sa. 07.10.2023, 20:00
Young Talents Jazz | mit Nicolai Daneck am Klavier

Mo. 09.10.2023, 20:00
Arild Andersen Group | Nordic Jazz

Sa. 14.10.2023, 20:00
Young Talents Jazz | mit Noah Diemer am Klavier

Fr. 20.10.2023, 20:00
Cécile Verny Quartet | Vocal Jazz

Do. 12.10.2023, 20:00
Wolfgang Muthspiel feat. Scott Colley and Jorge Rossy | Star Gitarrist

Sa. 14.10.2023, 20:00
Young Talents Jazz mit Noah Diemer am Klavier

Fr. 20.10.2023, 20:00
Cécile Verny Quartet Vocal Jazz



Vorsicht. Suchtgefahr! Das Cécile Verny Quartet ist eine echte Liveband, die aufgrund des einzigartigen Charismas ihrer Sängerin bereits mit dem ersten Song eine innige Verbindung zum Publikum aufbaut, ganz gleich, ob es sich dabei um Freunde des Jazz oder Pop handelt. Ihre erstklassige Band geht mit Nonchalance, Understatement und Coolness zu Werke und sorgt für elastischen Puls, knackige Grooves oder bei Bedarf auch für filigrane Farbtupfer.
Mo. 23.10.2023, 20:00
Richard Koch Quartett | Der Klangkünstler an der Trompete - SIFFLINGS TIPP

Do. 26.10.2023, 20:00
Christina Lux feat. Oliver George - Lichtblicke Tour

Fr. 27.10.2023, 20:00
Soulnight Clubband feat. Nicole Hadfield & Jeffrey Amankwa

Sa. 28.10.2023, 20:00
Young Talents Jazz mit Philip Weyand am Klavier

Mo. 30.10.2023, 20:00
Claus Boesser Ferrari & Jutta Glaser | Zwei Stars der Szene im Dialog

SIMON & GARFUNKEL TRIBUTE

BY CENTRAL PARK BAND



28. OKTOBER

FRUCHTHALLE

VATTER
WOHNEN FÜHLEN
mit freundlicher Unterstützung von der Vatter GmbH
mehr über die Firma Vatter erfahren Sie auf der nächsten Seite!

CENTRAL PARK BAND

Zwei Stimmen, die perfekt harmonieren, akustische Gitarren, die dies gefühlvoll unterstützen, Songs zwischen Folk und Pop, die Musikgeschichte geschrieben haben: Mrs. Robinson, Homeward Bound, The Boxer.

Ein magischer Moment – wenn ein ganzer Saal oder ein Marktplatz in den Refrain von „Bridge over troubled water" einstimmt!
All das hat die Central Park Band mit ihrem Tribute to Simon & Garfunkel zu bieten – aber es ist mehr als das! Eine Band mit Rock 'n' roll, Kraft, Energie und Dynamik sind die andere Seite der Songs von Paul Simon und Art Garfunkel und des Repertoires der Central Park Band: Baby driver, The sounds of silence, Call me Al.

Sei dabei, wenn die Central Park Band am 28.10.2023 live in der Fruchthalle auftritt! Sichere dir Tickets auf www.tickets.kunstgriff-event.de oder über den QR-Code.

Pfalz Digital verlost Freikarten! mehr dazu auf www.pfalzdigital.de oder auf Seite 11.



ANN VRIEND

Die kanadische Sängerin AV (Ann Vriend) ist zweifache Preisträgerin des begehrten Maple Blues Awards für herausragendes Songwriting. Mit stolzen Auszeichnungen wie dem Edmonton Music Award und dem Alberta Centennial Award in ihrer Tasche und als Nominierte für den Titel "Keyboarder des Jahres" bei den Maple Blues Awards, hat AV mehr als 30.000 Alben verkauft.

AV ist zwar für ihre kraftvolle und dynamische Stimme bekannt, doch in erster Linie ist sie eine meisterhafte Songwriterin. Ihre zahlreichen Auszeichnungen erstrecken sich fast ausschließlich auf diese beeindruckende Kategorie.

Sei dabei, wenn die Central Park Band am 16.11.2023 live in der Feiermaus auftritt! Sichere dir Tickets auf www.tickets.kunstgriff-event.de oder über den QR-Code.

Pfalz Digital verlost Freikarten! mehr dazu auf www.pfalzdigital.de oder auf Seite 11.

Willkommen in der Welt zeitloser Eleganz f

Der Herbst bietet sich an, das Projekt der Außenbereichsneugestaltung noch anzugehen und die Vorfreude somit auf sonnige Tage im kommenden Frühling zu steigern. Wieso also nicht antizyklisch denken und arbeiten und im kommenden Frühling schon gleich den neugestalten Außenbereich genießen.

Bei der Vatter GmbH finden Sie Feinsteinzeugfliesen in Stein-, Beton-oder Holzoptik welche Ihrer Terrasse oder Ihrem Balkon Materialität und Optik verleihen und Ihren Garten zu etwas ganz Besonderem werden lassen.

Unsere Keramik trotzt mühelos Wind und Wetter, wodurch sie die ideale Wahl für Terrassen und Balkone ist. Die Fliesen sind in einer breiten Palette von attraktiven Farbtönen erhältlich,sodass Sie Ihre persönlicheVision mühelos umsetzen können. Ob Sie einen modernen Look bevorzugen, der von Beton inspiriert ist, oder die natürliche Wärme von Holz suchen –bei uns finden Sie die perfekte Option. Die robusten Fliesen sind in 20 mm Stärke erhältlich und eignen sich hervorragend für die lose Verlegung im Außenbereich. Auch für den Innenbereich sind oft dieselben Fliesen in einer dünneren 10-mm-Variante erhältlich, welche sich nahtlos in den Innenbereich integrieren lassen.

Unsere Feinsteinzeugfliesen sind typischerweise mit rutschhemmenden Oberflächen ausgestattet, deren Grad je nach Modell variiert. Sie entscheiden, ob Sie leicht zu reinigende Oberflächen bevorzugen oder eine stärkere Rutschhemmung benötigen. Für Bereiche, die nur gelegentlich begangen werden, wie beispielsweide Ihren Grillplatz, sind pflegeleichte Oberflächen perfekt geeignet. Für stark frequentierte Flächen, wie Ihren Eingangsbereich, empfehlen wir rutschhemmendere Optionen, um Ihre Sicherheit zu gewährleisten.

Um unsere beeindruckende Fliesenkollektion hautnah zu erleben und die beste Wahl für Ihre Bedürfnisse zu treffen, laden wir Sie herzlich ein, unsere Ausstellung in KL-Hohenecken



für Ihren Outdoor-Bereich!

zu besuchen. Unser engagiertes Team steht Ihnen vor Ort zur Verfügung und freut sich darauf, Sie bei der Auswahl und Gestaltung Ihres Outdoor-Bereichs zu unterstützen.

Ihr Team der Vatter GmbH freut sich bereits darauf, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

SCHAUTAG

JEDEN 1. SONNTAG IM MONAT / GEÖFFNET: 13:00 BIS 16:30 UHR*



VATTER

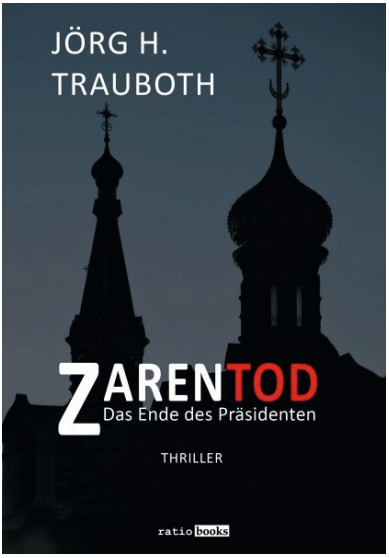
WOHNEN FÜHLEN | Keramikfliesen
Bäder
Sanitär
Holzböden
Türen

VATTER GmbH / Im Erfenbacher Tal 16 / 67661 Kaiserslautern / T: 0631 351850 / www.vatter.de
Öffnungszeiten der Ausstellung: Montag – Freitag: 9.00 – 18.00 Uhr

* Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten findet keine Beratung und kein Verkauf statt.

Zarentod - Das Ende der Präsidenten

Jörg H. Trauboth



Der russische Präsident und neue Zar, Iwan Pavlenko, zeigt im Ukraine-Krieg plötzlich sein wahres Gesicht. Er will den Krieg gegen die NATO. Russland und die Welt stehen am Abgrund. Der einflussreiche Oligarch, Alexei Sokolow, will Iwans größenwahnsinnigen Pläne verhindern und plant einen grundlegenden Neuanfang Russlands. Dafür muss der russische Präsident sterben. Am Himmel über Osteuropa droht Alexeis Plan zu scheitern. Der Ex-Elitesoldat Marc Anderson greift ein.

„Zarentod" ist der vierte Politthriller aus der Marc Anderson-Reihe vom Erfolgsautor Jörg H. Trauboth.

Franz König - Geschäftsführer ratio-books



Bücher waren und sind für mich etwas Besonderes. Weihnachten 1962 schenkten mir meine Eltern ein beachtlich dickes Buch: Wolfsblut von Jack London. Ich habe es geradezu verschlungen. Auch Schulbücher habe ich nicht wie andere Kinder nach der Schulentlassung entsorgt, sondern sie aufbewahrt. Büchertische faszinieren mich und auf Bücherflohmärkten finde ich immer etwas.

Seit vielen Jahren setze ich Wünsche eines Aachener Verlegers um, anfänglich wenige, dann aber zunehmend mehr. Anfang 2006 gründete ich den Verlag ratio-books in Lohmar. Hier verlege ich auf eigenes Risiko interessante Bücher und helfe angehenden Autoren bei der Herausgabe ihres Buches.

Freude am Älterwerden

Andrea Dorothe Schneider



Unsere Freundin Andrea Schneider ist eine ausgewiesene Expertin auf dem Gebiet eines erfüllten Lebens.
Nun ist sie mit einem bemerkenswerten Ratgeber auf dem Markt, den wir uns alle unbedingt näher ansehen sollten: "Freude am Älterwerden".

Man kann sich jetzt sich fragen, warum gerade dieses Buch so besonders ist. Nun, es ist ein wahrer Schatz an Weisheit und Lebenserfahrung, speziell für uns, die Generation ab 50. Auf den 103 fesselnden Seiten dieses Ratgebers finden wir Antworten auf die Fragen, die uns in dieser Lebensphase beschäftigen.

Das Buch gibt es für schlappe 0,92 € auf Amazon!

In diesem Buch werden verschiedene Kapitel präsentiert, die sich mit essenziellen Themen wie Ernährung, Schlaf, Gedächtnistraining, Demenzprävention, beruflicher Erfüllung, Familie und Partnerschaft auseinandersetzen. Zusätzlich gibt es Abschnitte über BestAgerFitness, Wohlstand und Lifestyle. Das Tolle daran ist, dass man es nicht von vorne bis hinten durchlesen muss, um den Überblick zu behalten. Im Gegenteil – je nach persönlichem Interesse oder den Fragen, die im Zusammenhang mit dem Älterwerden auftreten, kann man einfach das relevante Kapitel auswählen.

Andrea Schneider vermittelt ihre Ratschläge auf eine kurzweilige, unterhaltsame und äußerst praxisorientierte Art und Weise. Ihre eigenen Erfahrungen und Erlebnisse bereichern jede Seite des Buches. Als eine von uns weiß sie, dass das Älterwerden keinesfalls mit dem Verlust von Lebensfreude und Vitalität gleichzusetzen ist. Im Gegenteil, es kann eine Phase des Lebens sein, in der wir das Leben in vollen Zügen genießen.

Andrea lebt nach dem Motto: "Das Leben ist zu kurz für irgendwann." In ihrem Buch teilt sie mit uns, wie wir ein langes, selbstbestimmtes Leben führen können, ohne von anderen abhängig zu sein.

Das mpk entdeckt einen vergessenen Meiste



Rudolf Levy
Stillleben „DO“, 1943
Öl auf Leinwand, 66,5 × 51,5 cm
Privatsammlung
Foto: Archivio Electa / Fotografie di Serge Alain Domingie, Firenze

Mit der groß angelegten Schau „Rudolf Levy (1875–1944). Magier der Farbe“ setzt das mpk in Zusammenarbeit mit den Uffizien in Florenz ein Ausstellungshighlight. Die erste Retrospektive in Deutschland des 1944 im Holocaust ermordeten deutsch-jüdischen Malers Rudolf Levy ist die Wiederentdeckung eines zu Unrecht aus dem Kanon der Kunstgeschichte verschwundenen Künstlers.

Zahlreiche Leihgaben aus bedeutenden Museen und Privatsammlungen zeigen die hohe Qualität seiner Malerei und zeichnen die künstlerische Laufbahn und bewegte Biografie von Rudolf Levy nach: In den 1910er Jahren war er eine zentrale Figur der Münchner und Pariser Avantgarde. Levy gründete gemeinsam mit Walter Bondy den heute so berühmten Künstlerkreis im Café du Dôme, hier gingen wichtige Personen des Kunstlebens ein und aus, darunter Hans Purrmann, Marg und Oskar Moll, Henri Matisse und Pablo Picasso. Mit seinen farbkräftigen Bildnissen, Landschaften und Stillle-

er der Moderne wieder

mpk
MUSEUM PFALZGALERIE KAISERSLAUTERN



Rudolf Levy
Blick auf die Bucht von Rapallo, 1933
Öl auf Leinwand, 73,5 × 92 cm
Privatsammlung
Foto: Electa Archiv / Serge Alain Domingie, Florenz

ben feierte Levy in den 1920er Jahren große Erfolge, unter anderem in der legendären Galerie von Alfred Flechtheim. Auch in seiner Berliner Zeit schloss er Freundschaft mit führenden Intellektuellen, wie mit dem Geschwisterpaar Erika und Klaus Mann, mit der Bildhauerin Renée Sintenis und mit Max Pechstein. Die Machtergreifung der Nationalsozialisten und das damit verbundene Leben im Exil führten dann zu einem jähen Karriereende. Nach einer Odyssee durch Europa und die USA konnte sich Rudolf Levy schließlich in Florenz niederlassen, wo sein Schaffen einen letzten eindrucksvollen Höhepunkt erlebte.

Es ist das Wechselspiel leuchtender Farben und Linien, die Levy zu Lebzeiten so erfolgreich machten. Insbesondere seine italienischen Landschaften zeigen eine lichte mediterrane Atmosphäre, welche er durch nuancierte, spontan aufgetragene Farbstriche auf die Leinwand brachte. Arrangierte Stillleben setzen Farbe und Form in eine lebendige spannungsvolle Harmonie.

Zurückhaltender in der Farbigkeit mit distanzierter Mimik und verhaltenen Gesten zeigen die Porträts Levy als einen besonderen Magier der Farbe, der vor allem mit den subtil und sparsam verwendeten kräftigen Farben die Menschen in ihrem Wesen zu erfassen verstand.

Heute ist Levy in der breiten Öffentlichkeit nahezu vergessen, die Ausstellung setzt daher auf ein differenziertes Nacherleben des Lebenswegs dieser so schillernden Künstlerpersönlichkeit. Konzentriert auf seine zentralen Stationen in Paris, Berlin und Florenz, kann man beispielweise in die Atmosphäre des Café du Dôme eintauchen und die Werke der Pariser Weggefährten Levys, wie Hans Purrmann, Mathilde Vollmoeller-Purrmann und Oskar Moll studieren. Die Berliner Zeit spiegelt mit gut 20 seiner Gemälde die feste Verankerung Levys im Kanon der Moderne. Zugleich holen historische Filme die konfliktreichen Jahre der Weimarer Republik mit dem aufstrebenden Nationalsozialismus und Antisemitismus ins Bewusstsein. Als Zeichen der Hoffnung in dunklen Zeiten verstand Levy die berühmten Radioansprachen, die Thomas Mann unter dem Titel „Deutsche Hörer" aus den USA in das nationalsozialistische Deutschland ausstrahlen ließ. Levy hörte diese im Exil. Florenz ist seine letzte Lebensstation vor der Deportation. Die Werkgruppe dieser Zeit ist ein farbenreicher Höhepunkt, dem der größte und repräsentativste Saal in der Ausstellung gewidmet ist. Ein eindringliches Erlebnis ist es, die unheilvolle Geschichte vermittels Hörstationen nachzuempfinden und die hiervon scheinbar ungebrochene Schaffenskraft der Malereien zu erleben.

Schließlich beinhaltet die Schau einen besonderen Raum des Gedenkens für Rudolf Levy. Historische Fakten – wie der Tag der Verhaftung, das Datum, an dem der Zug nach Auschwitz abfuhr oder Berichte darüber, was mit den Deportierten geschah, als sie im Konzentrationslager ankamen, vermitteln nur unzureichend, was an Ungeheuerlichem jedem einzelnen Menschen widerfahren ist. Der Gedenkraum versucht seinen Tod „jenseits von Worten", beziehungsweise mit Worten, die jenseits der Fakten liegen – lyrisch und metaphorisch zu fassen. Sein vermutlich letztes Selbstporträt aus dem Jahr 1943 ist nahezu allein in einem der Kuppelräume im Nordflügel des mpk zu sehen– in einem Raum, der an sich eine sakrale Atmosphäre hat. Im Dialog mit dem Porträt stehen zwei weiße Vitrinen des britischen Keramikers Edmund de Waal: Sie enthalten weiße Porzellangefäße und weiße Scherben und Gold. De Waal hat das Werk „spur" Levy gewidmete. Der Keramikkünstler verbindet mit Weiß die Idee des Verschwindens, wie er insgesamt in seinem Werk Themen wie Exil und

den Verlust der jüdischen Kultur durch den Holocaust behandelt. So beginnt ein künstlerischer Dialog, der aus dem Gedächtnismal auch den Beginn einer Spurenlese macht.

80 Jahre nach Levys Tod würdigt die Ausstellung zudem die europäische Dimension seines Künstlerlebens. Das mpk ist im Jahr 2023 Kooperationspartner der Ausstellung „Rudolf Levy (1875–1944). L' opera e l' esilio. Werk und Exil". Während im Palazzo Pitti von Januar bis April 2023 die Florentiner Lebensphase des Künstlers im Mittelpunkt stand, ist die unabhängig von Florenz kuratierte Ausstellung in Kaiserslautern mit ihrem historischen Ansatz der gesamten Schaffenszeit des Künstlers gewidmet. Die Zusammenarbeit belegt die internationale Bedeutung, die die Beschäftigung mit Rudolf Levy besitzt, welche nicht zuletzt die Schirmherrschaft des Bundespräsidenten Frank-Walter Steinmeier unterstreicht.

Der umfangreiche Katalog zur Ausstellung enthält neueste Erkenntnisse zur Levy-Forschung und erscheint im Deutschen Kunstverlag Berlin/München. Er umfasst 320 Seiten, ISBN 978-3-422-80166-0, ist im Buchhandel ab Anfang November, im Museum ab dem 28. Oktober 2023 erhältlich. Verkaufspreis im Museum während der Ausstellungszeit: 39 Euro, Verkaufspreis im Buchhandel und nach der Ausstellung im Museum: 44 Euro



Rudolf Levy
Selbstbildnis IV, 1943
Öl auf Pappe, 72,3 × 92,3 cm
Kaiserslautern, Museum Pfalzgalerie Kaiserslautern, Inv.-Nr. PfG 54/4
Foto: Electa Archiv / Serge Alain Domingie, Florenz



Museum Pfalzgalerie Kaiserslautern
Museumsplatz 1
67657 Kaiserslautern
info@mpk.bv-pfalz.de
Tel.: 0631 3647-201
www.mpk.de
Öffnungszeiten:
Di. 11:00-20:00 Uhr
Mi. - So. 10:00-17:00 Uhr



Haussanierung – Clevere Alternative zum Neubau

Erfahren Sie, warum Sie eine Haussanierung mit Festpreisgarantie und 40% staatlicher Förderung als clevere Alternative zum Neubau nutzen sollten.

Die steigenden Zinsen, Inflation und Baukosten machen den Hausbau immer weniger attraktiv und teilweise unmöglich. Doch es gibt eine kluge Alternative: Die energetische Haussanierung. Sie ist nicht nur kostengünstiger als Neubau, sondern bietet auch gleichwertige Qualität. Dabei sparen Sie nicht nur Energie und Geld, sondern steigern auch den Wert Ihrer Immobilie.

Der Ablauf

Hinter diesem bewährten Konzept steht „Town & Country Haus" mit seinen bewährten Festpreis- und Absicherungsgarantien und seinen erfahrenen Handwerkern aus der Region.

Wir nehmen die Bestandsdaten Ihres Hauses auf und leiten sie zu unserem staatlich zertifizierten Energieberater weiter. Der erstellt eine erste Kalkulation, damit Sie wissen, in welchem Rahmen wir uns etwa bewegen. Bis hier ist alles für sie zu 100% kostenlos und ohne jede Verpflichtung.

Wenn das in Ihr Budget passt, kommt der Energieberater zu Ihnen und erstellt eine umfassende Analyse. Die ist Grundlage für ein fundiertes Angebot und auch notwendig für den Antrag auf staatliche Zuschüsse, die bis zu 40 Prozent betragen. Nach Klärung der Finanzierung können wir zeitnah anfangen.



Unsere Leistungen

- Individueller Sanierungsfahrplan für jedes Gebäude (ISFP)
- Festpreisgarantie
- Energie- und Fördermittelberatung
- Bauzeitgarantie
- Versicherungspaket
- Energieausweis

Lassen Sie sich jetzt beraten.

Heinrich Lappe
Telefon: +49 156783959 92
E-Mail: pd@hausprojekt.net

Alles aus einer Hand

- mit regionalen Sanierungsexperten umgesetzt
- kostenlose vor-Ort-Beratung und Planung
- Energieberatung und Sanierungs-Fahrplan mit energetischem Gesamtkonzept
- einzigartiger Sanierungs Schutzbrief mit Festpreis- und Fertigstellungsgarantie
- Fördermittel- und Finanzierungsservice



Lassen Sie sich jetzt beraten.

Ich bin Heinrich Lappe, seit 14 Jahren Ihr Ansprechpartner bei Town & Country Haus und informiere sie zu 100% kostenlos und unverbindlich.

Sie haben Interesse an einem Erstgespräch bzw. wünschen einen Termin zur Bestandsaufnahme? Dann nehmen Sie jetzt Kontakt auf, damit Sie wissen, in welchem Rahmen wir uns etwa bewegen. Bis hier ist alles für sie zu 100% kostenlos und ohne jede Verpflichtung.

Wenn das in Ihr Budget passt, kommt der Energieberater zu Ihnen und erstellt eine umfassende Analyse. Die ist Grundlage für ein fundiertes Angebot und auch notwendig für den Antrag auf staatliche Zuschüsse, die bis zu 40 Prozent betragen. Nach Klärung der Finanzierung können wir zeitnah anfangen.



Kaufen vs. Bauen: Warum sich der Kauf lohnt!

Der Traum vom Eigenheim ist für viele Menschen ein wichtiger Lebensabschnitt. Es stellt eine bedeutende Investition dar und ist oft mit hohen Erwartungen und Emotionen verbunden. Wenn es darum geht, diesen Traum zu verwirklichen, stehen die meisten vor einer grundlegenden Entscheidung: Soll man ein Haus kaufen oder es selbst bauen? Hier erfahren Sie, warum ein Kauf manchmal sinnvoller sein kann.

Zeit- und Arbeitsaufwand: Der Hausbau ist langwierig und stressig, während der Kauf eines bestehenden Hauses sofortigen Wohnkomfort bietet.

Kosteneffizienz: Der Bau kann teurer sein, da unvorhergesehene Kosten auftreten können.

Sofortiger Nutzen: Beim Kauf können Sie sofort einziehen, während der Bau Monate oder Jahre dauern kann.

Vorhandene Nachbarschaft und Infrastruktur: Bestehende Häuser sind oft in etablierten Gegenden mit Annehmlichkeiten.

Stabiler Immobilienmarkt: Der Markt für bestehende Häuser ist oft stabiler und vorhersehbarer.

Während der Bau eines eigenen Hauses zweifellos seinen Reiz hat und für einige Menschen die richtige Wahl sein kann, überwiegen die Vorteile des Kaufs eines bestehenden Hauses oft die Nachteile. Es ist kosteneffizienter, zeitsparender und stressfreier. Bevor Sie sich entscheiden, Ihr Traumhaus zu bauen, sollten Sie sorgfältig abwägen, ob der Kauf eines bestehenden Hauses nicht die bessere Option für Sie ist.

Schillerplatz 6 · 67655 KL
Tel. 0631 7500710
St. Martinsplatz 6 · 67657 KL
immobilien-kafitz.de

IMMOBILIEN
KAFITZ
Exklusiver Partner der Volksbank Kaiserslautern eG

Winterreifen - Unverzichtbare Begleiter für die kalte Jahreszeit

Der Winter stellt für Autofahrer besondere Anforderungen, denen sie mit Winterreifen begegnen sollten. Diese speziellen Reifen sind nicht nur in vielen Ländern vorgeschrieben, sondern bieten auch klare Vorteile.

Winterreifen sind für kalte Temperaturen und winterliche Straßenverhältnisse entwickelt worden. Sie zeichnen sich durch bessere Traktion auf Schnee und Eis aus, verkürzen Bremswege und verbessern das Handling. Dies kann entscheidend sein, um Unfälle zu vermeiden.

Die richtige Zeit für den Wechsel zu Winterreifen hängt von den klimatischen Bedingungen ab. Im Allgemeinen sollten Winterreifen angebracht werden, wenn die Temperaturen dauerhaft unter 7 Grad Celsius liegen oder Schnee und Eis erwartet werden. Achten Sie auf das „Schneeflockensymbol" auf den Reifen, um sicherzustellen, dass sie wintergeeignet sind.

Die Pflege von Winterreifen ist ebenfalls wichtig. Regelmäßige Überprüfung des Reifendrucks und ordnungsgemäße Lagerung tragen zur längeren Lebensdauer und besseren Leistung bei.

Zusammenfassend sind Winterreifen nicht nur gesetzliche Vorschrift, sondern auch entscheidend für die Sicherheit auf winterlichen Straßen. Sie bieten bessere Traktion, verkürzen Bremswege und verbessern das Handling, was Unfälle verhindern kann. Denken Sie immer an Ihre Sicherheit und die Sicherheit anderer Verkehrsteilnehmer.

IHR Autopflege Profi in Mehlingen
Am Wasserturm 13/Gewerbegebiet

FB AUTOPFLEGE

- Entfernung von Tierhaaren
- Nanoversiegelung, Polieren
- Farbauffrischung innen und außen
- Waschen/Saugen/Glasservice
- Motorwäsche, Innenreinigung
- Komplettaufbereitung

Telefon: 06303 921760 oder 0176 84866391 | E-Mail: FB-Autopflege@live.de

Durch die Innenreinigung mit Dampf mit bis zu 150° Grad werden alle Viren und Bakterien abgetötet!





Auf den Spuren der Geschichte: Ramsen und di

Inmitten der malerischen Kulisse des Pfälzerwaldes, liegt ein charmantes Dörfchen. Ramsen: Ein Ort geprägt von Geschichte und Natur. Ein besonderes Highlight erhebt sich stolz über dem idyllischen Örtchen. Die Burgruinen der Staufburg. Sie ist eine historische Festung. Sie lädt nicht nur zum Erkunden ein, sondern gewährt auch einen faszinierenden Einblick in die vergangene Zeit.

Ramsen: Ein Dorf mit Charakter

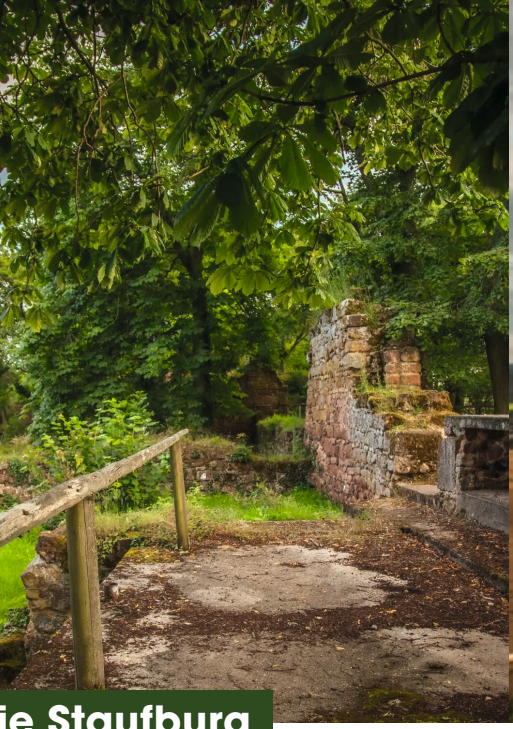
Im Mittelalter war Ramsen einst ein sehr bedeutender Handelsplatz, der heute noch den Zauber vergangener Epochen bewahrt. Einladend sind die reich verzierten Fachwerkhäuser und die gepflasterten Straßen. Besucher werden dazu eingeladen, durch die Gassen zu flanieren, um die einzigartige Atmosphäre einzufangen.

Die Staufburg: Ein historisches Meisterwerk

Über Ramsen thront die Staufburg, eine Burgruine aus dem 12. Jahrhundert, die wie ein wachsames Auge über Ramsen wacht. Eine atemberaubende Aussicht erstreckt sich über das weite Talw und die Hügel des Pfälzerwaldes. Auf der Ruine selbst gibt es die Möglichkeit viele beeindruckende Fotografien der Burg und ihrer Umgebung zu machen. Im 12. Jahrhundert war die Staufburg einst ein strategischer Punkt für die Verteidigung der Region. Sie erzählt Geschichten von Rittern, Burgfräuleins und vergangenen Schlachten.

Aktivitäten für Abenteurer und Naturliebhaber

Für Abenteurer bietet Ramsen und die Staufburg nicht nur eine Reise in





ie Staufburg

die Geschichte. Ganz im Gegenteil, zahlreiche Wanderwege schlängeln sich durch üppige Landschaften. Outdoor-Enthusiasten können sich beim Wandern, Radfahren und Picknicken vergnügen. Die Gegend ist auch für ihre vielfältige Tierwelt und Vogelbeobachtung bekannt. Ramsen und Staufburg: ein unschlagbares Duo

Ramsen und die Staufburgruine sind ein unschlagbares Duo aus Geschichte und Naturschönheit. Der verzaubernde Dorfcharakter und die majestätische Staufburg ziehen Geschichtsinteressierte und Abenteurer gleichermaßen an. Ein Besuch in diesem zauberhaften Ort ist wie eine Zeitreise in die Vergangenheit, die in Erinnerung bleibt und Lust auf weitere Entdeckungen weckt. Tauchen Sie ein in die Geschichte und Pracht von Ramsen und der Staufburgruine – ein unvergessliches Erlebnis im Herzen des Pfälzerwaldes.

Wie Sie Ramsen und die Staufburg erreichen

Eine unkomplizierte Anreise verschafft das gute regionale Verkehrsnetz. Auch mit dem Auto ist das Dorf gut zu erreichen. Busse und Züge sind ebenfalls eine Option.

Kaiserslautern

MitWirkung

Machen statt meckern!

Willst du Lautern besser machen und mitreden?
Willst du tatsächlich was bewirken und nicht nur jammern?

Dann beteilige dich beispielsweise an der Gestaltung der Fläche vor dem Pfalztheater.

Jetzt auf **www.klmitwirkung.de** mitmachen, denn deine Stimme zählt!



Bild: Adobe Stock

Es gibt was zu gewinnen!
Jetzt registrieren, mitwirken und Preise abstauben:

- Android Tablet
- Betze-Rückrundendauerkarte
- Bluetooth-Lautsprecher

www.klmitwirkung.de



Bild: michal/ Adobe Stock Free Collection

www.herzlich-digital.de @herzlichdigital



Wir und der Wald

(akz-o) Für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist es enorm wichtig, sich in der Natur zu bewegen und sie hautnah zu erleben. Hier setzt das Klimabildungsprojekt „Wir und der Wald" der Volks- und Raiffeisenbanken an, bei dem Schülerinnen und Schüler der Klassen drei bis sechs durch einen spielerischen und praxisorientierten Umgang mit dem Ökosystem Wald dessen Wert näher kennenlernen und anhand alltagstauglicher Beispiele aktiven Klimaschutz praktizieren können.

Spannende Fragen rund um den Wald

Die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e. V. (SDW) hat die Bildungseinheit entwickelt. Sie ist kompatibel mit den Schul-Curricula der einzelnen Länder und orientiert sich an den Standards der UNESCO-Bildungskampagne „Bildung für nachhaltige Entwicklung". In vier aufeinanderfolgenden Schulstunden beschäftigen sich die Schülerinnen und Schüler mit spannenden Fragestellungen rund um den Wald. Um Antworten zu finden, geht es auf Erkundungstouren auf das Schulgelände, in den Stadtpark oder den lokalen Wald. Begleitet werden sie dabei von geschulten Waldpädagoginnen und -pädagogen. Mit jedem Modul wächst das Wissen und mit ihm ein gemeinsam erarbeitetes Waldposter, das die Ergebnisse des Klimabildungsprojektes festhält und im Anschluss die Klassenzimmer schmückt. Jedes Kind erhält zudem ein CO_2-Maßband, mit dem es die Menge an CO_2 ablesen kann, die ein Baum bindet. Auf dem Maßband beispielhaft angegebene Alltagssituationen, die vergleichbar viel CO_2 verursachen, vermitteln den Kindern ein Gespür für den kritischen Umgang mit den eigenen Emissionen. Schulen können auf https://klima-initiative.vr.de/ über das Kontaktformular in der Rubrik Projekte „Wir und der Wald" ihr Interesse am Klimabildungsprojekt bekunden.

Engagement zum Schutz des Klimas

Finanziert wird das bundesweite Bildungsprojekt der Klima-Initiative „Morgen kann kommen", das am 30. Juni 2023 in der Waldschule Grunewald in Berlin erstmals durchgeführt wurde, aus gemeinnützigen Geldern der Volksbanken Raiffeisenbanken, insbesondere aus Reinertragsmitteln des Gewinnsparens. Die Präsidentin des Bundesverbands der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR), Marija Kolak, freut sich, nach dem Baumpflanzprojekt „Wurzeln" nun auch das Klimabildungsprojekt „Wir und der Wald" gemeinsam mit der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald umzusetzen. „Der Auftakt unseres bundesweiten Klimabildungsprojekts hat vor Augen geführt: Das Interesse an qualifizierten Schulprojekten im Bereich Umwelt- und Klimaschutzbildung ist hoch. Dem genossenschaftlichen Motto ‚Was einer alleine nicht schafft, das schaffen viele' folgend, unterstützen wir Lehrkräfte mit dem neuen Bildungsprojekt ‚Wir und der Wald' im Rahmen unserer Klima-Initiative dabei, die Bedeutung des Waldes im Unterricht aufzuzeigen und gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern konkrete Aktivitäten beim Klimaschutz umzusetzen."

GALAPPMÜHLE

Tagungs- & Freizeithaus

Seminare, Workshops, Schulungen, Gruppenangebote und vieles mehr



Kontakt: Susanne Runge
Tel. 0631 - 316 36 33 oder Tel. 0631 - 680 310 50
www.galappmuehle.de
E-Mail: susanne.runge@asz-kl.de

Entspannter Urlaub im Herbst

Der Herbst ist eine wundervolle Jahreszeit für einen Urlaub. Während viele Menschen den Sommer bevorzugen, hat der Herbst seinen eigenen, einzigartigen Charme, der jeden Reisenden verzaubern kann. Hier sind einige Gründe, warum ein Herbsturlaub eine großartige Wahl ist.

Eine der auffälligsten Eigenschaften des Herbstes ist die atemberaubende Farbexplosion der Natur. Die Blätter der Bäume verwandeln sich in eine faszinierende Mischung aus leuchtendem Rot, warmem Orange und goldenem Gelb. Dieses farbenfrohe Spektakel bietet eine ideale Kulisse für Wanderungen und Spaziergänge in der Natur. Wälder, Nationalparks und Weinberge werden zu einer lebendigen Leinwand, die Sie erkunden können.

Das Herbstwetter ist ebenfalls ein großer Pluspunkt. Die Temperaturen sind angenehm mild, nicht mehr so heiß wie im Sommer, aber auch nicht so kalt wie im Winter. Das ist die perfekte Zeit, um Aktivitäten im Freien zu genießen, sei es Wandern, Radfahren oder ein entspanntes Picknick in der Natur.

Der Herbst ist auch eine Jahreszeit der kulinarischen Genüsse. Überall finden Sie frische Ernteprodukte wie Äpfel, Kürbisse und Trauben. Die Herbstküche ist herzhaft und reichhaltig, und lokale Spezialitäten sind ein wahrer Gaumenschmaus.

Für Erholungssuchende bietet der Herbst eine ruhigere Atmosphäre, da die Touristenströme abnehmen. Dies ist die ideale Zeit, um sich in gemütlichen Ferienhäusern oder urigen Hütten einzumieten und die entspannende Herbststimmung in vollen Zügen zu genießen.

Der Herbst strahlt auch eine romantische Aura aus. Die kühlen Abende sind perfekt für romantische Spaziergänge unter dem Sternenhimmel oder gemütliche Abende am Kamin. Für Paare bietet der Herbst die Gelegenheit, sich näher zu kommen und gemeinsame Erinnerungen zu schaffen.

Insgesamt bietet der Herbst eine einzigartige Gelegenheit, die Schönheit der Natur und die Gemütlichkeit der Jahreszeit zu genießen. Die Farbenpracht, das angenehme Wetter, die kulinarischen Genüsse und die romantische Atmosphäre machen den Herbst zu einer wunderbaren Zeit für eine Auszeit. Gönnen Sie sich dieses Jahr eine herbstliche Flucht und lassen Sie sich von der Magie dieser besonderen Jahreszeit verzaubern.

Restaurant

Hotel

Biergarten

Feste feiern

...auf dem Bremerhof





Ansprechpartner

Tobias Maurer
tobias.maurer@bremerhof-kl.de



HOTEL ★★★
RESTAURANT
Bremerhof
BIERGARTEN

...die Idylle im Pfälzer Wald!

Bremerhof 1 I 67663 Kaiserslautern
Tel. (0631) 316320

www.bremerhof-kl.de



txn. Naturholzböden halten viel aus: Sie sind sehr widerstandsfähig, wertbeständig und werden mit den Jahren immer schöner. Und wenn sie doch irgendwann unansehnlich und abgenutzt aussehen, können sie abgeschliffen und neugestaltet werden, auf Wunsch auch farblich.

Naturholzböden für Generationen

txn. Es gibt viele gute Gründe, warum sich immer mehr Eigenheimbesitzer für einen Holzboden entscheiden. Natürlichkeit und Nachhaltigkeit spielen bei der Entscheidung eine ebenso große Rolle wie die Vielseitigkeit von Holzarten, edlen Oberflächen und Verlegemustern. Echte Holzböden sorgen zudem für ein angenehmes und gesundes Raumklima, denn sie wirken feuchtigkeitsregulierend. Doch das entscheidende Kriterium ist für viele die Lebensdauer: Holzböden halten über viele Jahre.

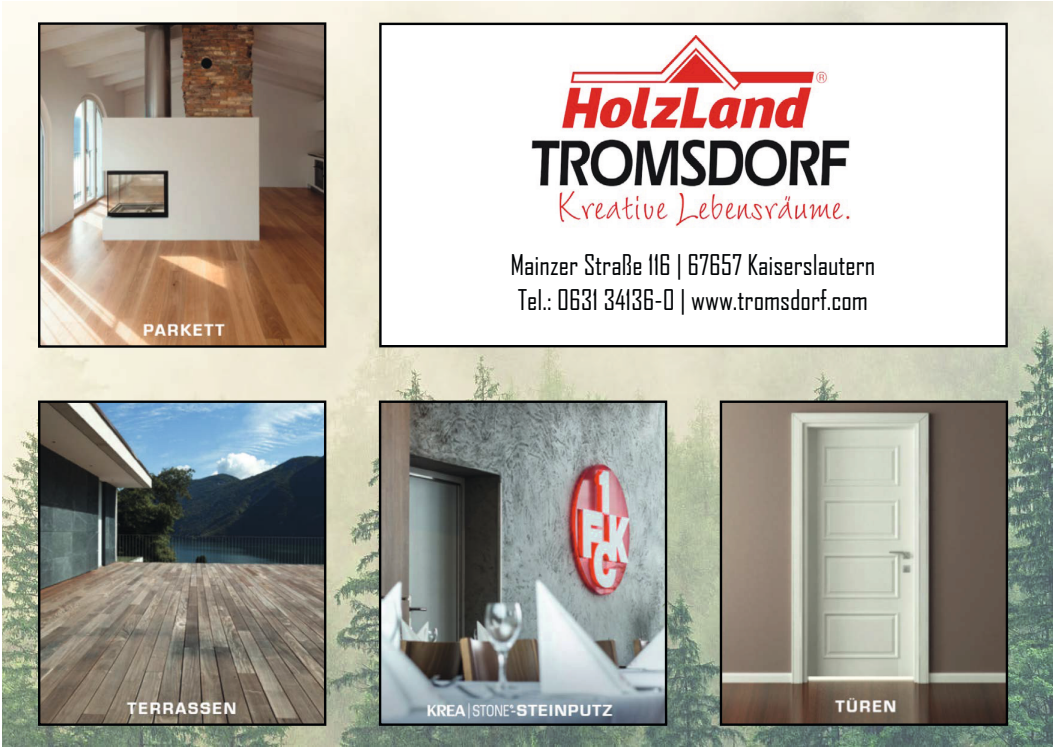
Selbst nach jahrelanger Nutzung und hohen Beanspruchungen behalten sie ihren Charme, ob im Kinderzimmer, der Küche oder im Eingangsbereich der Wohnung. Und das mit relativ wenig Pflege: In der Regel genügen regelmäßiges Entstauben und nebelfeuchtes Wischen mit speziellen Holzbodenreinigern. Wer vor und hinter der Tür zwei gute Fußmatten platziert, verhindert so, dass Sand und

Steinchen den Boden zerkratzen. Kleine Schäden lassen sich schnell ausbessern, beispielsweise mit dem Bona Repair Set.

Ist die Oberfläche doch irgendwann abgenutzt, kann sie einfach abgeschliffen werden. Es empfiehlt sich, diese Renovierung dem Fachmann zu überlassen. Denn die Profis sind in der Lage tatsächlich staubfrei zu schleifen. Der schwedische Holzboden-Spezialist Bona hat dafür ein bundesweites Netz speziell geschulter Handwerker aufgebaut. Die Experten können mit den neuen Renovierungstechniken Holzböden in Stil, Farbe und Ausstrahlung auch völlig verändern.

Mit wasserbasierten Lacken, farbigen Ölen oder auch Hartwachsölen erhält der Holzboden eine neue Oberfläche. Während der Arbeiten können die Bewohner zu Hause bleiben – das spart Zeit und Kosten.

Mehr über das Upcycling von Holzböden und Inspirationsideen finden sich unter www.bona.com.



Jetzt wirds gruselig - Tipps für eine gelungene Halloweenparty

(akz-o) Auch bei uns wird Halloween immer populärer. Nicht nur die großen Vergnügungsparks haben das Thema längst aufgegriffen und veranstalten schaurig-schöne Partys für Groß und Klein. Auch zu Hause wird immer mehr dekoriert, arrangiert und gefeiert.

Allrounder – der Kürbis gehört einfach dazu!

Egal, ob man verschiedene Zierkürbisse über den Tisch verteilt oder die gruselige Variante mit geschnitzter Fratze bevorzugt, der Kürbis ist ein Allrounder und wird zu Halloween überall eingesetzt. Zuerst mit einem großen Löffel aushöhlen, dann mit einem Stift ein Gesicht auf den Kürbis zeichnen und schließlich entlang der Konturen ausschneiden. Um diesen haltbarer zu machen, sollte man ihn innen und außen mit Lack oder Vaseline überziehen.

Friedhof der Kuscheltiere

Wer erinnert sich nicht an einen der wohl gruseligsten Filme der 1980er-Jahre. Der Friedhof der Kuscheltiere jagt uns auch heute noch einen Schauer über den Rücken und bietet die perfekte Vorlage für unsere Dekoration. Einfach ein paar alte Stofftiere mit langen Zähnen, Kunstblut oder amputierten Gliedmaßen im Raum verteilen und der Grusel-Spaß ist garantiert!

Geschichtenerzähler

Wer seinen Gästen ein besonderes Highlight bieten möchte, erzählt ein paar Geschichten aus dem Mittelalter oder über Hexen, Geister und Dämonen. Deutsche Volkssagen wie „Der Geist im Ratskeller von Bremen", „Die weiße Frau im Burgberg" oder „Das Geisterschiff von Emden", um nur einige zu nennen, bieten genügend Material zum Gruseln.

Hotel & Restaurant
RECKWEILERHOF

Reckweilerhof 8, 67752 Wolfstein
Telefon (06304) 618 oder 619
www.reckweilerhof.de
Familiengeführtes Hotel-Restaurant in der 5. Generation.
In 2 Restaurants mit insgesamt 100 Sitzplätzen bieten wir
von regionalen und hausgemachten Produkten ein umfangreiches Speisenangebot;
Terrasse, 20 Hotelzimmer und eine Sauna.
Über das Jahr bieten wir verschiedene Arrangements.
Das Wohlbefinden unserer Gäste ist unser Ziel!

Der Lautrer Nachtbus

Für unsere Nachtschwärmer



Der Nachtbus - das Angebot von Stadt und Landkreis Kaiserslautern für unsere Nachtschwärmer

Ein besonderer Service der SWK Stadtwerke Kaiserslautern Verkehrs-AG für alle Nachtschwärmer!

Nutzen Sie den Nachtbus für Ihre Heimfahrt von der Veranstaltung!

Der Lautrer Nachtbus verkehrt in den Nächten von Freitag auf Samstag und Samstag auf Sonntag meist stündlich in alle Stadtteile und in die meisten Umlandgemeinden.

Zusätzlich fährt der Nachtbus vor vielen Feiertagen.

VRN VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

SWK Stadtwerke Kaiserslautern

Noch Fragen? Wir sind rund um die Uhr erreichbar:

SWK: (0631) 8001 5000 www.swk-kl.de

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt vom Irish House:

Mit der N10 ab Eselsfürth um 01:00, 02:00 Uhr bis Stadtmitte B
Mit der N12 ab Eselsfürth um 00:53, 01:53 Uhr bis Stadtmitte B

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt vom Lautrer Wirtshaus:

Mit der N1 ab Bahnheim um 02:00, 03:00 Uhr bis Stadtmitte E
Mit der N4 ab Bahnheim um 01:06, 01:54, 03:06 bis Stadtmitte E

Ihre Busverbindung für die Rückfahrt von der Feiermaus:

Mit der N1 ab Siegelbach Zoo über Weilerbach um 01:32, 02:32 Uhr bis Stadtmitte E.

„Letzte Runde wird zur Zeit nicht gefahren"

KUNSTGRIFF **TEAM**



Ursula Engelmann
Geschäftsführung



Jörg Kirsch
Techn. Leitung



Carmen Krasnowski
Back-Office



Eve Goj
Marketing/Vertrieb



Leonard Stahl, B.A.
Social Media Management
Marketing



Tim Eichhorn
Promotion



Daniel Preuß
Social Media Management
Mediengestaltung

KUNSTGRIFF **PARTNER**

ADticket MEIN TICKETPORTAL

RPR1. DAS ORIGINAL

KerkerDruck

ticket REGIONAL

Barbarossa

KIRSCH Veranstaltungstechnik

Partnerunternehmen im BVMW Bundesverband mittelständische Wirtschaft Unternehmerverband Deutschlands e.V.

Kostenlose App
aus dem Store laden und los gehts!
CityKit

Globus Kaiserslautern

MÜHLE AM SCHLOSSBERG

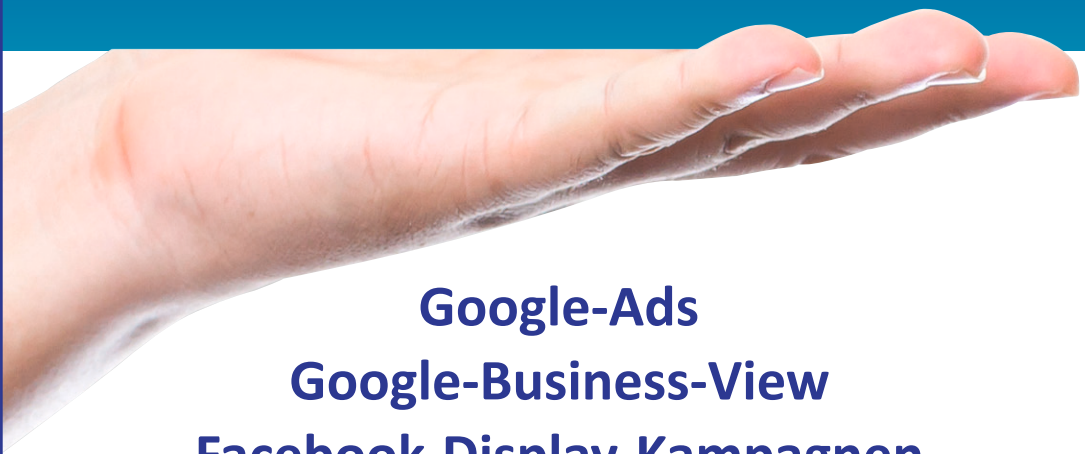
SWR

eventspass
DJ. UDO Schuff
Karl-Marx-Strasse 21
67655 KAISERSLAUTERN
0631 / 21500
0049 176 70841746
eventspass@yahoo.de

ANTENNE RADIO K'LAUTERN 96.9

URSULA ENGELMANN FOTOGRAFIE

Alles aus einer Hand – Lokale Suche und mehr



Google-Ads
Google-Business-View
Facebook-Display-Kampagnen
mobiloptimierte Home- u. Landingpages
pos-vision | Apps | Shops | Flyer
Visitenkarten | Briefpapier
Calltracking | Online-Branchenverzeichnis
Telefon- u. Branchenbuchanzeigen

PREMIER Google Partner

in Kooperation mit Local Performance

Telefon:
(0681) 502- 4840

E-Mail:
telemedia@sz-sb.de

TELEMEDIA

Ihr Spezialist für lokales Suchmarketing!



ENGELMANNPROMOTION

Kreatives Marketing für schlaue Köpfe

FULLSERVICE AGENTUR

ONLINE U. EVENT MARKETING
WEBDESIGN U. WEBHOSTING
SEO- UND SEA OPTIMIERUNG
GRAFIKGESTALTUNG FÜR PRINT - UND WERBEMEDIEN
FOTOGRAFIE
SOCIAL MEDIA

WWW.ENGELMANN-PROMOTION.DE