



## HELAU, HELAU , HELAU!!!

Das Jahr 2014 hat kaum begonnen, schon steht die Fastnachts-Kampagne vor der Tür.



Senioren Prunksitzung 2013, Bild: Gerhard Schall

Dieses Jahr lädt uns der RCV ein,  
zur

## Seniorenprunksitzung, am Sonntag, den 16. Februar um 14:11 Uhr, in der Jahnhalle.

RCV-Präsident Michael Schmitt und sein Elferrat freuen sich auf diese Veranstaltung, die als Dankeschön für die ältere Generation gedacht ist.

Wenn Sie noch keine Karten im Vorverkauf besorgten, keine Angst, kommen Sie vorbei, ein Platz findet sich immer noch. Wir möchten gerne ein volles Haus präsentieren. Es bereitet den Akteuren einfach mehr Spaß, wenn ihre Mühe belohnt wird und viele Seniorinnen und Senioren ihren Auftritten zusehen.

Der Stammtisch des RCV ist schon „Kult“. Wir erfahren was sich in „Bowerum- Roxem“ so übers Jahr abspielt. Gemeinsam wollen wir das närrische Treiben genießen, lassen wir „die Kuh fliegen“. Ich freue mich auf Euer Kommen auf der Seniorenfastnacht.

Euer Seniorenbeauftragter Jürgen W. Martin.

## Rosenmontag im Montagscafé

Den Rosenmontag feiern wir wieder närrisch im Kurpfalztreff. Die altbekannten Akteure freuen sich schon darauf Sie zu unterhalten. Wir haben ein tolles Programm vorbereitet.

Mit Büttensreden und Musik von Klaus Schlosser werden wir den Rosenmontag zünftig begehen. Vergessen Sie für vier Stunden den Alltag. Schunkeln, lachen und singen Sie mit uns.

Wir hoffen, dass Sie wieder dabei sind, wenn es heißt:

**Rox Helau  
Bowerum Helau  
Bowerum-Roxem Helau.**

Das Rosenmontagsfestkomitee.

Das närrische Montagscafé findet statt:

Am Rosenmontag, **3. März 2014, 14:11 Uhr.**

Bitte merken Sie sich diesen Termin schon mal vor.



Entwurf: Willi Petermann

## Seniorenadventsfeier 2013

### eine Feier auf hohem Niveau

Der Zuspruch war wie immer groß, jeder Platz war besetzt.

Die Damen des Betriebshofes hatten sich große Mühe gegeben und den Festsaal der Jahnhalle weihnachtlich geschmückt. Der Weihnachtsbaum strahlte im hellen Kerzenlicht.

Lothar Ofenloch, Rainer Schiffmann und die Damen und Herren des Seniorenbeirates hatten Kuchen und Stollen auf den Tellern verteilt. Gestiftet wurde dieser von den Bäckereien Lepold und Filling. Dazu gelegt wurden Mandarinen und Nüsse (Spenden vom Obsthandel Wüst aus Lambsheim und Globusmarkt Bobenheim-Roxheim).

Das Kaffeetrinken, zubereitet von den Damen des evangelischen Frauenbundes, Gutjahr und Charles, konnte beginnen.

Danach begann ein dreistündiges, niveaivolles Programm. Die Seniorinnen und Senioren waren begeistert, was sich im langen Beifall nach den einzelnen Darbietungen niederschlug.

Er war das Dankeschön für die Künstlerinnen und Künstler, die alle für die ältere Generation ohne Gagen aufgetreten sind.

Blumen, gespendet von den Blumengeschäften Christels Blumenladen Roxheim, Blumenladen Ochs Bobenheim und Blumenhaus Schroth im Globusmarkt, wurden als kleines Dankeschön an die Akteure überreicht.

Ich bedanke mich nochmals ganz herzlich bei den Sponsoren und bei den Künstlerinnen und Künstlern. Die Seniorenadventsfeier war eine gelungene Einstimmung auf das Weihnachtsfest.

#### Die Mitwirkenden waren:

Don- Bosco- Chor, Ltg. Cordula Menzinger- Bauer.

Gisela Eisenhauer, Gedichte.

Carolin Ayasse und Anna Eitner, Klavier und Gitarre.

Felix Jaudes und Frau Eichelberger, Geige und Klavier.

Norbert Weisbrod, Zither.

Alois Cornelius, Mundharmonika und Video Show.

" , Ltg. Dr. Thomas Jauch"

Seniorentanzgruppe , Ltg. Regina Bangha.

Projektchor der Chorgemeinschaft, Ltg. Dieter Bader.

Shanty Chor, Ltg. Dieter Bader.

Worte im Advent, Diakon Martin Seither.

Jürgen W. Martin, Seniorendezernent



Bilder: Gerhard Schall



## Gegen Tiefenangst und für gute Gelenke

Vor einigen Jahr stieg Krimhilde Weis zum ersten Mal unter freundlicher Anleitung ins Wasser, mittlerweile



Bild: Privat

) sagt die Nichtschwimmerin, während sie den Schwimmgurt festzurrt. Sie ist eine der 25 Frauen und Männer, die regelmäßig in das Thermarium nach Bad Schönborn/Mingolfsheim fahren. Jeden Dienstag, ob Sommer oder Winter, starten die Bobenheimer und Roxheimer um 8 Uhr ab Bahnhof mit dem Zug nach Bad Schönborn. Georg Gaugenrieder hat schon die Fahrkarten besorgt. Er sorgt sich um die Organisation, sehr zur Zufriedenheit der Schwimmerinnen und Schwimmer, unterstützt wird er von Krimhilde Weis.

Die Wassergymnastik und das Joggen im Wasser stößt bei allen Teilnehmern auf große Begeisterung. Der Bewegungsmangel ist das größte Problem. Folge davon sind Verkalkungen in der Schulter und Arthrose als Leiden der Älteren. Vor allem Rücken-Beschwerden kommt



Bild:Privat

die entlastende Eigenschaft des Wassers zugute. Die Beweglichkeit bleibt erhalten, Muskeln werden gestärkt.

Das Heilwasser, als eine starke Natrium- Chlor- Therme, wirkt lindernd bei entzündlichen oder degenerativen Krankheiten des Bewegungsapparates, bei funktionellen Kreislaufstörungen und bei Rehabilitation von Bewegungsbehinderungen. Diese warme und heilende Thermalsole ist also gut für die Gesundheit und Entspannung von Körper und Seele. Die Sprudelbänke und die Unterwassermassagen sind bei den Teilnehmern sehr beliebt.Georg Gaugenrider und Krimhild Weis freuen sich über weitere Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die die neue Vitalität der Thermalsole genießen wollen.

**Mo** M 8

Senioren-Schwimmerinnen und Schwimmer aus Bobenheim-Roxheim

## Senioren Computerclub



Jeden Montag, zwischen 16:15 Uhr und 19:00 Uhr treffen sich Senioren in den Räumen der Realschule plus um mit dem PC zu üben und ihr Wissen zu vertiefen. In verschiedenen Gruppen wird mit Power Point, Word, Excel, Bildbearbeitung oder Internet der Umgang mit der entsprechenden Software trainiert.

Im Laufe des vergangenen Jahres sind einige Plätze frei geworden, sodass wir in der Lage sind neue Interessenten aufzunehmen. PC-Grundkenntnisse sind jedoch erforderlich. Das Arbeiten mit Maus und Tastatur sollte ihnen vertraut sein. Teilnehmen kann jeder Bürger aus Bobenheim-Roxheim, der mindestens 60 Jahre alt ist.

Wenn Sie also Lust haben und bei uns einsteigen möchten sind sie herzlich willkommen.

Informationen und Anmeldung bei  
Harald Muly, Tel.99143 oder Adam Held, Tel. 7110.  
Harald Muly

## Kommunikationstreff

Die Idee schwebte schon in verschiedenen Köpfen, aber erst nach der Schließung des Verkaufsmarktes wurde sie realisiert: Ein Angebot für Senioren, Seniorinnen und Alleinstehende, die gerne die Gesellschaft mit anderen suchen. In die Tat umgesetzt wurde es von Pfarrer Ralf Hettmannsperger (prot. Kirche), Rainer Schiffmann (Seniorenbeirat) und mir als Seniorendezerent.

**Ein gemeinsames Mittagessen für einen kleinen Obolus bzw. Spende, überkonfessionell, vierzehntägig donnerstags, von 12 bis 14 Uhr im Martin-Luther-Gemeindehaus.** (Termine stehen im Amtsblatt. Anmeldung wäre gut unter Tel.Nr.7031).

Hobby-Köchinnen, Köche und Helfer zum Bedienen und Abwaschen stellen sich dafür ehrenamtlich zur Verfügung.

Bärbel Neubauer und Heiderose Henker wagten sich als Erste ans Kochen.

Zum Auftakt hatten die Verantwortlichen nicht mit diesem regen Zuspruch gerechnet. 48 hungrige Interessierte kamen. Aber nach dem Motto:

"Fünf sind geladen, zehn sind gekommen - gieß Wasser zur Suppe, heiß alle willkommen!", wurden alle mit der wunderbaren Kürbissuppe satt.

**Das Wichtigste dieser Idee ist aber die Begegnung:** Das Treffen von anderen Frauen und Männern.



Bild: Regina Martin

Aber auch von V-Roxem?; ist ein Thema. noch - selle

Bis zu den Sommerferien ist ein Bewirtungsplan aufgestellt und garantiert, dass das Mittagessen jeden zweiten Donnerstag pünktlich zubereitet wird.

j ¥ a a j ± j ®

Vorgesehen sind leckere Gemüse- und Fleischsuppen oder einfache kleine und größere Gerichte.

Die Köchinnen suchen mit viel Phantasie die Rezepte aus



Bild: Regina Martin

und übertreffen sich mit ihren Vorschlägen.

men:

Bärbel Neubauer, Heiderose Henker, Ramona Gärtner, Iris Wanger, Elfie Guth, Elfriede Arneht, Gaby Voll, Barbara Rahn, Magda Graber, Gudrun Hiller und Käthe Kast. Sylvia Loboeki, Klaus Schubert und Peter Böhner kümmern sich um den Ausschank und den Service. Auch die Initiatoren Pfarrer Ralf Hettmannsperger und Rainer Schiffmann springen bei Bedarf ein.

Das Wichtigste aber besorgen die Gäste selbst, nämlich die Kommunikation, die Gespräche untereinander.

Wenn dann um 14 Uhr, nach einer Tasse Kaffee, an den Aufbruch erinnert wird, gibt es noch so viel zu erzählen. Ein Trost: In 14 Tagen trifft man sich wieder.

**Schauen SIE einmal vorbei - auch für Sie ist noch Platz, es lohnt sich!**

Jürgen W. Martin, Seniorendezerent

### Herausgeber:

Gemeindeverwaltung

Seniorenbeirat Bobenheim-Roxheim,  
Rathausplatz

67236 Bobenheim-Roxheim

Verantwortlich: Jürgen W. Martin, 06239-1786

Redaktionsteam: Harald Muly, 06239-99143

Willi Petermann, Werner Krauß,  
Gerhard Schall.

E-mail: [journal@senioren-bobrox.de](mailto:journal@senioren-bobrox.de)