

# LEO

Ein Produkt von  
**oberpfalz**  
medien

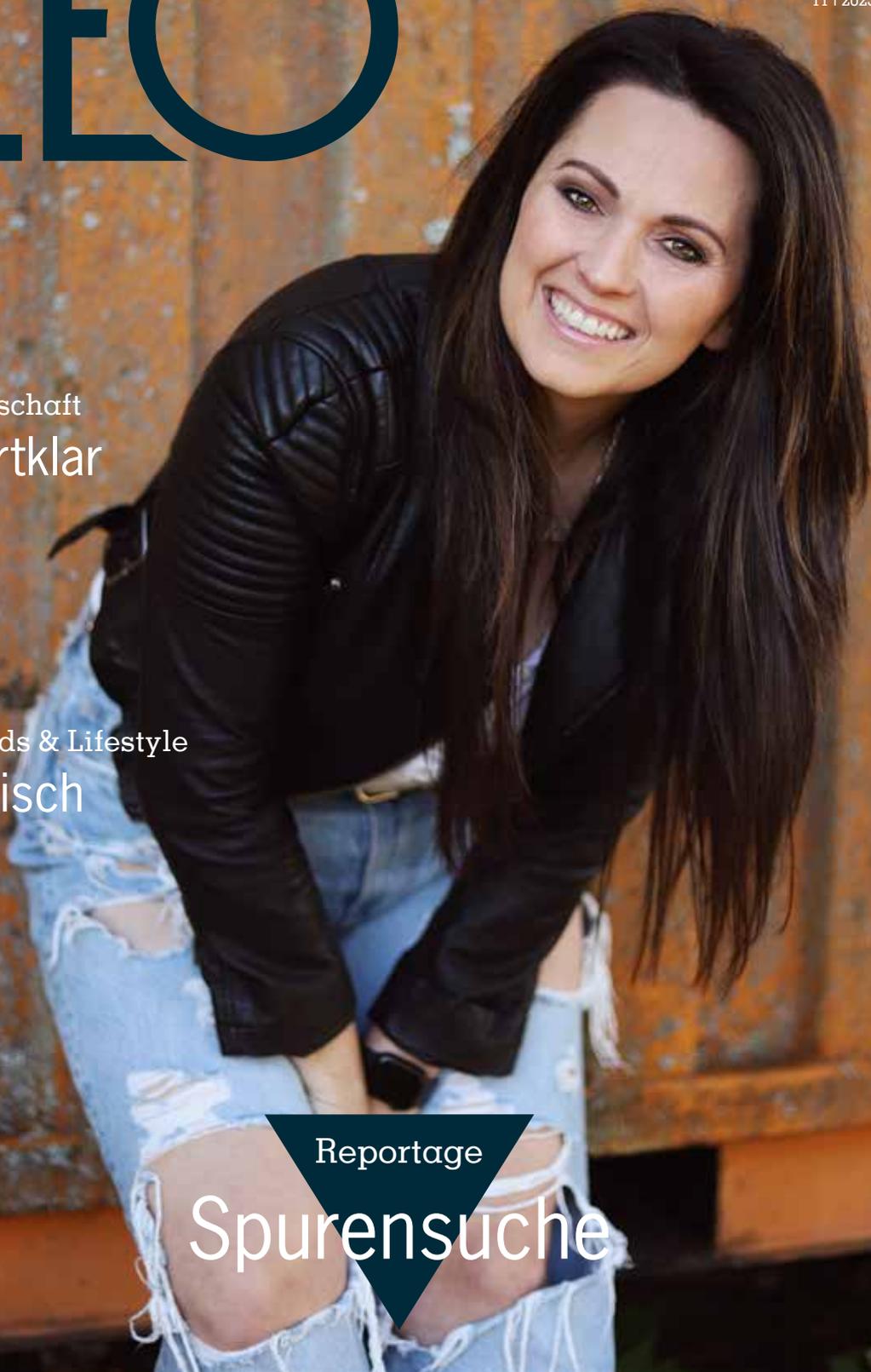
| kostenlos  
11 | 2023

| Wirtschaft  
**Startklar**

| Trends & Lifestyle  
**Stylisch**

Reportage

**Spurensuche**



# AUF DER SUCHE NACH EINEM PASSENDEN GESCHENK?

## Tolle Produkte entdecken! Ab 40 Euro versandkostenfrei.

 [www.onetz-shop.de](http://www.onetz-shop.de)

 0961-85 525



Ab jetzt auch Geschenkgutscheine!



# EIN SPEKTRUM

## Glück

LEO-Autorin Julia Hammer

Was ist deine Farbe des Glücks? Darüber hast du dir noch nie Gedanken gemacht? Dann solltest du das schleunigst ändern. Denn sie kann so bereichernd sein – in allen Bereichen deines Lebens.

Vorab ein Fakt, der mich doch sehr überrascht hat. Wir Menschen besitzen unterschiedliche Arten von farbmpfindlichen Rezeptoren. Somit können wir zwischen mehr als 200 Farbtönen unterscheiden. Zählt man die verschiedenen Farbtintensitäten und Weißanteile dazu, existieren rund 20 Millionen Farben. Wie soll man da seine persönliche Glücksfarbe finden? Nicht leicht, aber auch nicht unmöglich.

Vielleicht geht es dir wie mir. Farben nehmen großen Einfluss auf meine Stimmung. Nehmen wir Grau, von dem ich, nebenbei bemerkt, gerade sehr viel sehe, wenn ich aus dem Fenster blicke. Ein Himmel ... grau in grau. Das schlägt aufs Gemüt. Macht müde. Schrecklich. Grau wird schon mal nicht unsere Glücksfarbe. Weiß ist die Farbe des Friedens. Gelb die der Freundschaft. Schwarz assoziieren wir mit Trauer. Es gibt Farben für fast jede menschliche Emotion, aber Glück? Ich höre mich in meinem Freundeskreis um. „Rot wie die Liebe, weil Lieben glücklich macht?“ „Grün wie die Hoffnung?“ Vielleicht gibt es keine Farbe für Glück, zumindest keine kollektive. Vielleicht hat sie für jeden eine andere Farbe.

Ich sitze an meinem Schreibtisch und überlege, welche Farbe mein Glück hat. Ich blicke auf meine rosa Lampe, während ich mit meinem rosa Kugelschreiber auf meine Tischkante tippe. Links daneben steht meine Kaffeetasse in altrosa, nur wenige Zentimeter entfernt von meinem – rate – rosa Terminkalender. Und plötzlich ist die Antwort klar: Meine Farbe des Glücks ist Rosa. Schon mein ganzes Leben lang greife ich immer wieder unterbewusst zu rosa Accessoires. Schon so lange sammle ich kleine und große Glücksmacher in meiner Wohnung. Als ich darüber nachdenke, merke ich, dass ich nicht nur eine Glücksfarbe habe.

Glück hat für mich die Farbe vom Himmel in der Morgendämmerung. Dieser Moment, wenn sich das Dunkel der Nacht mit dem Rot der aufgehenden Sonne vermischt und ein neuer Tag beginnt. So oft beobachte ich dieses wunderschöne Farbspektakel, während ich in meiner Küche stehe und mir den ersten Kaffee des Tages mache. Glück ist für mich das Grün der Tannen, wenn ich mit guter Musik durch den Wald laufe und meine Gedanken schweifen lassen kann. Glück ist für mich das Dunkelbraun, das ich sehe, wenn ich in die gutmütigen Augen meines kleinen Mopses blicke. Glück ist für mich das Tiefblau der Nordsee in Zandvoort, dass sich mit dem Beige des warmen Sandes unter meinen Füßen vermischt. Schon so viele Sommer habe ich dort mit meinen engsten Freunden verbracht, so oft das Meer beobachtet. Ein Gefühl von purem Glück. Begegnet mir dieses Tiefblau in meinem Alltag, versetzt es mich gedanklich sofort wieder an diesen Ort.

Je mehr ich darüber nachdenke, desto mehr Farben fallen mir ein. Vielleicht ist die Antwort auf die Frage nach der Farbe des Glücks anders als ich anfangs erwartet hatte: Es gibt nicht nur eine, sondern ein ganzes Spektrum. Deine Farben sehen vermutlich anders aus als meine. Vielleicht ist es das Rot deines Lieblingssofas, auf dem du gerne Zeit mit deiner Familie und deinen Freunden verbringst. Das Blau deines Fahrrads, mit dem du dich auf zu kleinen Abenteuern machst. Das Gelb deiner Gummistiefel, mit denen du schon unzählige Festivals besucht hast. Du hast dein persönliches Glücksspektrum? Dann füll dein Leben mit all diesen Farben. Es wird nicht nur wunderbare Erinnerungen zurückholen, sondern dich jeden einzelnen Tag bereichern.



Naturbursche, Abenteurer und Pilz-Experte: Stefan Niclas durchstreift für den Landkreis Neustadt/WN als Ranger Wälder und Wiesen und ist dabei Mittler zwischen Mensch und Natur.

12



Start in eine erfolgreiche Zukunft 22

## LEO | Special

LEO hautnah	6
Abenteuerlich: Spurensuche mit Ranger Stefan Niclas	12
LEO trifft ... Label-Gründerin Elisabeth Steger	18
LEO träumt: Tänzerin Julia Schönberger	50
LEO hört: Virtuos – Gitarrist Michael Dandorfer	54

## LEO | Impressum

**HERAUSGEBER:** Oberpfalz Medien GmbH, Weigelstraße 16, Weiden

**ANZEIGEN:** Ivana Zang (verantwortlich)

**MEDIABERATUNG:** Produktmanagement, 0961 | 85-741, anzeigen@lies-leo.de

**REDAKTION:** Julia Hammer (verantwortlich), jh@lies-leo.de, Lea-Mareen Kuhnle, Isabell-Katrin Diehl, Evi Wagner, ew@lies-leo.de, 0170 | 3567739

**GRAFIK:** Sara Neidhardt, Isabell-Katrin Diehl, Sebastian Scherm, Franka Eichl, grafik@lies-leo.de

**GESAMTVERANTWORTUNG REDAKTION/GRAFIK:** Sabine Fuchs

**FOTOS:** Sara Neidhardt, Evi Wagner, Adobe Stock

**DRUCK:** Gebr. Geiselberger GmbH

Gültige Mediadaten: 01/2023. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung der Texte, Bilder, usw., insbesondere im Internet, nur mit schriftlicher Genehmigung der Oberpfalz Medien GmbH. Wir haften weder für unaufgefordert eingesandtes Material noch für die Richtigkeit der Veranstaltungstermine.

Datenschutzhinweis für LEO-Gewinnspiele: Teilnahmeberechtigt sind nur natürliche Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben (ausgenommen Mitarbeiter der Oberpfalz Medien GmbH sowie deren Angehörige). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden benachrichtigt und ggf. in unseren Medien (Print/ Online) veröffentlicht. Oberpfalz Medien GmbH und seine Gewinnspieldienstleister verarbeiten Ihre für die Gewinnspielteilnahme erforderlichen Angaben zur Durchführung des Gewinnspiels (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Falle eines Gewinns speichern wir Ihre Angaben nach den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen. Weitere Infos unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen).

## Editorial

Ein Spektrum Glück 3

## Wirtschaft

Startklar: Der Weg in die Traumkarriere 22

## Gesundheit & Beauty

Bitte lächeln: Tipps für strahlend schöne Zähne 40

## Essen & Trinken

Köstlich: Rezepte für die Vorweihnachtszeit 42

## Trends & Lifestyle

Einzigartig: Geschenke, die glücklich machen 45

Sweater Weather: Lieblingspullis für jeden Typ 46

## Freizeit & Sport

Wintersporttrends: Eisig, nachhaltig, aufregend 48

## Kinoneustarts

Diese Film-Highlights erwarten dich 56

## Horoskop

Das verraten dir die LEO-Sterne im November 58

## Veranstaltungen

Die besten Events auf einen Blick 59

## Gastroguide

Die leckersten Adressen in der Region 72

## LEO fragt

Was magst du am Herbst? 73



Kreativ: Elisabeth Steger

18



Zum Anbeißen

42



Adrenalin pur

48



In bester Dultlaune:  
**Manuel Baier** und **Diana Baier**.



Am Autoscooter: **Thomas Lang**, **Matthias Lang**,  
**Paulina Adam** und **Stephanie Adam**.



**Mira Meyer** und  
**Dora Majer**  
kommen gerade  
aus dem Riesenrad.



**Esther Hundeck** und  
**Kathi Seifert** machen  
sich einen schönen  
Tag auf der Dult.



Frau mit Herz:  
**Isabella Rauch**.



Und jetzt ein Eis: **Carolyn Ludwig** mit **Emily** und **Elias**,  
**Diana Steinmetzer** mit **Finya**.



Gleich geht's ins Karussell:  
**Daniela Hübner** und **Uli Hübner** mit **Johanna**.



**Angelika Frei** und **Vanessa Deris** mit **Elise**  
freuen sich über das schöne Spätsommerwetter.

Die Münchner haben ihr Oktoberfest, die Amberger ihre Michaeli-Dult. Ganze zwölf Tage lang verwandelte sich der Dultplatz neben dem Landesgartenschau Gelände wieder in einen bunten Rummel. Bei herrlichem Spätsommerwetter schmeckte die frischgezapfte Maß Bier gleich noch besser, das Kreischen in den rasanten Fahrgeschäften macht noch mehr Spaß – und das Bummeln natürlich auch. Jetzt noch ein leckeres Softeis? Oder eine Zuckerwatte? Oder dann doch lieber Steckerlfisch, Bratwürstel oder Schaschlik? Danach noch eine Fahrt im Riesenrad oder ein bisschen Gruseln in der Geisterbahn? Das Schöne an der Dult ist: Alles ist möglich. Und es kostet eindeutig weniger als auf dem Oktoberfest, macht aber genauso viel Gaudi.

▼ Von Evi Wagner



Dult-Familihtag:  
**Heike Genrich**, **Nico Genrich** und **Annette Genrich** mit **Mila**.



## AUF DEM FLOHMARKT

Für die einen ist es ein großer Spaß und eine gute Möglichkeit, für kleines Geld echte Raritäten zu ergattern. Die anderen freuen sich, dass sie endlich mal alles loswerden, was schon lange ihre Schränke und Dachböden unnötig verstopft hat. Wieder einmal verwandelte sich der alte Festplatz am Hetzenrichter Weg in Weiden einen Samstag lang in einen riesigen Flohmarkt. Ob alte Lampen und Möbelstücke, Second-Hand-Klamotten, aussortiertes Spielzeug, edler Schmuck oder ausgefallene Dekostücke – hier gibt es einfach nichts, was es nicht gibt. Nicht zu vergessen die lustigen Geschichten zu dem ganzen Trödel und der Ratsch über den Tapeziertisch, die jeden Flohmarktbesuch zu einem tollen Erlebnis werden lassen.

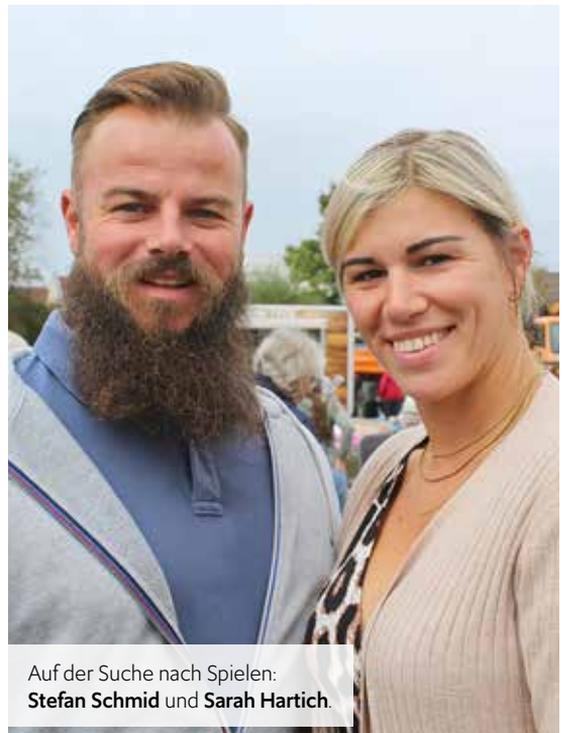
▼ Von Evi Wagner



Sandra Beer und Stefanie Eckl schauen mal, ob sie was Interessantes finden.



In bester Flohmarktlaune: Jana Frey mit ihrer Hündin Bella.



Auf der Suche nach Spielen: Stefan Schmid und Sarah Hartich.



Flohmarktfans: **Tobias Amann** mit seinem Sohn **Nico**.



Gutes Team: **Lina Weissl** und **Anja Weissl**.



**Lisa Vogl** hofft auf gute Geschäfte.



Flohmarktverkäufer mit Herz: **Thomas Reihemberger** und **Sonja Nelson**.



**Svenja Fuchs** und **Philipp Siller** haben noch den Durchblick.



**Susi Knopf** und **Christina Knopf** haben ihre Schränke ausgeräumt.



An der Kuhweide:  
**Larissa Eckl** und **Tobias Eckl**.



**Evi Rausch** und **Andreas Rausch** mit **Severin**  
machen einen Rundgang durch das Museum.



Die **Diendorfer Musikanten** sorgen  
für die richtige Kirwastimmung.



Nachmittagskaffee:  
**Franz Graf** und **Monika Graf**.



**Theresa Molch**,  
die Frau mit den  
„Schoitenkäichln“.



In bester Kirwalaune:  
**Kerstin Punzmann**  
und **Edi Punzmann**.



## AUF DEM KIRWAMARKT

Die Hände am heißen Apfelpunsch wärmen, stimmungsvolle Herbstdeko kaufen und für die kalte Jahreszeit vorsorgen – der traditionelle Kirchweihmarkt im Freilandmuseum Oberpfalz in Neusath war auch dieses Jahr wieder die perfekte Einstimmung auf die kalte Jahreszeit. Und das Wetter gab sich alle Mühe, dass auch die richtige Herbststimmung aufkam. Aber die vielen Besucher ließen sich von kalten Windböen und einzelnen Regentropfen nicht abschrecken und bummelten nur zu gerne über das Museumsgelände, um sich mit frischgebundenen Kränzen oder selbstgemachtem Honig zu versorgen.

▼ Von Evi Wagner



Pause auf dem Bankerl: **Theresa Lindner** und **Katrin Lindner** mit Hündin **Sina**.



**Timotheus Chocholka** und **Daniela Kaiser** mit **Emil** freuen sich jedes Jahr wieder auf den Kirwamarkt.



Familienausflug: **Nadine Dirnberger**, **Anneliese Dirnberger** mit **Finn**, **Max Dirnberger** mit Hund **Titus**, **Simon Dirnberger** und **Christa Haller**.



# EIN RANGER IM REICH DER PILZE

▼ Von Lea-Mareen Kuhnle





**STEFAN NICLAS IST EIN NATUR-  
BURSCHE, ABENTEURER UND  
PILZ-EXPERTE. ABER VOR ALLEM  
IST ER EINS: RANGER. FÜR DEN  
LANDKREIS NEUSTADT A.D. WALD-  
NAAB DURCHSTREIFT ER DIE  
WÄLDER UND WIESEN DER REGION  
UND IST ALS MITTLER ZWISCHEN  
NATUR UND MENSCH UNTERWEGS.**



Ein sonniger Herbst-Tag im Oktober: Ranger Stefan Niclas ist mit seinem Hund im Wald bei Pressath auf der Suche nach Pilzen. „Hektor begleitet mich nahezu immer. Außer es ist zu warm. Und manchmal hat er keine Lust zu gehen.“ Der Ranger und der 8-jährige Labrador sind nicht nur privat ein gutes Gespann. Auch wenn Stefan beruflich in der Natur unterwegs ist, darf Hektor regelmäßig mit.

Stefan Niclas ist als Ranger für den westlichen Teil des Nördlichen Oberpfälzer Waldes verantwortlich und seines Zeichens Pilz-Experte. „Ich war Koch in einer Biogastronomie – gleichzeitig habe ich Geoökologie studiert“, erzählt der 32-jährige. Bereits während des Studiums stellte er aber fest, dass ihm dort der Natur-Bezug fehlte. „Während der Corona-Pandemie habe ich die Fortbildung zum staatlich geprüften Natur- und Landschaftspfleger gemacht. Schon in der Gastronomie ist mir der Naturschutz immer wichtiger geworden als das Kochen.“ Und so entschied sich Stefan für einen Jobwechsel: „Meine Frau war damals schon Rangerin und ich habe gesehen, wie der Alltag aussieht. Vielleicht war das der finale Auslöser. Jetzt koche ich immer noch super gerne – aber nur noch privat und nur mit Bio-Lebensmittel“, erzählt Ranger Stefan.

### **DER BERUFSALLTAG ALS RANGER**

Die Arbeit als Ranger ist für den Vorbacher die perfekte Kombination aus Natur- und Bürozeit: „Für mich ist es super wichtig draußen zu sein – die Geräusche der Natur zu hören. Gleichzeitig kann ich bei schlechtem Wetter ins Büro wechseln. Da freue ich mich dann trotzdem, wenn es regnet, weil ich nicht zwangsläufig in den Wald muss“, erklärt er und lacht. Der 138.000 Hektar große Naturpark ist in drei Teile geteilt. Ste-

fans Verantwortungsbereich zieht sich dabei über das westliche Gebiet – Grafenwöhr, Pressath, Speinshart, Trabit, ... Die anderen beiden Teile übernehmen seine Kollegen: „Mein Schwerpunkt liegt dabei zudem auf den Pilzen. Mein Kollege ist auf Vögel spezialisiert – und meine Kollegin auf Steine.“

---

**Ein Ranger gilt als „Mittler zwischen Natur und Mensch“, als „Hüter eines Landschaftsraumes“. Das Aufgabengebiet ist dabei in vier Säulen unterteilt:**

- **Naturschutz und Landschaftspflege**
  - **Naturschutzrelevante Forschungen und Monitoring**
  - **Naturbezogene Besucherlenkung**
  - **Bildungs- und Informationsarbeit**
- 

„Ich kann frei wählen, wann ich in den Wald gehe und wann ins Büro – wenn ich schätzen müsste, komme ich vermutlich bei 50/50 raus“, erzählt Stefan über die Aufteilung seines Arbeitsplatzes. Dabei ist die Arbeit im Büro genauso wichtig wie die in der Natur: Vorarbeiten, Nacharbeiten, Seminare vorbereiten, Umweltbildung weiterentwickeln, für Führungen recherchieren ... „Zudem ist der Naturpark ans Landratsamt angesiedelt, was auch nochmal einen Verwaltungsakt mit sich bringt.“

Auf der Suche nach Pilzen findet der Experte schnell Gold-Röhrlinge. Sie sind gold- bis orangegeb gefärbt, haben eine glatte Huthaut und sind

etwas schleimig. „Wenn man ganz sicher gehen möchte, kann man sich die Bäume drum herum angucken. Essbare Gold-Röhrlinge stehen immer in der Nähe von Lärchen“, erklärt Stefan. „Hier sind so viele davon, die sind scheinbar durch den Regen gestern in die Höhe geschossen.“

Ein Arbeitstag im Wald kann ganz unterschiedlich aussehen. Der Ranger geht die Naturschutzgebiete ab und guckt sich die Flora-Fauna-Habitat-Gebiete an. Alle Bereiche mit einem besonderen Schutzstatus haben dabei eine höhere Priorität. „Ich kontrolliere und verbessere den Zustand, Auffälligkeiten, Verschmutzungen und Weggebiete. Außerdem schaue ich nach den Tieren, kontrolliere im Winter die Nistkästen – reinige sie und sehe, welche genutzt

wurden. Aber generell kann man nach wilden Tieren nur sehr schwer gucken.“ Zuletzt war das Monitoring des Vogelbestands am Rußweiher von großer Bedeutung: „Dieses Jahr gab es einen starken Ausbruch der Vogelgrippe. Die Bestandszahlen waren zu dieser Zeit besonders wichtig“, erklärt Stefan. „Vögel gehören ja nicht zu meinem Experten-Gebiet, deshalb musste ich mich da nochmals stärker einarbeiten.“

Wenn Stefan in der Natur unterwegs ist, trägt er immerzu seine Uniform: Kleidung in gedeckten Farben mit einem Aufnäher, der ihn als Ranger markiert, und eine Kopfbedeckung. „Durch den überdimensional großen Hut werde ich schnell als Ranger erkannt und komme



mit Wanderern ins Gespräch“, erzählt Stefan und lacht. „Aber das ist auch Teil der Ranger-Arbeit – greifbar zu sein und auf Fragen einzugehen.“ Dabei trägt Stefan aus einem bestimmten Grund oft kurze Hosen: „Da spüre ich besser, wenn was auf mir krabbelt und kann mich besser nach Zecken absuchen.“ Gleichzeitig kommen aber auch ätherische Öle wie die japanische Minze zum Einsatz, um sich gegen Zecken und Stechmücken zu schützen.

## IN DER FREIZEIT: PILZ-EXPERTE

Ein paar Schritte weiter entdeckt Stefan eine weitere Pilzart. „Der ist leicht zu bestimmen und daher für Anfänger gut: Wenn der Pilz wie Styropor bricht, dann kann man ihn kurz roh probieren. Wenn er scharf schmeckt, ist er nicht essbar.“ Stefan probiert und spuckt den rohen Pilz wieder aus. „Wenn er mild geschmeckt hätte, dann wäre er ein Täubling und essbar gewesen“, sagt er und lacht. Zudem erkennt man Täublinge an der milchig-orangen Flüssigkeit, die austritt, wenn man sie verletzt. Beim Pilzesammeln kristallisiert sich mittlerweile laut Stefan eine



© Lea-Mareen Kuhnle (2)

Benimmregel heraus: „Die Pilze sollen rausgedreht und nicht abgeschnitten werden. Anschließend muss das Loch mit umliegenden Material wieder verschlossen werden, um ein Austrocknen zu verhindern.“ Das Rausdrehen hat zudem einen weiteren Vorteil: „Wir brauchen die Knolle oft als wichtiges Bestimmungsmerkmal.“

Stefan beschäftigt sich nicht nur beruflich mit sämtlichen Pilzarten des Waldes. Auch privat ist das schon lange ein wichtiges Thema. „Alles fing mit meinem Job als Koch an und während meines Geoökologie-Studiums: Mir hat dort die Pflanzenbestimmung viel Spaß gemacht, aber irgendwie hat mir das nicht gereicht. Also habe ich mich dann auch noch privat viel damit beschäftigt. Gleichzeitig habe ich im Studium auch in einem Bus gewohnt – der stand dann gerne mal im Wald und dort habe ich eben auch die Pilze gesammelt und gegessen.“ Mittlerweile gibt der Pilz-Experte regelmäßig Pilz-Kurse und Führungen – beruflich und privat. In Kooperation mit den Nachbar-Naturparks gibt er als Ranger pro Gebiet einen Kurs je Saison. Privat bietet er seine Führungen auch in anderen Naturparks an. „Ich mache das mit einem Kumpel zusammen, so macht es auf Dauer mehr Spaß – wir sind in dem Bereich zwei Freaks“, erklärt er und lacht.

„Hier ist noch ein essbarer Pilz: Der Sandröhrling. Bei dem kann man nicht viel falsch machen.“ Die Hutoberfläche wirkt sandig und ist dabei gelblich bis olive-ocker. Bei längerem Regen wird die Oberfläche schmierig. „Alle Pilze mit Röhren sind generell gut für Anfänger geeignet und leicht zu bestimmen“, erklärt der Ranger. Von Pilzen mit Netz am Stiel sollte man dabei lieber die Finger lassen. Es ist auch immer hilfreich, sich die Umgebung anzugucken: „Wenn man Heidekraut sieht, ist das ein Zeichen für sauren Boden. Hier wach-

sen dann höchstwahrscheinlich Pilze.“ Brombeer-Büsche hingegen weisen auf einen nährstoffreichen Boden hin. „Den mögen Pilze nicht, deshalb muss man hier nicht weiter suchen.“

## DER KLIMAWANDEL ALS BEDROHUNG

Für Stefan stellt der Klimawandel nicht prinzipiell ein Problem für die Pilze dar, aber für den Wald. „Die Bäume brauchen Pilze, um bei veränderten Bedingungen zurecht zu kommen.“ Ausbleibender Regen führt dazu, dass es weniger Pilze an die Oberfläche schaffen. „Die Pilze sind ja sowieso im Boden – nur der Fruchtkörper ist für uns zu sehen.“ Und dazu benötigt es gute Bedingungen: kühle Nächte, sonnige Tage, Regen und ein feuchtes Klima. „Das Zeitfenster ist offen, bis der Frost beginnt. Dann wachsen aber auch wieder andere Pilze.“ Ein viel größeres Problem ist laut Stefan die Stickstoffbelastung in der Luft: „Für die Landwirtschaft ist Stickstoff wichtig, damit es viel Ernte gibt. Für den Naturschutz sind hingegen magere Flächen besser, weil das die Artenvielfalt – auch bei Pilzen – fördert. Aber das Problem lässt sich nicht von heute auf morgen lösen. Und auch nicht als Ranger. Ich kann nur darauf aufmerksam machen.“

Am liebsten sammelt Stefan die Pilze, die keiner kennt. „Mit Artenkenntnis kann man mehr sammeln, nicht nur die fünf Sorten, die alle mitnehmen.“ Dabei hat er die größte Freude, wenn er in seiner Pilzpfanne zehn verschiedene Arten verwerten kann. „Der hier zum Beispiel. Das ist der Scheidenstreifling. Er ist schwer zu bestimmen und schnell mit dem Pantherpilz zu verwechseln. Der Panther ist 20 bis 30 mal giftiger als der Fliegenpilz.“ Zur Artenbestimmung von Pilzen rät der Experte auch zu Apps. „Aber nicht zu Speisezecken – da sollte man sich schon sicher sein.“ Zwei kann er besonders empfehlen: „Pilze

123' hat einen Bestimmungsmodus, der eher schlecht ist, aber eine sehr gute Lexikonoption, die unheimlich praktisch ist und auch ohne Internet funktioniert. ‚Picture Mushroom‘ hingegen hat einen sehr guten Bestimmungsmodus. Beides in Kombination ist perfekt.“ Wer einen unbekanntem Pilz zur Bestimmung mit nach Hause nehmen möchte, sollte ihn aber laut Experte zur Sicherheit nicht gemeinsam mit den essbaren transportieren.

## DIE ZUKUNFT ALS RANGER

Stefan möchte bald einen Jagdschein machen, um den Konflikt zwischen Jäger und Wolf besser zu verstehen. „Als Ranger beziehe ich dabei keine Position.“ Er fungiert als Bindungsglied zwischen den Befürwortern und denen, die den Wolf weg haben wollen. „Das ist in unserem Naturpark ein großes Thema – wir sind seit langem ein Wolf-Habitat.“

Wenn der Frost kommt, werden andere Pilzarten interessant. Etwa verschiedene Baumpilze. Diese sind teilweise auch essbar, aber auch für andere Sachen geeignet: „Den Kiefern-Braunporling kann man zum Beispiel nicht essen, aber wunderbar verwenden, um etwas gold oder gelb zu färben.“ Auch der Rötelfritterling wäscht erst bei Frost und gehört zu der Ordnung der champignonartigen Pilze. „Wenn ich nach Hause komme, werde ich die Pilze direkt verarbeiten“, erklärt Stefan. „Das ist wichtig, weil sich sonst die Pilzmaden schnell vermehren.“ Zubereitete Pilze können hingegen aber gerne mal etwas länger im Kühlschrank aufgehoben werden. Und welches Pilz-Gericht kocht und isst der Experte am liebsten? „Frisch und knackig angebraten – mit viel Biss. Mir ist es aber auch bei Pilzen wichtig, immer unterschiedliche Gerichte zu essen und nicht immer das gleiche“, sagt Stefan und tritt mit dem müden Hektor den Rückweg durch den Wald an.



## STEFANS PILZ-TIPPS

- Pilze rausdrehen und Loch bedecken
- Ätherische Öle gegen Zecken und Mücken
- Essbare und nicht essbare Pilze gesondert transportieren
- Pilze direkt nach dem Wald verarbeiten
- Pilze trocken bürsten (Krause Glucke nass abbrausen)
- Pilze lang genug garen (mindestens zehn Minuten)

# ELISABETH STEGER

Elisabeth Steger ist kreativ. Begabt. Erfolgreich. Die 37-jährige Gründerin des Labels „shesmile“ lebt ihren Traum als Designerin und lässt mit inzwischen mehr als 300 DIY-Ideen auch andere daran teilhaben. Im Interview erzählt sie, wie sie in ihrem Atelier in Siebeneichen neue Designs entwickelt, welche Bedeutung Reisen für sie haben und wie die Diagnose Brustkrebs ihr Leben und auch ihre Arbeit veränderte.

▼ Von Julia Hammer

## VON EINEM EIGENEN LABEL TRÄUMEN VIELE. WIE HAST DU ES 2007 MIT „SHESMILE“ GESCHAFFT?

Ich war schon immer kreativ. Schon als Kind habe ich gemalt und gebastelt. Als ich noch zur Schule ging, habe ich von meiner Oma eine Nähmaschine für den Handwerksunterricht bekommen. Damals habe ich viele Nadeln abgebrochen, weil ich immer versucht habe, etwas aus Jeans-Resten und Pappe zu nähen, was natürlich nicht geklappt hat (lacht). Auch beruflich habe ich mich für kreative Ausbildungen entschieden, erst als Siebdruckerin, dann als Mediengestalterin. „shesmile“ hat zuerst als Nebengewerbe begonnen. Damals habe ich noch Internetseiten und Geschäftsdrucksachen für regionale Betriebe gestaltet. 2013, während ich in Elternzeit wegen meiner ersten Tochter war, habe ich angefangen, Schnittmuster in Form von E-Books zu veröffentlichen. Eine Kinderschürze mit Blumenmuster war mein erstes Produkt. Die digitalen Dateien kamen so gut an, dass ich mich 2014 damit komplett selbstständig gemacht habe. Heute habe ich meinen eigenen On-

line-Shop und könnte mir keinen schöneren Beruf vorstellen als selbstständige Designerin zu sein.

## HINTER DEM LABEL „SHESMILE“ VERBIRGT SICH EINE GROSSE VIelfALT: NÄHEN, BASTELN, ERLEBEN ...

... ich habe „shesmile“ schon immer genutzt, um das umzusetzen, was mich oder auch meine Familie aktuell beschäftigt. Als meine Kinder noch ganz klein waren, waren es Schnittmuster für Lätzchen oder Kuscheltiere. Danach folgten jedes Jahr Nähanleitungen für Faschingskostüme oder Bastel- und Spielideen zum Kindergeburtstag. Über die Jahre sind auch Adventskalender zum Selbermachen oder hilfreiche Alltagshelfer dazugekommen. Ich freue mich sehr, dass es viele Menschen gibt, die an meinen Ideen Gefallen finden und sie umsetzen.

## WIE FÜHLT ES SICH AN, DASS DEINE IDEEN SO ERFOLGREICH SIND?

Super natürlich. Die Kommentare und Likes der Follower sind eine tolle Bestätigung für die eigene Arbeit. Bei Face-

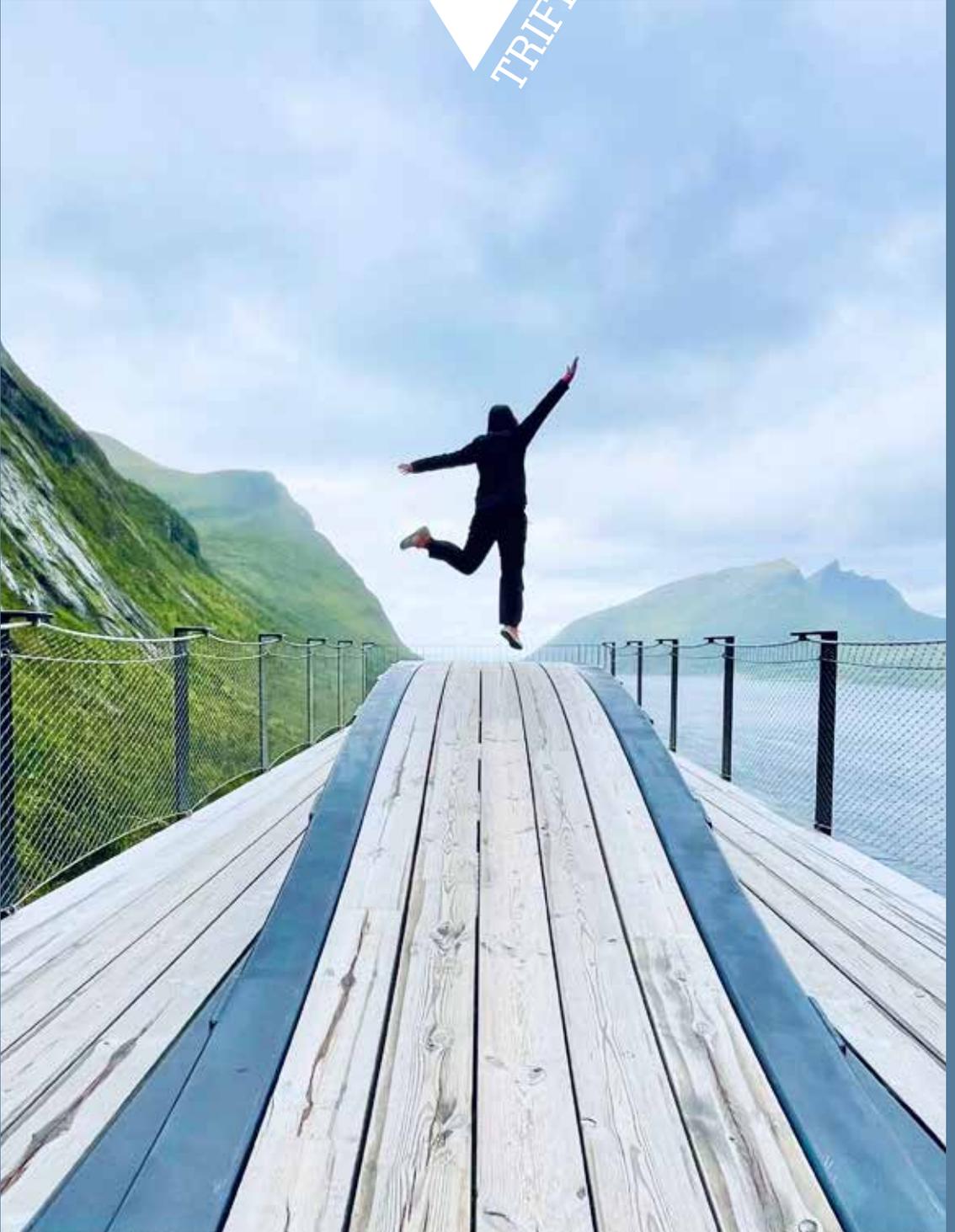
book sind es inzwischen über 15.000 Abonnenten, bei Instagram 8000. Mein Kreativletter geht inzwischen an über 17.000 Abonnenten. Am meisten schätze ich aber den Austausch mit Gleichgesinnten. Immer wieder bekomme ich auch Anfragen, ob man meine Artikel, zum Beispiel den Kindergarten-Rucksack, auch fertig genäht kaufen kann. Das schaffe ich leider zeitlich nicht.

## WAS IST DEINE INSPIRATION?

Meine Ideen kommen im Alltag. Meistens gibt es ein Problem, das gelöst werden muss. Oder mir fällt etwas ein, wenn ich entspannt bin und Zeit zum Nachdenken habe – kurz vorm Einschlafen oder in der Badewanne (lacht). Deshalb habe ich auch immer einen Notizblock in meiner Nähe, um meine Ideen sofort aufzuschreiben.

## WIE MUSS MAN SICH DEINEN KREATIVEN PROZESS VORSTELLEN?

Mein Stoffregal ist eigentlich immer voll. Trotzdem gönne ich mir immer mal wieder neue Stoffe. Ich liebe knallbunte Farben, Punkte und Streifen. Ak-



tuell nehme ich meine Follower mit bei der Erstellung eines neuen Schnittmusters, damit sie Einblicke in meine Arbeit bekommen. Jede Idee beginnt mit einer von Hand gezeichneten Skizze auf Papier. Danach wird sie professionell am Rechner digitalisiert und gestaltet. Wenn das Schnittmuster fertig ist, gebe ich es einer Gruppe von 20 bis 40 Probenäherinnen, die testen, ob es so auch problemlos umsetzbar ist. Manchmal ist man so in seinem eigenen Tunnel, da ist es wichtig, externes Feedback zu bekommen. Haben alle ein schönes Ergebnis erzielt, stelle ich das Schnittmuster online und bewerbe es. Von der Idee bis zum fertigen Produkt können gut ein bis zwei Monate vergehen.

### **WORAUF ACHTEST DU, WENN DU KLEIDUNG KAUFST?**

Den Großteil meiner Kleidung kaufe ich. Die Erstellung eines Kleidungschnittmusters wollte ich vergangenes Jahr unbedingt ausprobieren, weshalb bisher nur ein Pullover-Schnittmuster in meinem Sortiment zu finden ist. Wenn ich Kleidung kaufe, lege ich Wert darauf, dass es Qualitätsprodukte sind. Natürlich ist auch das eine oder andere Fast-Fashion-Teil dabei, vor allem für die Kinder, weil sie so schnell aus ihren Klamotten herauswachsen. Aber grundsätzlich findet man viele Marken in meinem Kleiderschrank.

### **WAS UNTERSCHIEDET DEINE DESIGNS VON DEN ANDERER?**

Meine Ideen lassen sich als ausgefallen und funktional beschreiben. Ich erstelle meine Schnittmuster-E-Books in professionellen Layout- und Grafikprogrammen. Besonders wichtig sind mir ausführliche Schritt-für-Schritt-Fotoanleitungen, damit auch Kinder und Anfänger gut zurechtkommen. Um mit dem Nähen zu beginnen ist jedes Alter richtig. Meine Töchter fanden die Nähmaschine im Kindergartenalter schon

### **Die erfolgreiche Designerin Elisabeth Steger strahlt in ihrem selbst genähten Pullover.**



© privat (3)

super spannend. Mit zehn Jahren hat die Große dann angefangen, teils nach meinen Anleitungen, Taschen, Kissen oder Lesezeichen selbst zu nähen.

### **AUF „SHESMILE“ VERÖFFENTLICHT DU AUCH EIN REISETAGEBUCH. WAS IST DIE IDEE DAHINTER?**

Die Idee zu diesem Tagebuch kam 2022 nach dem Ende meiner Brustkrebs-Therapie. Neben den DIY-Projekten, dem Grafikdesign und den Illustrationen sind die Erlebnisse das fehlende Puzzleteil, um den Bogen über den Dingen, die mich glücklich machen, zu schließen: Kreativität in allen Formen und Facetten. Reisen ist für mich der Ausgleich zum Nähen und Basteln. Dadurch verwirkliche ich meine Träume – und daran will ich andere teilhaben lassen. Bedeutend war für mich die Norwegen-Reise. Schon lange habe ich von diesem Land geträumt. „Das machen wir, wenn die Kinder aus dem Haus sind“, habe ich immer zu meinem Mann gesagt. Als ich 2021 schwer krank wurde, habe ich mir die Frage gestellt:

Was würdest du machen, wenn du noch mehr Zeit zum Leben bekommen würdest? Die Antwort war Norwegen. Ich habe ein Jahr lang gegen die Krankheit gekämpft. Die Chemotherapie und die Operation, das war eine schwere Zeit. Diese Reise hat mir Hoffnung gegeben, denn ich habe mir oft vorgestellt, wie es sein wird, wenn ich mit meiner Familie in Norwegen bin. Als wir dann wirklich vor Ort waren, war das etwas ganz Besonderes für mich. Ich wusste, ich habe die Krankheit überstanden, ich habe es geschafft. Der Roadtrip durch Nord-Norwegen war sehr emotional für meine Familie und mich. „Die Mama weint schon wieder“, haben meine Kinder nicht nur einmal gesagt. Die Krebsdiagnose haben mich und meinen Blick auf das Leben komplett verändert. Wir schieben nichts mehr auf die lange Bank. Wir schätzen das Leben und genießen es. Wenn wir ein Land bereisen wollen, dann überlegen wir nicht mehr lange sondern buchen (lacht).

Alle DIY-Ideen und Inspirationen findest du hier: [www.shesmile.de](http://www.shesmile.de)

## WARUM HAST DU NACH DER DIAGNOSE DEINE ERFAHRUNGEN IN EINEM „BRUSTKREBSTAGEBUCH“ VERÖFFENTLICHT?

Die Diagnose Krebs zieht einem den Boden unter den Füßen weg. Von jetzt auf gleich ist nichts mehr wie es einmal war. Das Schlimmste war für mich: Wie sage ich es meiner Familie und meinen Freunden? Ich musste mich unbedingt davon befreien und habe es ihnen sofort als Whatsapp-Nachricht geschrieben. Ich wollte diese schlimme Nachricht nicht mit mir alleine herumtragen. Als ich angefangen habe darüber zu reden, habe ich gemerkt, dass es so viele andere Betroffene gibt. Statistisch gesehen erkrankt jede achte Frau in ihrem Leben an Brustkrebs. Ich habe angefangen, meine Erfahrungen, meine Gedanken und meine Gefühle niederzuschreiben, um es zu verarbeiten, mir bewusst zu machen, dass das alles gerade wirklich passiert und – am wichtigsten – um es loszulassen. Ich habe mich während meiner Krankheit sehr mit der Thematik beschäftigt – mit der Therapie, mit den Eingriffen, ich wollte immer genau wissen, was passiert. Ich denke, wenn man gut informiert ist, hat man automatisch weniger Angst. Ich habe auch alles, was ich recherchiert habe, in meinem Blog veröffentlicht. Für andere Betroffene, aber vor allem für mich selbst. In dieser Zeit habe ich eines gemerkt: Man selbst leidet natürlich sehr, man hat Angst und Schmerzen. Aber auch der engste Kreis leidet, weil er sieht, wie man sich quält, wie man seine Haare verliert, wie man nach der Chemotherapie im Bett liegt und wahnsinnig schwach ist. Auch für sie habe ich diesen Blog geschrieben.

Ich wollte, dass sie verstehen, wie ich mich fühle. Gleichzeitig gab es auch Menschen in meinem Umfeld, die sich schwer getan haben, mit mir über meine Erkrankung zu sprechen. Ich verstehe das, es ist nicht leicht, immer die richtigen Worte zu finden. Auch sie konnten so sehen, wie es mir geht. Ich bin immer offen mit dem Krebs umgegangen und habe auch nie eine Perücke getragen.

## WIE WAREN DIE REAKTIONEN?

Ich habe den ersten Blogbeitrag in meinem Brustkrebstagebuch meinen Freundinnen gezeigt und sie haben mich bestärkt, ihn öffentlich zu machen. Heute bin ich froh, dass ich es gemacht habe, denn ich habe nur positives Feedback bekommen. Viele haben gesagt, dass sie bewundern, dass ich meinen Humor nicht verloren habe. Natürlich hätte ich mich verkriechen und den ganzen Tag weinen können, aber ich habe immer versucht, das Leben dennoch positiv zu sehen und jedem Tag, wenn er auch noch so schlimm war, etwas Positives abzugewinnen. Frei nach dem Motto: „Auch der schlimmste Tag hat nur 24 Stunden.“ Bis heute bekomme ich E-Mails von Frauen, die vor Kurzem selbst die Diagnose Brustkrebs erhalten haben und den Weg, den ich gehen musste, noch vor sich haben. Sie schreiben mir, dass ihnen mein Tagebuch Mut macht und sie durch meine Beiträge weniger Angst haben. Alleine dafür war es jede Zeile, die ich geschrieben habe, wert.

## DU BIST SEIT ÜBER 750 TAGEN KREBSFREI. WIE GEHT ES DIR?

Wenn mich heute jemand fragt, wie es mir geht, kann ich sagen: Es geht mir gut. Natürlich habe ich diverse Nebenwirkungen. Ich bin jetzt in den Wechseljahren, habe Hitzewallungen und Gelenkschmerzen wie eine alte Oma. Es gibt viele Begleiterscheinungen, die man nicht beschönigen muss. Aber ich kann wieder ein ganz normales Leben leben. Ich mache drei Mal pro Woche Sport, Ausdauer- und Krafttraining. Das hilft mir, die Schmerzen deutlich zu reduzieren. Die restliche Zeit nutze ich für meine Familie und meine Arbeit. Auch beruflich habe ich hinterfragt: Was sind wirklich schöne Projekte, die mich glücklich machen? Genau darauf lege ich jetzt den Fokus.

## WAS SIND DEINE PLÄNE UND WÜNSCHE FÜR DIE ZUKUNFT?

Natürlich wünsche ich mir, gesund zu bleiben. Ich will das Leben in vollen Zügen genießen und Dinge nicht mehr vor mir herschieben, sondern das machen, was meine Familie und mich glücklich macht. Ich habe mir fest vorgenommen, mich weniger über unwichtige Sachen aufzuregen. Auch habe ich viele Stressfaktoren verbannt. Um es zum Schluss mit den schlaun Worten von Konfuzius zu sagen: „Wir alle haben zwei Leben. Das Zweite beginnt, wenn wir realisieren, dass wir nur Eins haben.“

„ICH FREUE MICH SEHR, DASS ES VIELE MENSCHEN GIBT, DIE AN MEINEN IDEEN GEFALLEN FINDEN UND SIE UMSETZEN.“

”



# AUSBILDUNG? Ja, unbedingt!

Während oder am Ende der Schulzeit stellt sich die Frage, wie es nach dem Abschluss weitergeht. Möchtest du Vollzeit an einer Universität oder Fachhochschule studieren? Strebst du ein duales Studium in einem Unternehmen an – mit einem Mix aus arbeiten und studieren? Oder entscheidest du dich für eine betriebliche Ausbildung? Natürlich hängt diese Entscheidung auch von deinem Schulabschluss ab. Aber: LEO zeigt dir, warum eine Ausbildung immer eine gute Idee ist.



▼ Von Lea-Mareen Kuhnle

## Nabaltec

### Ausbildungsberufe (m/w/d)

CHEMIKANT | CHEMIELABORANT | PRODUKTIONSFACHKRAFT CHEMIE  
ELEKTRONIKER FÜR BETRIEBSTECHNIK | INDUSTRIEMECHANIKER  
KAUFMANN FÜR DIGITALISIERUNGSMANAGEMENT | INDUSTRIEKAUFMANN

**NEU AB SEPT. 2024: FACHINFORMATIKER FÜR ANWENDUNGSENTWICKLUNG**

**DUALES STUDIUM BIO- UND UMWELTVERFAHRENSTECHNIK MIT AUSBILDUNGSBERUF CHEMIKANT**

Die Nabaltec AG mit Sitz in Schwandorf ist ein mehrfach ausgezeichnetes, innovatives Unternehmen der chemischen Industrie. Auf Basis von Aluminiumhydroxid und Aluminiumoxid entwickelt, produziert und vertreibt Nabaltec hochspezialisierte Produkte für die Kunststoff-, Keramik- und Feuerfestindustrie weltweit.

Aktuelle Ausbildungsangebote mit Infos zum Bewerbungsverfahren findest du unter

[www.nabaltec.de/karriere](http://www.nabaltec.de/karriere)

Nabaltec AG | Alustraße 50-52 | 92421 Schwandorf | 09431 53 252



**A**lso, fangen wir mit dem Wichtigsten an: Geld. Zwar sagte schon Charles M. Schwab „Wer nicht aus Liebe zur Sache arbeitet, sondern nur des Geldes Willen, der bekommt gar nichts: Weder Geld noch Glück“, aber seien wir mal ehrlich. Gerade in jungen Jahren macht das erste eigene, selbst verdiente Geld irgendwie glücklich. Und das nicht nur, weil man es für unnötige Dinge ausgeben kann, sondern weil man es auch schon frühzeitig anlegen und sparen kann. So kannst du dir ein eigenes Auto für deine Unabhängigkeit leisten oder vielleicht auch früher als deine studierenden Freunde ein Eigenheim kaufen. Zwar ist deine Rente noch lange nicht in Sicht. Aber, wer früher in die Rentenkasse einzahlt, kann auch früher den heißersehten Ruhestand antreten. So zahlen Auszubildende beispiels-

weise bereits ab dem 16. Lebensjahr in die Altersvorsorge ein und haben am Ende einen höheren Rentensatz.

Es ist Fakt, dass es in Deutschland jedes Jahr mehr Ausbildungsplätze als Bewerber gibt und sich zudem viele Schulabsolventen für ein Studium entscheiden. Du hast also gute Chancen, den für dich perfekten Ausbildungsplatz in deiner Traumbranche zu finden. Sei es in der Pflege, im Handwerk oder als Mediengestalter. Auszubildende sind Fachkräfte, die auf allen Märkten gefragter sind denn je. Und somit hast du zudem gute Zukunftsaussichten. Denn auch nach der Ausbildung bist du mit deinem Abschluss ein beliebter Arbeitnehmer, der dem Fachkräftemangel entgegenwirkt. Zwar ist der folgende Punkt nicht fest verankert, aber Auszubildende haben nach ihrem Abschluss gute Chancen von ihrem Ausbildungsbetrieb über-

nommen zu werden. So musst du dir die ersten Jahre keine Sorge um deine berufliche Sicherheit machen.

### Praktische Erfahrung fürs Leben

Die praktische Erfahrung, die du in einer Ausbildung von Anfang an lernst, ist einmalig. Die Verbindung von Theorie mit ganz viel Praxis findest du so in keinem Studium. Diese praktischen Kenntnisse kannst du zudem im privaten Umfeld anwenden. Handwerkliche Fähigkeiten sind beispielsweise in einer eigenen Wohnung immer zu gebrauchen. Das macht dich folglich privat und beruflich früher unabhängig und selbstständig. Mit einer Ausbildung hast du von Anfang an einen geregelten Arbeitsalltag und somit auch eine (meist) festgesetzte Work-Life-Balance. Du weißt, wann du in den Betrieb



**Fr. Schiettinger KG**

**GESTALTE  
DEINE  
ZUKUNFT  
MIT UNS!**

  Schiettinger - Gruppe

## Unsere Ausbildungsplätze

- Packmitteltechnologie (m/w/d)
- Elektroniker (Betriebstechnik) (m/w/d)
- Fachinformatiker (AE & System.) (m/w/d)
- Industriemechaniker (m/w/d)
- Industriekaufmann (m/w/d)

Als erfolgreiches Unternehmen mit rund 300 Mitarbeitern gehören wir als größtes Werk zur Schiettinger - Gruppe. Die Entwicklung und Produktion von qualitativ hochwertigen Verpackungen und Displays aus Voll- und Wellpappe sind unsere Schwerpunkte.

Bei Interesse sende Deine vollständige Bewerbung an:

**Fr. Schiettinger KG**  
Schiettingerstraße 3  
95682 Brand/Opf.

Herr Schön!  
Telefon 09236/66 - 2610  
ausbildung@schiettinger.de

[www.schiettinger.de](http://www.schiettinger.de)

**Deine Vorteile:**



Hohe  
Übernahmequote



Individuelle  
Förderung



Urlaubs- und  
Weihnachtsgeld



Krisensicherer  
Ausbildungs- & Arbeitsplatz

musst, wann ein Tag in der Berufsschule ansteht und wann du deine Freizeit genießen kannst. Zwar musst du auch in deiner Ausbildung für die Berufsschule lernen oder Vorbereitungen machen. Dies ist hier aber bei Weitem nicht so häufig wie während eines Studiums.

Aber auch nach deiner Ausbildung musst du beruflich nicht stillstehen. So gibt es einige Möglichkeiten für Fort- und Weiterbildungen. Du kannst einen Techniker, Meister oder Fachwirt machen. Du hast aber auch die Möglichkeit, Teamleiter oder beispielsweise Filialleiter zu werden. Wenn du dich nach deiner Ausbildung für ein zusätzliches Studium entschei-

dest, kannst du dir deine Ausbildung sogar als Wartesemester oder Vorbildung anrechnen lassen, um so dein Studium zu verkürzen.

**Und zum Schluss:** Rein rechtlich sind Ausbildungen ganz ohne Schulabschluss möglich. Bitte beachte aber, dass sich Betriebe ihre Auszubildenden selbst aussuchen. Und diese legen für gewöhnlich Wert auf einen schulischen Abschluss.



© PureSolution – stock.adobe.com



## 35 AZUBIS STARTEN BEI BAUMANN AUTOMATION INS BERUFSLEBEN!

Hintere Reihe v.l.n.r.: Florek Patrick, Ciche Mario-Flaviu, Wiesnet Christoph, Kombou Tchakounte Marcel, Stiegler Leonard, Becker Annalena, Böhm Julia, Edenharder Nico, Hubmann Konrad, Lippert Patrick, Pflamminger Antonia, Pilhofer Simon, Reiser Lukas, Van Brakel Luis  
Vordere Reihe v.l.n.r.: Hammer Tizian, Hartmann Sophie, Wieczorek Maximilian, Hajdarevic Minel, Weber Benedikt, Dittrich Hendrik, Eichenmüller Rafael, Köstler Robin, Schörner Marcel, Jungman Eric, Schmidt Isabell, Ruder Hannah, Fischer Franziska, Gradl Amelie, Zintl David, Wiesmet Luca, Graf Moritz, Gresser Leopold, Graml Felix, Carswell Matthew, Stang Lucas

AUTOMATION  
**baumann**

### Firma

Baumann GmbH  
Oskar-von-Miller-Str. 7  
92224 Amberg

### Mitarbeiter

1.000 Mitarbeiter weltweit | 82 Azubis

### Ausbildungsberufe m/w/d

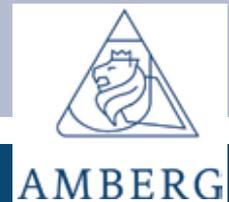
- Industriekaufmann
- Technischer Produktdesigner
- Elektroniker Automatisierungstechnik
- Elektroniker Betriebstechnik
- Industriemechaniker
- Mechatroniker
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Fachinformatiker Daten- und Prozessanalyse
- Fachinformatiker Systemintegration
- Fachinformatiker Anwendungsentwicklung
- Zerspanungsmechaniker
- Fachkraft für Metalltechnik Zerspanungstechnik
- Fachkraft für Metalltechnik Montagetechnik

- ✓ Du verdienst sofort Geld
- ✓ Du wirst nach der Ausbildung meist übernommen
- ✓ Du hast eine Work-Life-Balance
- ✓ Du kannst nach der Ausbildung auch noch studieren
- ✓ Du bist früher unabhängig und selbstständig
- ✓ Du brauchst (rein rechtlich) keinen Schulabschluss
- ✓ Du kannst dich nach der Ausbildung weiterbilden
- ✓ Du hast gute Zukunftsaussichten
- ✓ Du zahlst früher in die Rente ein
- ✓ Du hast eine berufliche Sicherheit
- ✓ Du findest viele Ausbildungsplätze
- ✓ Du hast von Anfang an Praxiserfahrung
- ✓ Du hast einen geregelten Arbeitsalltag



## KARRIERESTART BEI DER STADT AMBERG

Wir dürfen neun Talente bei der Stadtverwaltung in vier Ausbildungsberufen bzw. dualen Studiengang willkommen heißen. Auf sie warten nun vielfältige Aufgaben zum Wohle der Bürger/-innen sowie diverse Azubiprojekte. Besonders zur Fachkräftesicherung in der Verwaltung wird ihnen eine große Vielfalt an interessanten Ausbildungs- und Aufstiegsmöglichkeiten angeboten, verbunden mit viel Sicherheit und Perspektive.



Anzeige

### FIRMA

Stadt Amberg  
Marktplatz 11 | 92224 Amberg

### MITARBEITER

757 Mitarbeiter/-innen  
davon 16 Auszubildende und  
17 Anwärter/-innen

### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Duales Studium zum Diplom-Verwaltungswirt (FH)
- Verwaltungswirt
- Fachkraft für Veranstaltungstechnik
- Verwaltungsfachangestellte
- Fachkraft für Abwassertechnik
- Gärtner



# WILLKOMMEN IM BERUFSLEBEN

## DEPRAG begrüßt 16 neue Azubis

In diesem Jahr starteten bei DEPRAG 16 junge Talente ihre Ausbildung. Geschäftsführer Dr. Erik Hallmann und geschäftsführender Gesellschafter Dr.-Ing. Rolf Pfeiffer hießen die Neuen zusammen mit ihren Ausbildungsleitern willkommen. Insgesamt beschäftigt die DEPRAG nun 54 Auszubildende.

Das Familienunternehmen DEPRAG macht sich seit Generationen für die Ausbildung junger Menschen stark. Dies spiegelt sich auch in der hohen Ausbildungsquote von über zehn Prozent wider.

Die eigene Ausbildung von Fachkräften hat für die DEPRAG höchsten Stellenwert. Regelmäßig schneiden DEPRAG Lehrlinge bei den Abschlussprüfungen mit hervorragenden Ergebnissen ab. Dies belegt die nachhaltige Sorgfalt des Unternehmens in der gezielten Förderung junger Menschen.

In der DEPRAG Academy, ausgestattet mit modernen Übungsräumen und einer neuen Werkstatt, absolvieren die Auszubildenden eine Ausbildung auf hohem Niveau.

DEPRAG ist einer der weltweit führenden Hersteller von Schraubtechnik, Montagesystemen, Druckluftmotoren, Druckluftwerkzeugen sowie Turbinengeneratoren. Die technische Ausrichtung des Unternehmens und die vielseitigen Ausbildungsberufe bilden die perfekte Basis für einen erfolgreichen Start ins Berufsleben.

Die Planungen für das kommende Ausbildungsjahr laufen bereits auf Hochtouren. Werde auch du Teil des DEPRAG Teams und bewirb dich noch heute für einen Ausbildungsplatz oder ein duales Studium.

Weitere Infos: [deprag.com/ausbildung](http://deprag.com/ausbildung)

### FIRMA

DEPRAG SCHULZ GMBH u. CO. KG  
Carl-Schulz-Platz 1  
92224 Amberg

### MITARBEITER

770 weltweit  
54 Auszubildende

### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Fachinformatiker
- Technischer Produktdesigner
- Mechatroniker
- Industriemechaniker
- Zerspanungsmechaniker
- Industriekaufmann
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Mathematisch-technischer Softwareentwickler
- Duales Studium

von links nach rechts:

Geschäftsführer Dr. Erik Hallmann, Ausbilder Josef Bock, Ausbilderin Sabine List, Justin Sowka, Andrej Schmidt, David Hirsch, Jasmin Heinel, Fabian Schriml, Julian Bachmann, Anton Schütz, Moritz Renner, Christian Pilhofer, Maximilian Baier, Katja Durst, Noel Pauls, Milan Holliday, Alexa Grabinger, Fabian Hartwig, Matthias Scherer, Geschäftsführender Gesellschafter Dr.-Ing. Rolf Pfeiffer





# KEINEN BOCK AUF LANGEWEILE? WIR AUCH NICHT!

## elasto: einer von Europas größten Werbeartikel-Herstellern und -Importeuren

Das seit 1980 bestehende Familienunternehmen, engagiert sich aktiv für eine verantwortungsvolle Nutzung von Kunststoffmaterialien.

Elasto hat sich das Ziel gesetzt, **ökonomische, ökologische und soziale Verantwortung** in all ihren Aspekten zu berücksichtigen, indem es mehr für die Umwelt tut, als es in Anspruch nimmt.

Seit 2021 ist elasto nicht nur klimaneutral sondern seit 2022 sogar **klimapositiv zertifiziert** – gemäß den Standards des Deutschen Instituts für Nachhaltigkeit und Ökonomie. Das bedeutet, dass elasto nicht nur die durch die Produktion verursachten CO<sub>2</sub>-Emissionen ausgleicht, sondern zusätzlich Maßnahmen ergreift, um die Umwelt aktiv zu schützen. Dazu gehören, beispielsweise die Verwendung energiesparender Produktions- und Wärmerückgewinnungsanlagen, die Nutzung von wiederverwertbaren Materialien und die Installationen von Photovoltaik-Anlagen mit einer Gesamt-Leistung von 1.518.500 kWh pro Jahr, z. B.

auf dem Dach des neuen Lager- und Logistikzentrums, welches im Mai dieses Jahres mit einer Investition von 15 Millionen Euro fertiggestellt wurde. Elasto wurde auch für sein Engagement ausgezeichnet und erhielt die ISCC PLUS Zertifizierung, die die Gewinnung von ressourcenschonenden Rohstoffen und die Herstellung ökologischer Produkte anerkennt. Statt auf fossile Neu-Kunststoffe setzt elasto auf nachhaltiges biocirculares Material, das aus **nachwachsenden Rohstoffen** wie Kiefernöl, Altspeiseöl, Stroh oder forstwirtschaftlichen Abfällen gewonnen wird.

Mit Mehrwegverpackungslösungen hat elasto in enger Zusammenarbeit mit der Gastronomie die elasto-Reuse-Produkte entwickelt – für den B2B- als auch den B2C-Bereich. Diese Produkte kombinieren Umweltschutz und Ressourceneffizienz mit hoher Haltbarkeit. Zum Sortiment gehören Mehrweg-To-Go-Becher, Burger- und Pizzaboxen, Schalen für Salat, Nudel- oder Reisgerichte sowie Lunch- und Sandwichboxen, die alle in Deutschland hergestellt werden.

Geschäftsführer von elasto, Marcus Sperber, mit aktuellen und ehemaligen Auszubildenden.



### FIRMA

elasto GmbH & Co. KG  
Franz-Sollfrank-Straße 6  
92237 Sulzbach-Rosenberg

### MITARBEITER

330 Mitarbeiter,  
davon 12 Auszubildende

### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Medientechnologie im Siebdruck
- Werkzeugmechanik
- Lagerlogistik
- Verfahrensmechanik
- E-Commerce

Wir suchen leidenschaftliche Macher, kreative Köpfe sowie innovative Talente.

#elastofamily



# KARRIERESTART BEI BHS CORRUGATED

Über 70 neue Auszubildende konnte BHS Corrugated in Weiherhammer am 1. September bei sich begrüßen.

## Über 70 Auszubildende starten in Weiherhammer

Weiherhammer. Zum Ausbildungsstart am 1. September 2023 fanden sich über 70 junge Leute in der Firma „BHS Corrugated Maschinen- und Anlagenbau GmbH“ ein. Eine Rekordzahl an Auszubildenden für das Unternehmen mit Sitz in Weiherhammer. Diese kommen sowohl von der Mittelschule als auch von der Realschule, Fachoberschule und vom Gymnasium. Die Neulinge verteilen sich in diesem Jahr auf folgende Ausbildungsberufe: Produktionstechnologe (4), Industriemechaniker (10), Mechatroniker (13), Maschinen- und Anlagenführer (3), Zerspanungsmechaniker (5), Elektroniker für Automatisierungstechnik (10), Fremdsprachenindustriekaufleute (1), Industriekaufleute (3), Kaufleute E-Commerce (1), Kaufleute Digitalisierungsmanagement (1), Technischer Produktdesigner (4), IT-Systemelektroniker (1), Fachinfor-

matiker - Systemintegration (1), Fachinformatiker - Anwendungsentwicklung (4), Duales Studium Maschinenbau (3), Duales Studium Elektro- und Informationstechnik (2), Duales Studium Industrie 4.0 und Informatik (2), Studium mit vertiefter Praxis „Wirtschaftsingenieurwesen“ (2), Studium mit vertiefter Praxis „Internationales Technologiemanagement“ (2).

In der ersten Ausbildungswoche wurden die sogenannten „BHS Corrugated Bildungstage“ durchgeführt. Das Ausbildungsteam bestehend aus Stefanie Luber (HR Business Partner Trainees & Talents), Lisa Gebert (Specialist Talent Scouting), Ralph Egeter (Supervisor Technical Apprenticeship) und Tobias Kick (Specialist International Trainees) kümmerten sich intensiv in diesen Tagen um die „Neuen“.

Im Innovision Center® wurden sie offiziell von Geschäftsführer Lars Engel, Personalleiter Manfred Riedl und dem Betriebsratsvorsitzenden Fabian Messer begrüßt und willkommen geheißen. Alle drei sind der Meinung, dass die neuen Azubis mit BHS Corrugated die besten Ausbildungsvoraussetzungen bei einem topmodernen internationalen Unternehmen haben.

Angekommen im Innovision Center® gab es am ersten Tag für jeden Azubi neben dem eigenen Laptop noch ein kleines Willkommensgeschenk von BHS Corrugated, verpackt im eigenen Rucksack. Schließlich braucht man neben dem Laptop auch noch andere Sachen wie Trinkflasche oder Lunchbox, um gut in den Arbeitsalltag starten zu können. Zu den ausgeteilten Laptops wurden innerhalb der „BHS Corru-

ted Bildungstage“ auch erste wichtige Schulungen durchgeführt, um den Azubis den Umgang mit den Geräten näherzubringen.

In den ersten Tagen standen organisatorische Maßnahmen wie zum Beispiel die Ausgabe der Arbeitskleidung sowie eine Einweisung in die Funktion verschiedener Apps (Fitnesscenter oder Betriebsrestaurant) auf dem Plan. Es folgten eine Werksführung und Informationen über das Produktportfolio sowie die weltweite Ausrichtung der BHS Corrugated. Stefanie Luber war hier vor allem wichtig, dass die „Neuen“ einen ersten Einblick in die Produktion bei BHS Corrugated erhalten. Was genau produziert der neue Arbeitgeber und wie sieht so eine Wellpappenanlage aus? Mit viel Hintergrundwissen wurden Informationen zu genau diesen Fragestellungen vermittelt.

Viele der neuen Auszubildenden haben sich bereits im August im Rahmen der "BHS Corrugated Kennenlertage", die von Stefanie Luber und ihrem Team organisiert wurden, kennengelernt. In

Nürnberg verbrachte man gemeinsam drei Tage, in denen die Azubis bereits Kontakte untereinander, aber auch zu ihren Ansprechpartnern im Ausbildungsteam und ihren künftigen Ausbildern im ÜBZO knüpfen konnten. Mit an Bord waren auch fünf Auszubildende aus El Salvador und drei aus Laos – also insgesamt acht ausländische Azubis, welche durch diesen gemeinsamen Ausflug ebenfalls erste Kontakte zu weiteren Azubis und Ausbildern knüpfen konnten, um so einen guten Start für die Ausbildung in Deutschland zu haben.

Weitere Highlights der „BHS Corrugated Bildungstage“ waren die Vorträge über Gesundheit und Ernährung, ein Erste-Hilfe-Kurs sowie der Besuch bei einem Kunden in Hilpoltstein. Hier hatten die neuen Azubis die Möglichkeit, eine komplette Wellpappenanlage von BHS Corrugated im laufenden Betrieb zu besichtigen.

**Mehr über die  
Karieremög-  
lichkeiten bei  
BHS Corrugated**



(v.l.n.r.): Tobias Kick, Lisa Gebert, Stefanie Luber und Ralph Egeter – das HR- Ausbildungsteam von BHS Corrugated



**BHS**

www.bhs-world.com

## FIRMA

BHS Corrugated Maschinen- & Anlagenbau GmbH  
Paul-Engel-Straße 1  
92729 Weiherhammer

## MITARBEITER

Mehr als 3200 –  
davon 200 Auszubildende

## AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- IT-System-Elektroniker
- Produktionstechnologe
- Fachinformatiker für  
Anwendungsentwicklung
- Fachinformatiker für  
Systemintegration
- Industriekaufleute
- Kaufleute E-Commerce
- Zerspanungsmechaniker
- Industriemechaniker für  
Maschinen- & Anlagenbau
- Technische Produktdesigner
- Mechatroniker
- Elektroniker für  
Automatisierungstechnik
- Duales Studium Papiertechnik  
(mit vertiefter Praxis)
- Duales Studium Wirtschafts-  
ingenieurwesen  
(mit vertiefter Praxis)
- Duales Studium Maschinenbau  
& Produktionstechnologe
- Duales Studium Industrie  
4.0-Informatik & Fachinformatiker  
für Anwendungsentwicklung
- Duales Studium Elektro- &  
Informationstechnik &  
Elektroniker
- Duales Studium Betriebswirt-  
schaft und Industriekaufmann
- Duales Studium Medienin-  
formatik mit Fachinformatiker  
Anwendungsentwicklung

# VON SCHNITZELJAGD BIS TIKTOK

## Ausbildungsstart 2.0 bei Oberpfalz Medien

**Moderner, digitaler und auf alle Fälle mit einer großen Portion Fun. So startet das Weidener Traditionsunternehmen in ein neues Ausbildungsjahr. Oberpfalz Medien freut sich dieses Jahr über einen Zuwachs von sechs motivierten Berufstartern, die in den nächsten Jahren die Medienlandschaft mitgestalten werden.**

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne – so auch am Freitag, den 1. September im Verlagshaus von Oberpfalz Medien. Für sechs junge Oberpfälzer\*innen begann im Verlagshaus Weiden ein neuer Lebensabschnitt. Manchmal werden magische Momente wie dieser von ein wenig Herzklopfen begleitet, trifft man doch auf viele neue Wegbegleiter und das Umfeld, in dem man sich zukünftig bewegen wird. Doch schon nach der freundlichen Begrüßung durch Personalreferentin Anna Grüner und die Auszubildenden der anderen Ausbildungsjahrgänge, einer Vorstellungsrunde und dem Austauschen der Namensschilder, wurde gemeinsam gelacht und jegliche

Nervosität war schnell verfliegen. Die folgenden Tage waren gespickt mit Highlights: Beim rasanten Speeddating „Alt mit Neu“ trafen die Azubis auf die „alten Azubi-Hasen“ in den 2. und 3. Ausbildungsjahren. Ein Riesen-Spaß – lernte man sich doch im Frage-/Antwort-Schnelldurchlauf noch besser kennen. Gut gelaunt ging es weiter: Mit einer wilden Schnitzeljagd und zu lösenden Aufgaben im Gepäck durften die Neuen das Verlagshaus erkunden. „Bahn frei!“ ließen sich die Neuankömmlinge nicht zweimal sagen.

Mit Pizza gestärkt stand einem Ausflug zum Bowlen nichts im Weg. Nach einer Führung durch das am Brandweiher gelegene, hochmoderne Druckzentrum ließ der zweite Teil der Schnitzeljagd die sportlich-aktive Seite des Onboardings erneut aufleben. „Junge Talente sind die Zukunft unseres Unternehmens“, betont Geschäftsführer Thomas Maul. „Wir bei Oberpfalz Medien bauen auf ein starkes Team, mit dem wir stolz in die Zukunft blicken.“

### FIRMA

Oberpfalz Medien GmbH  
 Weigelstraße 16  
 92637 Weiden

### MITARBEITER

380  
 15 Auszubildende | 10 Volontäre

### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Kaufleute für Büromanagement
- Medienkaufleute Digital & Print
- Mediengestalter Bild & Ton
- Mediengestalter Digital & Print
- Medientechnologie Druck
- Fachinformatiker für Daten & Prozessanalyse
- Volontäre
- Volontariat & Studium

Neun, die sich gefunden und noch Großes vorhaben: (oben, v. l. n. r.) Thomas Maul (Geschäftsführer), Johannes Zettel (Kaufmännischer Leiter) und Anna Grüner (oben rechts) mit den sechs angehenden Azubis: Lisa Stauß (Ausbildung zur Mediengestalterin Digital & Print), Simon Strobl (Ausbildung zum Fachinformatiker für Systemintegration), Lena Renner (Auszubildende zur Medienkauffrau Digital & Print), Sophia Hummer (Auszubildende zur Kauffrau für Büromanagement) sowie Philip Pecher und Michael Bauer (beide Auszubildender zum Kaufmann für Büromanagement).





## 12 Auszubildende starten Karriere bei der HORN Glass Industries AG

Mit 12 neuen Azubis begann HORN am 1. September 2023 das neue Ausbildungsjahr. Die jungen Frauen und Männer starteten in fünf verschiedenen Berufen in das Arbeitsleben und blicken einer spannenden und abwechslungsreichen Ausbildung entgegen.

Stephan Meindl, Vorstand der HORN Glass Industries AG, und Sabine Götz, Leitung der Personalabteilung, hießen die zukünftigen Fachkräfte von morgen herzlich Willkommen in der HORN-Familie. Sie wünschten den neuen Azubis viel Spaß und vor allem Erfolg für ihre Ausbildung und die berufliche Zukunft.

Die Einarbeitung der Auszubildenden beginnt mit dem Kennenlernen des Unternehmens und seiner Arbeitsabläufe sowie den neuen Kolleginnen und Kollegen. Durch eine ausgiebige Firmenführung in den ersten Tagen erhielten sie sofort Einblicke in den Betrieb. Neben einer strukturierten Einführung wird der Fokus auf die individuelle und erfolgreiche Entwicklung eines jeden Azubis gelegt, welche durch einen persönlichen Betreuer sichergestellt werden kann. Gemeinsame Mittagessen sowie Azubi-Ausflüge zusammen mit den anderen rund 20 Azubis sorgen dafür, sich besser kennen zu lernen und erleichtern die Integration in das neue Team.

**HORN**  
GLASS INDUSTRIES

Bergstraße 2  
95703 Plößberg  
[www.hornglas.de](http://www.hornglas.de)

### Unsere Benefits:



Smartwatch oder  
Führerscheinzuschuss  
im Wert von 500 Euro



Sachbezugskarte



Freigetränke /  
Kostenloses Obst



Azubi-Ausflug



Firmenevents

...und vieles mehr!



Bewirb dich jetzt  
für den Start zum  
01.09.2024

[www.hornglass.com/ausbildung](http://www.hornglass.com/ausbildung)

### Unsere Ausbildungsberufe

- Metallbauer\*  
Fachrichtung Konstruktionstechnik
- Elektroniker\*  
Betriebstechnik (Schalt-/Steueranlagen)
- Bauzeichner\*  
Schwerpunkt Architektur (Ofenbau)
- Techn. Systemplaner\*  
Stahl- und Metallbautechnik
- Techn. Systemplaner\*  
Versorgungs- und Ausrüstungstechnik
- Kaufmann für Büromanagement\*



\*(m/w/d)



# NEUE TALENTE BEI DER WITT-GRUPPE

## 13 Azubis und Dualis starten ihre Karriere

Die Witt-Gruppe begrüßte Anfang September 13 neue Auszubildende und Duale Student\*innen, die in die spannende Handelswelt von morgen eintauchen werden. Unter ihnen befinden sich auch drei Neuzugänge, die ihre berufliche Laufbahn bei der Marke heine in Karlsruhe beginnen, die bereits seit Dezember 2019 zur Witt-Gruppe gehört.

Der Ausbildungsstart markierte den Beginn eines aufregenden neuen Kapitels für die 13 jungen Talente. Vom Dualen Studium in den Studiengängen BWL, Informatik und Fashion Management bis hin zur Ausbildung in den Fachbereichen Fachinformatik, Dialogmarketing, Mediengestaltung und Küche – die Bandbreite ist groß. Die 13 Nachwuchskräfte erlebten ein Onboarding-Programm in der Unternehmenszentrale in Weiden, das ihnen die Möglichkeit gab, die Unternehmenskultur und die Werte der Witt-Gruppe kennenzulernen.

Die Geschäftsführung, die Personalleiterin und der Betriebsrat hießen die jungen Talente willkommen und betonten dabei die Bedeutung ihrer Rolle für die Zukunft des Unternehmens. Maximilian, Dualer Student Digital Business,

zeigte sich begeistert über seinen Start bei der Witt-Gruppe: „Ich bin aufgeregt und voller Vorfreude, was auf mich zukommt. Die Witt-Gruppe hat einen sehr guten Ruf in der Branche und ich freue mich darauf, einen Beitrag zum Erfolg des Unternehmens zu leisten und gleichzeitig meine Fähigkeiten weiterzuentwickeln.“

Die Auszubildenden und Dualen Student\*innen werden nach dem Onboarding nun in verschiedenen Abteilungen und Fachbereichen eingesetzt und erhalten die Chance, ihr Potenzial voll auszuschöpfen und selbst erste größere Projekte zu planen und umzusetzen. Die Witt-Gruppe ist stolz darauf, diese vielversprechenden Nachwuchstalente in ihren Reihen zu haben und freut sich auf die kommende Zeit der Zusammenarbeit.

Du bist auch noch auf der Suche nach einem Studiengang oder Ausbildungsberuf für September 2024?

Schau unter [karriere.witt-gruppe.eu](https://karriere.witt-gruppe.eu) vorbei und checke für noch tiefere Einblicke in die Witt-Gruppe unseren **TikTok-Kanal „wittgruppekarriere“** ab.

13 neue Auszubildende und Duale Student\*innen starten bei der Witt-Gruppe ins Berufsleben.



### FIRMA

Witt-Gruppe  
Schillerstraße 4–12  
92637 Weiden

### MITARBEITER

mehr als 3.700

### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Kaufleute E-Commerce und Dialogmarketing
- Fachinformatiker Anwendungsentwicklung
- Fachkraft Lagerlogistik
- Mediengestaltung
- Mechatroniker
- Koch

### DUALE STUDIENGÄNGE (M/W/D)

- BWL E-Commerce, Marketing und Digital Business
- (Wirtschafts-) Informatik
- Onlinemedien
- Fashion Management

# HERZLICH WILLKOMMEN TGW-AZUBIS

**Mit dem Ausbildungsjahrgang 2023 starten 20 junge Menschen bei TGW in Teunz in ihre berufliche Zukunft.**

Bei TGW erhalten die Auszubildenden eine hochwertige Ausbildung. Gemäß der Philosophie „Mensch im Mittelpunkt – lernen und wachsen“ wird neben der fachlichen Qualifizierung auch die persönliche Weiterentwicklung großgeschrieben. Dafür wurde TGW mehrere Jahre in Folge von der Zeitschrift Capital mit einem Preis für „Deutschlands beste Ausbilder“ ausgezeichnet.

Die Auszubildenden können sich in ihrer Ausbildung auf zahlreiche Benefits freuen, wie eine übertarifliche Ausbildungsvergütung, eine Starterprämie von 1500 Euro, gemeinsame Events und natürlich ausgezeichnete Übernahmeaussichten.

Nach ihrer Ausbildung stehen den Azubis bei TGW viele Türen und der Weg in eine erfolgreiche, berufliche Zukunft offen: Ehemalige Auszubildende sind in einem internationalen Umfeld zum Beispiel als Teamleiter, Projektleiter oder technische Experten tätig und setzen ihr Wissen und Können gezielt in ihrem Fachgebiet ein.

**Wir wünschen allen neuen Auszubildenden einen guten und erfolgreichen Start ins Berufsleben!**

Übrigens – für den Ausbildungsstart 2024 kann man sich schon bewerben. Bei Interesse hier vorbeischaun: [www.tgw-group.com/azubi](http://www.tgw-group.com/azubi).



## FIRMA

TGW Systems Integration GmbH  
Lindenweg 13  
92552 Teunz

## MITARBEITER

Standort Teunz/Regensburg 370,  
weltweit 4400  
62 Auszubildende

## AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Elektroniker für Betriebstechnik
- Fachinformatiker für  
Anwendungsentwicklung



von links nach rechts:  
Ausbildungsleiter Richard Gleißner,  
Ausbilder Martin Gorges,  
HR Managerin Beatrice Grössing  
und Geschäftsführer Ralf  
Klausnitzer begrüßen die neuen  
TGW Auszubildenden.



NEUGIERIG?

AUSBILDUNG.  
WITRON.DE

# Über 100 neue Azubis

**PARKSTEIN.** Die eigene Ausbildung ist und bleibt für die WITRON Gruppe eine feste Säule der Unternehmensphilosophie. Insgesamt beschäftigt das Unternehmen 338 Lehrlinge. Anfang September haben 104 junge Frauen und Männer in 17 verschiedenen Berufen ihre Ausbildung begonnen. Darunter sind auch 7 Duale Studierende und 14 internationale Auszubildende.

## UNSERE AZUBIS 2023

Fachkräfte für Metalltechnik: Lamin Cham, Melisa Giesbrecht, Johannes Juilfs; Metallbauer:in Konstruktionstechnik: Finn Hausner, Angela Kindl, Clemens Landgraf, Violetta Petrucenko, Marcel Przetak, Tim Schaffer, Ben Luca Weidner; Alexander Baltzer, Maximilian Schiller; Fachkräfte für Lagerlogistik: Simon Hirmer, Sebastian Mothes; Techn. Produktdesigner:in: Aaron Burkart, Anja Luka Hauffe, Lea Vogel, Justin Zwetzig; Mechatroniker:in: Jakob

Bergler, Samuel Englhardt, Felix Fraczek, Samuel Glaser, Fabian Klotz, Linus Legat, Lorenz Märker, Marc Pistorius, Akira Rieger, Elia Thoma, Laila Walenta; Elektroniker:in Automatisierungs- und Systemtechnik: Elia Baumgärtner, Michael Bodensteiner, Benjamin Eder, Kevin Fuchs, Hajrush Gllareva, Paula Haberkorn, Vanessa Heldmann, Roland Müller, Sascha Prips, Simona Sasova, Sophia Schuller, Samuel Schüßlbauer; Verbundstudium Elektroniker:in Automatisierungstechnik und Elektrotechnik: Marcel Eder; Industrieelektriker:in Betriebstechnik: Mohamad Al Zoubi, Leodon Berbatovci, Nils Engelmann, Florian Götz, Samuel Keck, Johannes Koch, Markus Sabanov, Ailani Almanza, Sebastian Garcia, Lucas Jeffrey, Colby Manuel, Salvador Peru, Ayden Rabalais, Joshua Richards, Arbaaz Shafqat, Daquawn Taylor, Elías Alexander Guzmán Guevara, Miguel Eduardo Márquez Espinoza; Produktionstechnologen: Nina Sladky;

Fachinformatiker:in Anwendungsentwicklung: Batuhan Altan, Bastian Banzer, Tim Bethmann, Entela Dostler, Mazlum Erden, Toni Helgert, Benedikt König, Christof Lindner, Susanne Männer, Marvin PröbI, Lukas Reisnecker, Maximilian Reis, Mateusz Sadurski, Michael Scheibl, Michael Steinberger, Leon Stief, Gheorghe Totolici, Moritz Wiesend, Yasmin Wühl, Timo Zellner, Scott Bradley, Rim Nassiri, Jacob Smith; Verbundstudium / Fachinformatiker:in Anwendungsentwicklung Medieninformatik: Erik Dombrowsky, Simon Frey, Lukas Hermann; Verbundstudium / Fachinformatiker:in Anwendungsentwicklung Künstliche Intelligenz: Simon Völkl; Mathematisch-technischer Softwareentwickler: Valentin Helm, Sebastian Hildner; Fachinformatiker:in Systemintegration: Bastian Schinabeck, Tobias Löhr; Kaufleute für Büromanagement: Marie Christin Brusky, Emma Franz, Marie Fütterer, Emelie Hausner, Lorena Helm, Milena Lippert, Mia Rockefeller; Verbundstudium / Kaufleute für Büromanagement: Tabea

Franz, Benedikt Kastner; Koch: Michal Kupeczek; Fachkräfte für Restaurants- und Veranstaltungsmanagement: Leonie List; Hotelfachleute: Viven SchremI

Bisher habe ich die grundlegenden Fertigkeiten erworben, Schaltschränke sorgfältig zu verdrahten, ordnungsgemäß anzuschließen und gründlich zu überprüfen. Diese umfassenden Kenntnisse bilden nicht nur die Basis meiner Ausbildung, sondern ermöglichen mir auch, meine Fähigkeiten in diesem Bereich kontinuierlich zu vertiefen und zu erweitern.

### **HABERKORN**

#### **PAULA**

ELEKTRONIKERIN  
AUTOMATISIERUNGS-  
UND  
SYSTEMTECHNIK



In der Welt des Metallbauers erlerne ich vielfältige Fertigkeiten zur Metallbearbeitung und kombiniere handwerkliche Fähigkeiten mit technischem Wissen. Besonders faszinierend finde ich die Kombination von Kreativität und technischem Verständnis.

### **SCHAFFER TIM**

METALLBAUER  
KONSTRUKTIONSTECHNIK



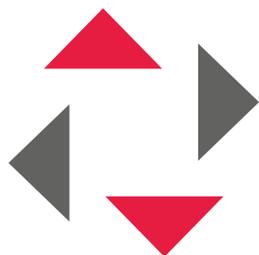
### **WIR SUCHEN TALENTE!**

WITRON steht für:

- Aktive berufliche Orientierung
  - Spannende Aufgaben
  - Individuelle Betreuung
  - Kollegiale Arbeitsatmosphäre
  - Interessante Perspektiven
- ... und vieles mehr!

### **WITRON-GRUPPE**

Ann-Katrin Kammerer • Neustädter Str. 19 - 21  
92711 Parkstein • Tel.: + 49 9602 600 40 57  
info@witron.de • ausbildung.witron.de



# SITLOG

AUSBILDUNG.SITLOG.DE



## AUSBILDUNG MIT BESTEN ZUKUNFTSAUSSICHTEN

SITLog bildet aus um das neue Fachpersonal der Branche langfristig zu sichern. Berufe in der Intralogistik, speziell in der hochtechnologischen Automatisierungstechnik, bieten dafür beste Chancen und Zukunftsaussichten.

Die drei neuen Azubis haben sich bewusst für Ihre Ausbildung bei SITLog entschieden, denn SITLog steht mit seinen über 120 Mitarbeitern für modernste, anspruchsvolle und zukunftsorientierte Logistiksysteme überwiegend im europäischen Raum. Firmen wie unter anderem die Witt-Gruppe, Adidas, Möbel Höffner, Thomas Sabo, Jack Wolfskin, Esprit, Sport Scheck, Siemens oder auch BMW zählen zu ihren Auftraggebern.

Im Rahmen der dreieinhalbjährigen Ausbildung wird vielfältiges Know-how übermittelt, von der Fertigung elektronischer Steuerungsanlagen und der Entwicklung von Schaltsystemen über die Programmierung von Steuerungen, bis hin zur Inbetriebnahme der Logistiksysteme beim Kunden vor Ort. Die Wissensvermittlung übernehmen mehrere Ausbilder und die Europaberufsschule in Weiden während der Blockunterrichtszeiten. Überbetriebliche Ausbildungskurse bei der Handwerkskammer runden den schulischen Aspekt der Ausbildung ab.

Der Familienbetrieb ist sehr stolz auf die Leistungen seiner Auszubildenden und deren Erfolge. Mehrfach wurde das Unternehmen hierfür schon ausgezeichnet, Ausbildungserfolge wie z.B. Bundessieger oder Bayerns Bester sprechen eine deutliche Sprache. Die jüngste Auszeichnung im Oktober, „Kammersieger im Leistungswettbewerb 2023“, unterstreicht wiederholt die hervorragende Ausbildung bei SITLog.



Drei neue Azubis starteten am 01. September ihre Ausbildung zum Elektroniker für Automatisierungs- und Systemtechnik. Simon Zimmermann, Filip Pierepielicyn und Jonathan Pfister



AUSBILDUNG

**BESTER AUSBILDUNGSBETRIEB**  
2010 • 2013 • 2016 • 2018 • 2021 • 2023  
**KAMMERSIEGER IM**  
**LEISTUNGSWETTBEWERB 2019 • 2023**  
**BUNDESSIEGER IM**  
**LEISTUNGSWETTBEWERB 2019**

## AUSBILDUNG ZUM ELEKTRONIKER (M/W/D) AUTOMATISIERUNGS- UND SYSTEMTECHNIK

- ✓ ERHÖHTE AUSBILDUNGSVERGÜTUNG & LEISTUNGSPRÄMIEN
- ✓ VIELE WEITERE BENEFITS



SITLog GmbH • Zum Nachtbühl 1 • 92665 Altenstadt/WN



www.sitlog.de



## AUSBILDUNG BEI I\_S\_A\_ INDUSTRIELEKTRONIK GMBH

### Unsere heutigen Auszubildenden sind die Fachkräfte von morgen

Die *i\_s\_a\_* industrieelektronik GmbH steht für „intelligente system automatisation“ und ist ein mittelständisches Unternehmen, welches in 2. Generation inhabergeführt ist und unter anderem in den Bereichen SPS & Antriebssteuerung, Electronic Engineering, Verfahrenstechnik, Maschinensteuerung, Gebäudeautomation, Automatisierung von Wasseraufbereitungs- und Kläranlagen sowie Wasserbau tätig ist.

Auch dieses Jahr begrüßte Geschäftsführer Markus Schell mit dem Bereichsleiter Automation Alexander Kaschube am 1. September die beiden neuen Elektroniker-Azubis im Betrieb.

Jonathan und Angel sind von jetzt an Teil der Azubigruppe der isa-Familie. Aktuell betreut die Firma am Brandweier Auszubildende in den Bereichen Elektronik, Fachinformatik und technische Systemplanung.

#### Neue Wege!

Bei der Firma isa standen in letzter Zeit viele Veränderungen an – daher hat

man sich entschieden in puncto Ausbildung auch neue Wege einzuschlagen: Seit diesem Jahr hat das Industrieunternehmen sogar einen Dualen Studenten. Dieser absolviert die Ausbildung zum Elektroniker für Betriebstechnik im Rahmen eines Verbundstudiums Ingenieurpädagogik an der OTH Weiden.

„Ziel unserer Ausbildung ist es, die Facharbeiter von morgen bereits jetzt im eigenen Haus zu integrieren“, betont Markus Schell im Bezug auf das Thema Ausbildung. Diese Strategie scheint Früchte zu tragen, denn die Quote der Mitarbeiter/innen, welche nach der Ausbildung im Unternehmen bleiben, spricht definitiv für das familiär geführte Unternehmen.

Auch Fort-/ und Weiterbildungsmöglichkeiten werden stets angeboten und unterstützt, z. B. haben die Azubis die Möglichkeit auf Auslandssemester oder einen Schüleraustausch. **Wenn du Interesse an einem Praktikum oder Ausbildungsberuf hast, melde dich unbedingt bei uns.**

Geschäftsleiter Markus Schell (links) begrüßt zusammen mit dem Bereichsleiter Automation Alexander Kaschube (rechts) die Azubis zum Beginn des Ausbildungsjahres 2023.



#### FIRMA

*i\_s\_a\_* industrieelektronik GmbH  
Hutschenreutherstraße 1  
92637 Weiden

#### MITARBEITER

85

#### AUSBILDUNGSBERUFE (M/W/D)

- Elektroniker für Betriebstechnik
- Elektroniker für Automatisierungstechnik
- Industriekaufleute
- Fachinformatiker – Fachrichtung Anwendungsentwicklung

Du erreichst uns unter [karriere@isaweiden.de](mailto:karriere@isaweiden.de) oder findest nähere Informationen unter [www.isaweiden.de](http://www.isaweiden.de)

# Für den Traumstudienplatz an die OTH Amberg-Weiden



Ani Tovmasyan

© Misch/OTH

**Fürs Studium 700 Kilometer von zu Hause wegziehen, diese Entfernung würde nicht jeder auf sich nehmen. Die 20-jährige Ani Tovmasyan schon, denn sie hat ihren Traumstudiengang und mit der OTH Amberg-Weiden auch ihre Traumhochschule gefunden. Ihre Entscheidung hat sie bis jetzt kein Stückchen bereut. Was ihr an der OTH Amberg-Weiden besonders gut gefällt, was eine Raupe damit zu tun hat und was sie nach ihrem Studium plant, erzählt sie uns im Interview.**

**Ani, du bist für dein Studium aus Mecklenburg-Vorpommern nach Weiden gezogen. Warum hast du dich für diesen Studiengang und für die OTH Amberg-Weiden entschieden?**

Nach dem Abitur wusste ich zunächst nicht, ob ich überhaupt studieren sollte und was oder ob ich mich lieber gleich ins Unternehmertum stürze. Letztendlich habe ich mich doch für ein Studium entschieden, weil ich rechtzeitig erkennen konnte, was mir für ein wertvolles Wissen und Erfahrungsschatz durch die vorbereitenden Vorlesungen und praxisorientierten Professoren vermit-

telt werden kann. Neben den Themen Gründen und Start-ups interessieren mich vor allem die Menschen, sprich Psychologie. Und so habe ich mit „Angewandter Wirtschaftspsychologie“ den absolut perfekten Studiengang für mich entdeckt. Durch meine langen Recherchen in Studieninformationsportalen bin ich so auf die OTH Amberg-Weiden gestoßen, die den Studiengang anbietet – und das, anders als private Hochschulen, ohne Studiengebühren. Mich haben auch gleich das ausgewogene Angebot, die vielen guten Rezensionen und die spannende Internationalität überzeugt.

**Und wie gefällt es dir bis jetzt an der OTH Amberg-Weiden?**

Super, ich liebe die OTH wirklich. Alles, was ich vorher gelesen habe, hat sich bewährt: die familiäre Atmosphäre, die herzliche Betreuung durch die Professoren, die tolle Internationalität am Campus. Außerdem hat die Hochschule die perfekte Größe, nicht zu groß und nicht zu klein. Ich habe mich hier wirklich vom ersten Tag an super wohlfühlt.

**Du bist zwar erst im zweiten Semester, kannst aber bereits einen großen**

**persönlichen Erfolg vorweisen: Gemeinsam mit zwei Studierenden der OTH Regensburg hast du den 5-Euro-Business Wettbewerb gewonnen. Wie bist du auf den Wettbewerb aufmerksam geworden?**

Ich habe an meinem Lieblingsort der Hochschule, der Bibliothek, einen Flyer gefunden und war sofort interessiert. Das Thema Gründung begleitet mich ja schon länger. Mit 16, als frische Jugendleiterin, habe ich in meinem Heimatland Armenien ein eigenes Start-up gegründet: Einen Lebensplaner, den Extra Smart Planner, mit dem ich die Bildungsbranche für junge Menschen durch informelles Wissen optimieren möchte.

**Beim 5-Euro-Business Wettbewerb ist die Zielgruppe noch jünger. Ihr habt VacciFriend entwickelt, einen kreativen Spritzenaufsatz in Form einer Raupe, der Kindern die Angst vor Impfungen nehmen möchte. Wie seid ihr auf die Idee gekommen?**

Die Idee entstand in einem Ideenfindungsworkshop am Anfang des Wettbewerbs. Es gab viele tolle Produktideen, aber ich habe mich für VacciFriend entschieden, weil das Team am vielversprechendsten war. Ich finde, das Team ist viel wichtiger als das Produkt. Wenn du nicht mit den richtigen Leuten zusammen bist, ist es egal, wie dein Produkt ist. Am Ende machen die Menschen das Produkt erfolgreich.

**Wollt ihr die Produktidee weiterverfolgen oder hast du bereits andere Pläne?**

Planungen gibt es, aber wir sind noch dabei, uns im Team abzustimmen. Ich bleibe dem Thema Gründen aber auf jeden Fall treu, ich gehe da voll auf. Aktuell verfolge ich auch eine weitere Gründungsidee im Bereich Healthcare. Wir haben ein KI-gesteuertes Pflegeassistenten-Gerät entwickelt. Ich glaube fest daran, dass Sicherio eine positive Zukunft bringen wird. Von Hochschulseite erhalte ich hier auch alle erdenk-

liche Unterstützung. Besonders durch die Gründungsberatung, verschiedene Veranstaltungen, durch die Vernetzung mit den passenden Ansprechpartnern – sogar mein Lieblingsprofessor steht als Mentor an unserer Seite. Ich bin wirklich froh über die vielfältigen Angebote und nutze diese liebend gerne.

**Hast du Tipps für Studierende, die auch Interesse am Gründen haben. Was braucht es deiner Meinung?**

Ein klares Ziel vor Augen, Leidenschaft, Durchhaltevermögen, ein gutes Team – und wichtig: Machergeist und Unterstützung. Keine Angst davor, Fragen zu stellen, kostet nichts, tut nicht weh, ist nur zu deinem Vorteil! Besonders auf die Unterstützung kann man sich an der OTH AW verlassen. Jeder, der den nötigen Willen mitbringt, ist hier bestens aufgehoben. Und dafür bin ich wirklich unglaublich dankbar.

**Ani, vielen Dank für das Gespräch und viel Erfolg.**



© Deniz Tümen

VacciFriend ist ein kreativer Spritzenaufsatz in Form einer Raupe, der Kindern die Angst vor Impfungen nehmen möchte.

Gemeinsam mit zwei Studierenden der OTH Regensburg gewann Ani den 5-Euro-Business Wettbewerb.



© Stefan Durst

# Cheeeeeese

## Die klassische feste Zahnsperre

Vielleicht kennst du sie noch aus deinen Teenager-Jahren. Brackets (kleine Plättchen) werden dabei vorne an die Zähne angeklebt und mit einem Draht verbunden. Durch sanften Druck, der durch den Kieferorthopäden regelmäßig neu reguliert wird, werden die Zähne immer weiter in ihre Wunschposition gerückt. Diese Spange ist sehr auffällig und meist schon auf den ersten Blick sichtbar. Gerade Erwachsene könnten sich hier unwohl fühlen. Durch transparente Brackets und Gummis oder dünnere Drähte wird sie noch etwas unauffälliger.

## Lingualtechnik - die innenliegende Zahnsperre

Sie funktioniert prinzipiell genauso wie die klassische Spange. Jedoch wird diese an den Innenseiten der Zahnreihen angebracht und ist unauffälliger. Auch hier wird durch regelmäßige Anpassungen der Drähte das Ergebnis kontrolliert. Vor allem anfangs kann eine innenliegende Spange das Sprechen beeinflussen – Lispeln ist hier zu Beginn keine Seltenheit.

## Aligner - die dezente Zahnschiene

Mit permanentem sanften Druck werden hier nach und nach die Zähne – mit leichter bis mittlerer Fehlstellung – in die gewünschte Position gebracht. Alle zwei Wochen werden die alten durch anders geformte Schienen ersetzt. Diese sind herausnehmbar und ermöglichen dir so eine ausreichende Zahnhygiene. Die Schienen müssen während der gesamten Behandlung mindestens 22 Stunden am Tag getragen werden. Lediglich zum Essen, Trinken (außer Wasser) und Zähneputzen dürfen sie abgelegt werden. Ausreichende Zahnhygiene ist also kein Problem. Zwischen sechs Monaten und zwei Jahren ist die normale Behandlungszeit.

▼ Von Lea-Mareen Kuhnle

Wer hätte es nicht gerne?  
Ein strahlendes Lächeln  
mit geraden Zähnen. LEO  
klärt, welche Möglichkeiten  
es gibt, wenn der Leidens-  
druck und das Verlangen  
nach schönen Zähnen zu  
groß werden.



**ZAHNARZTPRAXIS**  
Dr. Martina Thaller

📍 Asylstraße 11 | 92637 Weiden  
☎️ Telefon 0961 / 31 77 9  
📠 Telefax 0961 / 38 1 38 53  
✉️ info@zahnarzt-dr-thaller.de

# HAND IN HAND MIT VIEL EXPERTISE

## PRAXIS FÜR KIEFERORTHOPÄDIE AM-BERG DR. HAGE UND DR. MONSCHAU

Vertrauen, Freundschaft und Expertise – das ist das Erfolgsrezept der gemeinsamen Praxis für Kieferorthopädie von Frau Dr. Hage und Frau Dr. Monschau. Sie lernten sich vor einigen Jahren bei einer Fortbildung im Rahmen der Weiterbildung zum Fachzahnarzt kennen. Die Chemie stimmte, der Kontakt intensivierte sich und aus der Freundschaft entstand die Idee der Praxis.

Ein Entschluss, den die Frauen bis heute nicht bereut haben. Durch gegenseitige Unterstützung etablierten sich die Ärztinnen und Mütter je zweier Kinder zu einer renommierten Anlaufstelle für kieferorthopädische Belange. Seit März 2022 sind die Fachzahnärztinnen für Kieferorthopädie nun übergangsweise in der Eglseer Straße in Amberg zu finden. Die Planungen für die neuen Praxisräume laufen derzeit auf Hochtouren. Für Ende 2024 ist der Umzug in die Regensburger Straße geplant.

Den Ärztinnen liegt das Wohl ihrer Patienten besonders am Herzen. Das Behandlungsziel ist nicht immer nur ein strahlend schönes Lächeln. Bei Zahn- und Kieferfehlstellungen ist oftmals eine Korrektur aus funktionellen und



gesundheitlichen Gründen für den Patienten von Bedeutung. Die Funktion des Kiefers wird dadurch gesichert, die Kiefergelenke entlastet und langfristig die Gefahr von Kiefergelenksleiden reduziert. Und: Mit geraden Zähnen fällt die Mundhygiene wesentlich leichter. „Wir sehen unseren Beruf als Berufung. Als Mütter wissen wir genau um die Sorgen anderer Eltern, wenn es darum geht, dass Kinder eine Behandlung beginnen müssen.“ Die Ärztinnen empfinden eine ehrliche Empathie Kindern gegenüber und können ihnen spielerisch die Angst nehmen.

Ein großer Pluspunkt bei der Behandlung ist das abdrucklose Vorgehen, welches für die Patienten besonders schonend ist. Dank modernster digitaler Technik kann die Gebissituation durch einen Intraoralscanner detailgetreu dargestellt werden. Lästige Abdrücke mit sperrigen Löffeln entfallen. Die Praxis deckt das gesamte Spektrum der modernen Kieferorthopädie ab: Neben Kindern und Jugendlichen gibt es zudem vielfältige Möglichkeiten eine Zahnfehlstellung auch im Erwachsenenalter zu korrigieren. Sei es vor geplantem Zahnersatz oder rein aus ästhetischen Gründen. Dabei wird Hand in Hand mit den Hauszahnärzten zusammengearbeitet.

Die Fachzahnärztinnen arbeiten mit herausnehmbaren und festen Spangen, auch mit durchsichtigen Korrekturschienen, die die Zahnbewegung sehr angenehm machen. Die unterschiedlichen Behandlungsmöglichkeiten werden in Ruhe erklärt und besprochen. Gearbeitet wird in Einzelbehandlungszimmern, so dass die Privatsphäre der Patienten zu jeder Zeit gewahrt bleibt. Eine Atmosphäre, in der sich die Patienten wohlfühlen.



**KIEFERORTHOPÄDIE**

A M · B E R G

Dr. med. dent. **Nazin Hage**  
Dr. med. dent. **Conny Monschau**  
Fachzahnärztinnen für Kieferorthopädie

Eglseer Str. 17 | 92224 Amberg

Tel. 09621 | 90 800-0  
Fax 09621 | 90 800-99

[www.kieferorthopaedie-amberg.de](http://www.kieferorthopaedie-amberg.de)  
[info@kieferorthopaedie-amberg.de](mailto:info@kieferorthopaedie-amberg.de)

# Köstliche Leckerbissen

## Rezepte für die Vorweihnachtszeit

Es ist wieder soweit: Die Tage werden kälter, die Klamotten kuscheliger und durch die Küchen zieht wieder der unwiderstehliche Duft von Plätzchen und anderen Leckereien. Die Weihnachtszeit steht bevor. Damit auch deine besinnliche Zeit zum wahren Genuss wird, stellt dir LEO die besten Rezepte vor.

▼ Von Julia Hammer

### Drip-Cake-Plätzchen

#### ZUTATEN (ETWA 25 STÜCK)

200 g Weizenmehl  
½ TL Backpulver  
50 g gemahlene Mandeln  
1 Päckchen Vanillin-Zucker  
50 g Zucker  
10 bis 12 Tropfen Bittermandel-Aroma  
1 Prise Salz  
1 Ei (Größe M)  
1 EL Milch  
100 g weiche Butter oder Margarine  
etwa 100 g Kuvertüre Zartbitter

#### ZUBEREITUNG

Das Mehl mit dem Backpulver in einer Rührschüssel mischen. Die übrigen Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verkneten. Falls der Teig klebt, kurz kalt stellen. In der Zwischenzeit den Backofen auf etwa 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Anschließend den Teig knapp ½ Zentimeter dünn ausrollen und je etwa 25 Plätzchen in drei Größen (Ø zum Beispiel 2, 3 und 4 Zentimeter) ausstechen. Diese auf das Backblech legen und zehn Minuten backen. Während sie abkühlen, kann die Kuvertüre geschmolzen werden. Dann mit einem Teelöffel kleine Kleckse auf die großen Plätzchen geben, so dass Tröpfchen am Rand heruntertropfen. Anschließend die mittleren Plätzchen aufsetzen und diese ebenfalls mit Kuvertüre verzieren und zum Schluss die kleinen Plätzchen aufsetzen. Nach Belieben Zuckerstreusel und Streudekor auf die Drip-Cake-Plätzchen streuen.



© Dr. Oetker

## Weißer Glühwein

### ZUTATEN

500 ml Weißwein  
300 ml Apfelsaft (klar)  
1 Päckchen geriebene Zitronenschale  
1 TL gemahlener Ingwer  
75 g weißer Kandiszucker  
50 ml Orangenlikör

### ZUBEREITUNG

Weißwein, Apfelsaft, geriebene Zitronenschale, Ingwer und Kandis zusammen in einem Topf aufkochen. Den Orangenlikör unterrühren und den Glühwein heiß servieren.



© New Africa - stock.adobe.com

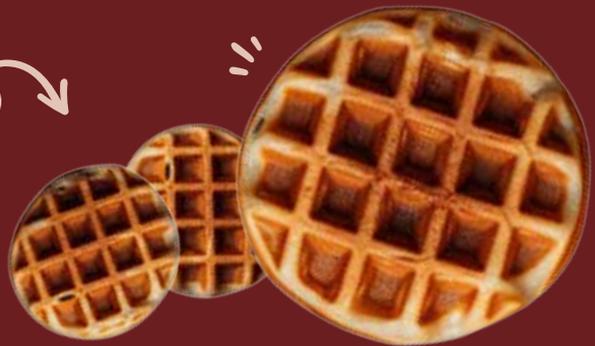
## Waffel-Plätzchen

### ZUTATEN (ETWA 72 STÜCK)

250 g Weizenmehl  
1 ½ TL Backpulver  
1 EL gemahlener Zimt  
½ TL gemahlener Ingwer  
½ TL gemahlene Gewürznelken  
½ TL gemahlene Muskatblüte  
3 Messerspitzen gemahlener Kardamom  
2 Messerspitzen gemahlener Piment  
125 g brauner Zucker  
1 Päckchen Vanille-Zucker  
125 g weiche Butter  
3 EL Milch

### ZUBEREITUNG

Das Mehl mit Backpulver in einer Rührschüssel mischen, anschließend die übrigen Zutaten hinzufügen und mit einem Mixer vermengen. Den Teig in Folie gewickelt 30 Minuten kalt stellen. Das Waffeleisen auf höchster Stufe vorheizen und den Teig vierteln. Jedes Teigstück auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einer Rolle (etwa 36 Zentimeter) formen und dann in etwa zwei Zentimeter breite Stücke schneiden. Dann zu Kugeln formen. Mehrere Teigkugeln in das gefettete Waffeleisen geben und knusprig backen. Die Waffel-Plätzchen auf einem Kuchenrost erkalten lassen. Nach Wunsch vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen – und genießen.



© Christiannjir - stock.adobe.com

CE GR 16 17  
**Brauerei Winkler**  
AMBERG

**Jubilatus-Probierabend 2023**

18.11. im Winkler BräuWirt ab 16:30

# FRISCH HOPFEN



Amberg ist nicht umsonst Bierstadt. Seit 1617 wird im Sudhaus der Brauerei Winkler in der Altstadt Bier gebraut, mittlerweile in der vierten Generation auch unter dem Namen Winkler. Heute haben die Freunde von gutem Bier die Wahl zwischen neun verschiedenen Sorten, diese werden weiterhin regelmäßig von saisonalen Spezialitäten und Sondersuden ergänzt. Allen gemeinsam: die regionalen Zutaten, das handwerkliche Können der Brauer und der ausgezeichnete Geschmack.

Auch in diesem Jahr gibt es wieder ein ganz besonderes Schmankerl für alle Bierfreunde: den Winkler Frischhopfen. Ganz besonders deshalb, weil für diesen die Hopfendolden noch am Tag der Ernte direkt im Brauereikessel der Brauerei Winkler landen. Die Hopfendolden dazu wachsen in der Hallertau. Das grasig-grüne und frische Aroma bekommt der Sondersud eben durch diesen Frischhopfen, der nur drei Stunden nach der Ernte verarbeitet wird. Das ist Frische, die man schmecken kann.

Normalerweise werden die Hopfendolden nach der Ernte sofort getrocknet, weil sie nach vier bis fünf Stunden anfangen, in der Qualität nachzulassen. „Deswegen haben wir auch nur maximal fünf Stunden Zeit“, erklärt Maximilian Winkler. „Eine ganz besondere Herausforderung.“ Doch auch dieses Mal wurde diese vom Winkler-Juniorchef und seinem motivierten Team hervorragend gemeistert. Und den fertigen Sud gibt es wieder in ausgewählten Wirtshäusern und Cafés in Amberg – und natürlich auch in Getränkemärkten oder direkt in der Brauerei zu kaufen.

Gerne kannst du auch in diesem Jahr den Winkler Frischhopfen vorbestellen. Für die Reservierung von Kästen zur Abholung in der Brauerei einfach eine E-Mail mit Namen, Kontaktdaten und Anzahl der Kästen an [mail@brauerei-winkler.de](mailto:mail@brauerei-winkler.de) schicken. Prost.



Braumeister Lukas Götz kontrolliert den Hopfen.

# Geschenke, DIE GLÜCKLICH MACHEN

Schenken ist eine besondere Kunst, die allen ein Lächeln ins Gesicht zaubert – sowohl beim Schenken als auch beim Beschenktwerden. Es ist eine Geste, die Verbindungen und Freundschaften stärkt. Sie erinnert daran, wie wichtig es ist, Zeit und Gedanken in Beziehungen zu investieren. Sei es ein handgeschriebener Brief mit schönen Erinnerungen oder ein maßgeschneidertes Geschenk, das die Hobbys und Leidenschaften des Beschenkten widerspiegelt. Zeige, dass du dir Gedanken und Mühe machst und du hinterlässt einen bleibenden Eindruck. Wie wäre es also mit einem außergewöhnlichen Accessoire, einem aufregenden Erlebnis oder etwas Besonderem für die Wohnung? Lass dich inspirieren und gebe die Freude des Schenkens weiter. Es ist von unschätzbarem Wert und mehr als das Überreichen von Geschenken – es ist das Teilen von Glück und Liebe.

▼ Von Lea-Mareen Kuhnle

Ambergs einzigartige  
**Escape  
show**  
75 Min  
ab 25 €/Pers.  
bei 8 Spielern  
**Gutscheine**

Hotel Fronfeste  
09621 179552  
0151 43369107



Deko, Mode und viele  
andere tolle Geschenkideen  
findet ihr bei uns!



SANITÄTSHAUS HELLBACH  
Emailfabrikstr. 15, 92224 Amberg  
Telefon 09621 | 913285  
Fax 09621 | 913286  
Mail: hellbach.amberg@t-online.de




DECO ECHO

Gruhle Goldschmiede und Uhren  
Schulgasse 10, 92637 Weiden  
Tel. 0961 | 44232  
www.gruhle.com



# SWEATER WEATHER

*Lieblingspullis für jeden Typ*

Wettervorhersage für die nächsten Monate:  
Sweater Weather. Wild gemustert oder doch eher  
ein einfarbiger Kuschelpullover in Grobstrick –  
welcher Sweater bringt dich durch den Herbst  
und Winter?

▼ *Von Isabell-Katrin Diehl*



Chic

Du magst es elegant? Dann greife zu Pullovern mit Details wie Spitze oder Cut-Outs. Off-Shoulder-Varianten geben dem Look Raffinesse.

• Pullover von **SOMETHINGNEW**



Casual

Nicht nur für die Zurückhaltenden: Egal ob Fein- oder Grobstrick, ein einfarbiger Pulli ist ein Must-Have für jeden Kleiderschrank.

• Pullover von **Betty Barclay**



For Men

Mit Zipper oder Kapuze. Casual oder kuschelig in Fleece: Für welchen entscheidest du dich?

• Pullover von **Jack & Jones**



## Fancy



## Winterlich

Warme Pullis mit Norwegermuster oder in kuscheligem Strick sind unersetzlich für die kalten Tage und Winterliebhaber.

- Pullover von **JJXX**

Du magst es eher auffällig? Dann sind Pullover mit wilden Prints und extravaganen Schnitten deine Wahl.

- Pullover von **Noisy May**

Der Pulli für Optimisten ist bunt. Du gibst dem grauen Novemberwetter Farbe und versprühst gute Laune.

- Pullover von **Jake\*s**



## Allrounder



## Oversize

## Unisex



Ein eng geschnittener Rollkragenpullover ist vielseitig einsetzbar und perfekt für Layering-Looks. Das Modell im Loose-Fit lässt sich für einen lässigen Style tragen.

- Pullover von **Armedangels**

Kuschelig für jeden: Hoodies sind Key-Pieces für coole, sporty Outfits und gehen immer.

- Hoodie von **Armedangels**



## Trendig



Fashionistas tragen Streifen. Der maritime Look wird mit Baskenmütze zu „Parisian Chic“.

- Pullover von **PIECES**,  
Mütze von **OBJECT**

## Für Darunter

## Süß



Pullis mit Herzen, Blumen oder in Pastellfarben – manchmal ein bisschen kitschig, aber immer besonders süß.

- Pullover von **OBJECT**

Spitzenunterwäsche unter Strick sorgt für Selbstbewusstsein. Hochgeschlossene Bodys dürfen auch unter deinem Lieblingspullover durchblitzen.

- Dessous von **Hunkemöller**

## NACHHALTIGER

# Winter

**Du liebst den Winter und seine verschiedenen Sportarten, möchtest das Ganze aber etwas nachhaltiger und lokaler halten? Kein Problem. LEO hält drei Sportarten bereit, die du direkt von deiner Haustür aus starten und bei denen du auf eine teure Skilift-Karte verzichten kannst.**

### EISBADEN

#### IN HEIMISCHEN WEIHERN

Im Weiher oder See deiner Wahl kannst du perfekt Eis- oder Winterbaden. Ohne lange Autofahrt und Kosten geht's direkt los. Und das Beste daran? Du bist noch nicht mal auf Schnee angewiesen. Einzig die Temperaturen müssen stimmen – ab fünf Grad Wassertemperatur gilt es offiziell als Eisbaden. Aber auch zwischen sechs und neun Grad ist es kalt genug. Unter drei Grad sollten sich nur Profis ins Nass stürzen, da es hier schnell zu Unterkühlungen kommen kann. Eine Faustregel: Bleibe maximal die Zahl an Minuten im Wasser, die das Thermometer anzeigt.

Beim Eisbaden ziehen sich die Hautgefäße zusammen und das Blut sammelt sich im Körperkern, um die Körpertemperatur zu halten. Nach dem Bad wird dein Körper stärker durchblutet, was sich positiv auf deine Muskeln auswirkt. Der Wechsel von warm und kalt stimuliert dein Immunsystem. Zudem werden durch das Erlebnis Endorphine und Adrenalin freigesetzt. Gleichzeitig wird der Stoffwechsel angeregt – das kann dein Gewicht beeinflussen. Das Eisbaden kann unter anderem auch Gelenk- oder Rückenschmerzen lindern und zu einer strahlenden Haut verhelfen.

**Als Einsteiger solltest du auf einige Punkte achten, um deinen Körper nicht zu überfordern:**

- Ziehe dich nach dem Baden warm an und vermeide das Abkühlen im Freien.
- Gehe mit deinem Kopf nicht unter Wasser und trage eine Mütze.
- Taste dich mit kalten Duschen und Wechselduschen an die Kälte ran.
- Springe nicht ins Wasser, sondern tauche langsam ein.
- Suche dir einen Bade-Partner: Unterstützt euch gegenseitig mental und bei Problemen.
- Atme bewusst, um Körper und Geist in Einklang zu bringen und Schmerzen zu minimieren.
- Schütze deine Füße mit Neoprenschuhen vor der Kälte und halte deine Hände aus dem Wasser.

#### Beachte

Ältere Menschen und Personen mit Herz- und Gefäßerkrankungen sollten darauf eher verzichten.





## FATBIKEN

### AUF SCHNEE

... Schlamm, Matsch und Sand. Auf schwierigen Untergründen fühlt sich das Fatbike besonders wohl. Perfekt für einen schneereichen Winter, in dem man ein neues Fortbewegungsmittel oder Hobby sucht. Das Fahrrad mit besonders großen und breiten Reifen kannst du am heimischen Feldweg oder auch bergab auf einer Skipiste fahren. Mit seinen etwa zehn bis zwölf Zentimeter dicken Reifen kommt es perfekt mit weichem Gelände zurecht. Die niedrig bepumpte Reife des Fatties bieten viel Grip und erleichtern gleichzeitig das Fahren auf Schnee.

### Das Beste

Im Frühling, Sommer und Herbst muss dein fettes Bike nicht im Keller verstauben. Auf anderen weichen Untergründen wie Schlamm und Matsch kannst du es ebenso perfekt benutzen.

### Diese Tipps machen dir das Einsteigen ins Fatbiken einfach:

- Beachte, dass Fatbikes schwer und somit vor allem beim Anfahren etwas träge sind.
  - Fahre lieber mit einem E-Motor, wenn du längere Strecken zurücklegen willst und ungeübt bist.
  - Leihe dir zum erstmaligen Testen ein Bike aus.
  - Fahre keine langen Strecken auf Asphalt – das kann anstrengend werden.
  - Trage wintertaugliche Outdoor-Kleidung wie Softshell-Hosen und -Jacken.
  - Setze auf einen Helm, Skibrille, bequeme Schuhe und warme Skihandschuhe.
  - Vermeide unbekanntes Tiefschnee – 30 Zentimeter und tiefer ist mit dem Fattie nicht fahrbar.
- Gehe als Einsteiger kürzere Touren und nur auf Pisten. Bleibe dabei am Rand der Skipiste.
  - Schließe dich mit einem Freund zusammen und unterstütze euch gegenseitig im Notfall.
  - Lasse beim Tourengehen die Ski immer im Kontakt zum Boden. Wenn du deine Füße nicht anhebst, läuft es sich einfacher.
  - Benutze eine Stirnlampe, wenn du bei Nacht eine Pistentour gehen möchtest.
  - Nimm bei fortgeschrittenen Touren einen Rucksack mit Lawinenschaufel, Sonde, Erste-Hilfe-Set inklusive Rettungsdecke und ein Lawinenschutzgerät (LVS) mit.
  - Prüfe die Lawinen- und Wetterlage und übe für den Notfall die Suche nach Verschütteten mit deinem LVS.

## SKITOURENGEHEN

### SKIFAHREN GANZ OHNE SKILIFT

Skifahrer und Snowboarder sind immerzu auf den Skilift angewiesen. Skitourengänger hingegen machen sich – mit ihren Skiern unter den Füßen – bergaufwärts auf den Weg und belohnen sich nach ihrem harten Anstieg mit einer Talabfahrt. Und dabei bist du nicht auf die großen Berge angewiesen. Auch am Arber, Ochsenkopf im Fichtelgebirge oder Fahrenberg in Waldthurn kannst du diesem Sport nachgehen. Eine gute Ausdauer und trainierte Beinmuskulatur sind hier von Vorteil. Zudem solltest du bereits Skifahren können, um die Abfahrt so richtig zu genießen. Die passenden Tourenski inklusive Schuhe und Bindung sind das A und O. Auch Tourenstöcke und Felle, damit du mit dem Skiern beim Aufstieg nicht abrutschst, sind wichtig. Lass dich hier am besten im Fachhandel beraten oder leihe dir zunächst eine Ausrüstung aus.

### Übrigens

Ab 2026 wird das Skitourengehen olympisch und ist dann ganz offiziell Teil der Olympischen Spiele in Mailand und Cortina.



Julia Schönberger tanzt ... für ihr Leben gern. Und das am liebsten zu Afrobeats im gleichnamigen Tanzstil. Diese Leidenschaft wurde zuletzt durch einen Auftritt mit Peter Fox auf dem Superbloom Festival in München gekrönt.

# Showdown auf der Bühne

▼ Von Lea-Mareen Kuhnle





„Keiner hat es drauf wie du, uh ... oder hat genau so Moves, ey“, singt Peter Fox in einem seiner neuesten Hits – Julius Lieblingslied – „Tuff Cookie“. Gemeint sind die Afrobeats-Moves, zu der seine Musik einlädt. Energiegeladen. Durchdringende Trommeln. Autotunelastige Elektro-Beats. Seit einigen Jahren werden dieser Musikstil und die dazugehörigen Bewegungen in der Tanzcommunity immer beliebter. Eine, die diese Moves drauf hat, ist Julia. Die 24-jährige tanzt nicht nur erfolgreich in einer Weidener Tanzschule, sondern war zuletzt auch auf der Bühne mit ihrem großen Star.

„Ich habe als Kind schon immer gerne getanzt und wurde mit acht Jahren in der Tanzschule angemeldet“, erzählt Julia. Nach einer Pause im Jugendalter und dem Wechsel in eine neue Tanzschule, der „Dance Kids Family“ in Weiden, startet sie in diesem Jahr voll durch: regionale und überregionale Auftritte, Wettkämpfe. „Ich tanze schon immer Hip-Hop. In meiner alten Tanzschule gab es damals einen Afrobeats-Workshop und da kam ich auf diese Tanzrichtung.“ Seitdem verfeinert Julia ihren Stil immer mehr. Dazu trainiert sie zwei Mal in der Woche ein bis zwei Stunden – vor Wettkämpfen auch mal mehr.

## Von Auftritten und Wettkämpfen

Gemeinsam mit ihrer Tanzpartnerin startete sie dieses Jahr als Duo bereits bei sechs verschiedenen Wettkämpfen. Bei der Süd- und der Ostdeutschen Meisterschaft ertanzten sie sich in der B-Kategorie jeweils den 1. Platz. „Man wird zuerst in die Kategorien eingeteilt: Masterclass, A-, B-, C-Kategorie ... da

meine Tanzpartnerin jünger als ich ist – also unter 18 – und wir erst seit Anfang des Jahres zusammen tanzen, ist der 1. Platz in der B-Kategorie ganz gut. Wir haben uns mega gefreut“, erzählt Julia. Damals ging es mit einer Medaille und einer Urkunde wieder nach Hause.

Die verschiedenen Duos tanzen bei Wettkämpfen zunächst alle gleichzeitig zu einem unbekanntem Lied. „Wir bereiten vorher unsere Choreo vor und wenn man die Schritte richtig einzählt, ist es schon tricky – aber machbar und man kann dann zu jeder Musik tanzen“, erklärt die Tänzerin. Währenddessen findet die Einordnung nach Leistungsstufe in die verschiedenen Kategorien statt. In einer zweiten Runde müssen die Duos wieder zu einem unbekanntem Lied tanzen. Wieder alle gleichzeitig – diesmal aber nur mit den Konkurrenten aus der gleichen Kategorie. „Die drei Jurymitglieder gehen vor der Bühne nach links und rechts, auf und ab und gucken alle Teams genau an“, erzählt Julia. Anschließend wird entschieden, wer welchen Platz belegt.

Bei der Deutschen Meisterschaft war es dann schon etwas schwieriger: „Es waren so an die 20 Erwachsenen-Duos – die tanzen anders als die Kids und Jugendlichen bei der Süd- und Ostdeutschen Meisterschaft.“ Julia geht auf die Unterschiede beim Tanzstil, ein: mehr Groove, nicht so viel Power, weniger Pausen, mehr Bodenteile. „Insgesamt tanzen die Erwachsenen lässiger und gleichzeitig schwieriger. Wenn neben dir einer einen Flickflack macht, dann schaut die Jury wahrscheinlich eher nicht auf dich, wenn oder obwohl du im Team gerade super synchron tanz.“ Aber Julia resümiert: „Wir haben uns das angeguckt und wissen, was wir nächstes Jahr anders und besser machen müssen.“

## Afrobeats auf dem Festival

Als Peter Fox dieses Jahr Tänzer und Fans dazu aufrief, sich als Bühnentänzer für seine Shows zu bewerben, war Julia direkt Feuer und Flamme: „Ich war schon immer Peter Fox Fan – schon als Kind – und dass er jetzt in Richtung Afrobeats gegangen ist, ist noch besser.“ So kam sie direkt der Aufforderung nach und schickte ihr Bewerbungsvideo, in dem sie zu zwei seiner Lieder tanzt, an sein Team. „Ich habe recht lange nichts gehört, aber nicht locker

gelassen und irgendwann kam die Zusage.“ Und somit ging es für Julia auf Superbloom Festival nach München. „Das war ein riesengroßes Highlight, weil es das Tanzen und meine Begeisterung für Peter Fox verbunden hat“, schwärmte sie freudestrahlend.

Mit etwa 50 bis 60 anderen Tänzerinnen teilte die Weidenerin dann am 2. September die Bühne. „Wir sollten uns locker bewegen, Spaß haben, miteinander tanzen und den Zuschauern zeigen, dass sie auch locker sein können“, erzählt Julia. „Zwischen uns waren auch Tänzer seiner Crew, die Soloparts im Scheinwerferlicht hatten – während-

dessen mussten wir in die Hocke.“ Julia stand neben einem dieser Tänzer. „Ich konnte mir nochmal einiges abgucken – Mimik, Bewegungen – und er hat mich auch von einem meiner TikToks wiedererkannt, das ich im Vorfeld zum Thema gemacht hatte.“ Und auch an einen kam Julia ganz nah ran: Peter Fox. „Er hat zu uns allen als Gruppe geredet, allen High Fives gegeben, ein Gruppenbild gemacht und sich Zeit genommen.“

## Selbstbewusst durch Tanzen

„Ich möchte das wieder machen. Vielleicht nicht auf Dauer, aber ich will nochmal auf die Bühne – auch für andere Musiker“, sagt Julia. Sie träumt davon ihre Solo-Tanzkarriere weiter auszubauen, selbstbewusst auf der Bühne zu stehen und Erfahrungen zu sammeln. „Ich möchte auch mit meinen TikToks mehr Leute erreichen – auf meinem Account ‚xjulezx‘ dreht sich alles ums Tanzen.“

Gleichzeitig möchte Julia weiterhin als Duo auf Meisterschaften fahren und gute Plätze erreichen. „Ich kann mich auf meine Tanzpartnerin total verlassen und das ist das Wichtigste.“ So trainieren die beiden seit kurzer Zeit selbst zwei Tanzgruppen in unterschiedlichen Altersklassen. „Das hätte ich mir alles noch vor einem Jahr nicht zugetraut“, sagt Julia. Durchs Tanzen kam Julia an ein ganz neues Selbstbewusstsein: „Ich war und bin teilweise noch sehr schüchtern, aber das Tanzen und dass meine neue Tanzschule mich so pusht und an mich glaubt, macht mich selbstbewusster – beim Tanzen, im Alltag, beim Style.“ Wichtig ist dabei eins: „Dran bleiben! Es ist nicht immer alles perfekt. Überall gibt es Hochs und Tiefs. Und wer die Musik fühlt, braucht auch nicht zwingend eine Choreo.“

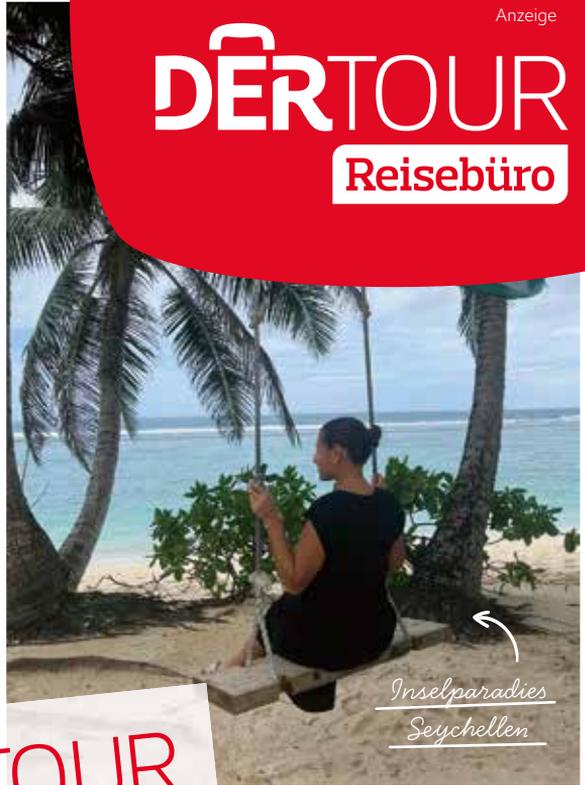


„Das hätte  
ich mir  
alles noch  
vor einem  
Jahr nicht  
zugetraut.“





*Safari in der  
Serengeti*

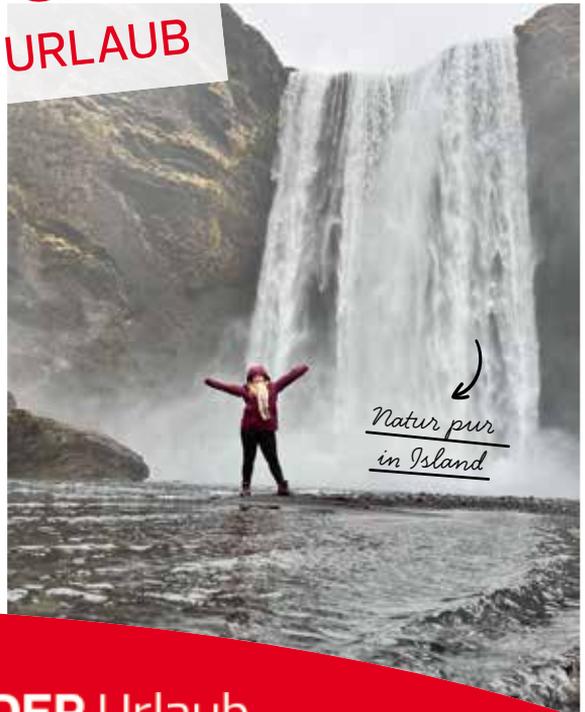


*Inselparadies  
Seychellen*

## DER TOUR MACHT URLAUB



*Big-Apple: Immer  
eine Reise wert*



*Natur pur  
in Island*

Nicht irgendein Urlaub. **DER** Urlaub.

**BESTE BERATUNG IN IHREN DERTOUR REISEBÜROS**

**Amberg:** Tel. 09621-12057 | amberg1@dertour-reisebuero.de

**Schwandorf:** Tel. 09431-71510 | schwandorf1@dertour-reisebuero.de

**Weiden:** Tel. 0961 -5071 | weiden1@dertour-reisebuero.de

LEO

HÖRT



**MICHAEL DANDORFER**

**ART OF EMOTION**

„**ICH MÖCHTE DAZU EINLADEN,  
DIE AUGEN ZU SCHLIESSEN  
UND EINFACH MAL NUR  
ABZUSCHALTEN UND ZU TRÄUMEN!**“



**HÖRPROBE**

**Michael Dandorfer ist bekannt für sein leidenschaftliches und virtuoses Gitarrenspiel. Neben seinen vielen Bandprojekten hat er sich seit einigen Jahren dem Fingerstyle verschrieben – der Verbindung von Melodie, Rhythmus und Begleitung, gleichzeitig gespielt auf nur einer Gitarre. Und so steht der Amberger inzwischen auch regelmäßig als Solokünstler auf der Bühne.**

**Wann ging es los mit dir und der Gitarre?**

In sehr jungen Jahren habe ich erst einmal damit begonnen Klavier zu spielen. Ich komme ja aus einer sehr musikalischen Familie, mein Vater ist Pianist. Als ich dann zwölf war, lag plötzlich eine Gitarre unter dem Weihnachtsbaum. Gewünscht hatte ich mir die nicht, aber mein Vater dachte, die passe zu mir. Wenn ich heute darüber nachdenke, war das ja schon eine wahnsinnige Lebensweiche, die da gestellt wurde.

**Wann hast du denn gemerkt, dass das eine Liebe fürs Leben wird?**

Ich war schon immer jemand, der sehr viel geübt hat. Und so habe ich es tatsächlich geschafft, zwei Jahre später meine erste Band zu gründen – zusammen mit Freunden aus der Schule. Mit 14 habe ich mein erstes Konzert gespielt. Und das ging dann einfach so weiter, ich bin in viele Projekte einfach reingerutscht. Da war ich wohl auch einfach sehr oft zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Für mich war schon sehr früh klar, dass ich diesen Weg auch beruflich gehen will. Nach dem Abi habe ich mich erst einmal bei allen möglichen Hochschulen und Berufsfachschulen für Musik beworben, bin dann in Dinkelsbühl gelandet und habe eine dreijährige Ausbildung zum staatlich geprüften Leiter der Populärmusik gemacht. Dann bin ich auch schon bei Grand Slam eingestiegen und war mit der Band auf Tour in ganz Europa unterwegs.

**Seit einiger Zeit stehst du nun auch allein auf der Bühne. Wie kam es dazu?**

Das wollte ich schon immer machen, denn das ist eine wahnsinnig schöne und emotionale Sache. Wenn man alleine auf der Bühne steht, begibt man sich sozusagen auf den Präsentierteller. Das war für mich eine ganz neue Erfahrung, aber es macht unglaublich viel Spaß.

**Im März hast du deinen ersten Song „Grunge“ releast, der richtig gut ankam. Ist demnächst auch ein Album geplant?**

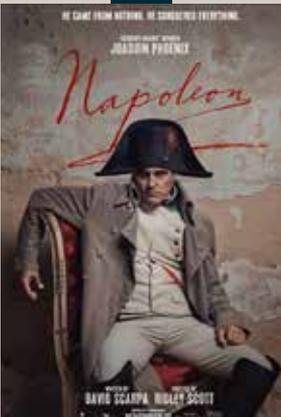
Ein Album ist nicht geplant, zumal die Leute ja auch keine Alben mehr kaufen (lacht). Die meisten haben nicht mal mehr einen CD-Player. Deswegen werde ich jetzt einige Songs der Reihe nach veröffentlichen. Ich habe da schon wieder einiges Neues am Start und bin gerade am Aufnehmen.

**Und wo kann man dich in der nächsten Zeit live erleben?**

Am 11. November spiele ich natürlich wieder mit Volker und den Folgsamen beim Faschingsbeginn in Amberg, abends stehe ich dann zusammen mit Felix Gleixner im Stadttheater auf der Bühne. Dann bin ich mit der Weihnachtsshow „A Very Special Christmas“ auf Tour, im Dezember spiele ich im Atelier Teufelsbäck. Gerade habe ich ein Konzert in Wien für nächstes Jahr ausgemacht, da bin ich auch schon wahnsinnig gespannt.

**Gibt es noch etwas, auf das du dich schon besonders freust?**

Der Tontechniker, der auch meine Single gemischt hat, hat ein ganz tolles Studio in England. Da will ich auf jeden Fall demnächst hin und Aufnahmen machen – vielleicht auch einen kleinen Konzert spielen.



# KINO NEUSTARTS

Grausame Spiele, ein mächtiges Superheldinnen-Team und ein hartnäckiger historischer Heerführer. Im November dürfen sich Fans über zahlreiche Filmhighlights wie den Horrorstreifen „Saw X“ und „The Marvels“ freuen. Vielversprechend sind auch alle anderen Neustarts.



Die LEO-Kinotipps präsentiert von

**CINEPLEX**  
AMBERG

## ABENTEUER

Gute Neuigkeiten für alle Fans: Die Hunger Games sind zurück. In „**Die Tribute von Panem – Das Lied von Vogel und Schlange**“ (Kinostart: 16. November) erleben die Zuschauer den Aufstieg von Präsident Snow und die Anfänge der gefürchteten Hungerspiele. Im Zentrum steht der 18-jährige Coriolanus (Tom Blyth). Er ist für seine Familie Snow die letzte Hoffnung, nachdem sie in den Kriegsjahren ihren Wohlstand verlor. Als er zum Mentor von Lucy Gray Baird (Rachel Zegler), einem Mädchen aus dem verarmten Distrikt 12, wird, sieht er die Chance, sein Schicksal zu ändern. Denn obwohl Distrikt 12 schlechtere Chancen auf den Sieg hat, zieht Lucy schnell die Aufmerksamkeit des Kapitols auf sich. Der Film basiert auf dem Roman „Die Tribute von Panem X – Das Lied von Vogel und Schlange“ von der Schöpferin der Reihe Suzanne Collins.

## HORROR

Willst du ein Spiel spielen? Dann bist du bei „**Saw X**“ (Kinostart: 30. November) genau richtig. Nach dem Quasi-Neustart mit „Saw: Spiral“ geht es zurück zu den Wurzeln. Dabei ist der neueste Teil keine eigentliche Fortsetzung, sondern springt in der Zeit zurück. Und was wäre eine Rückkehr in alte Zeiten ohne John Kramer?

Erneut schlüpft Tobin Bell in die Rolle des Jigsaw-Killers und lebt seine perfiden Vorstellungen von Strafe aus. Dieses Mal wird es dabei sehr persönlich, denn der todkranke Kramer, dessen Krebs-Erkrankung immer weiter voranschreitet, rächt sich an jenen Ärzten, die ihm eine experimentelle Behandlungsmethode versprochen, dem sterbenskranken Mann aber letztlich nur Geld aus der Tasche gezogen haben. Für diesen Betrug sollen sie nun in „Saw“-typischer Manier büßen ... Mit Kevin Greutert hat zudem ein echter „Saw“-Veteran auf dem Regiestuhl Platz genommen, der schon „Saw VI“ und „Saw VII“ inszenierte.

## SCIENCE FICTION

Captain Marvel ist zurück. Diesmal holt sich Carol Danvers (Brie Larson) in „**Captain Marvel 2 – The Marvels**“ (Kinostart: 9. November) weitere Superhelden-Kolleginnen ins Team. Carol hat ihre Identität von den tyrannischen Kree zurückerobert und Rache an der Obersten Intelligenz genommen. Die unbeabsichtigte Folge ihrer Tat ist jedoch, dass Carol die Last eines instabilen Universums auf sich nehmen muss. Sie wird mit einem mysteriösen Wurmloch konfrontiert, wodurch sich ihre Kräfte plötzlich mit denen von Superfan Kamala Khan aus Jersey City aka Ms. Marvel (Iman Vellani) verweben.

Auch mit ihrer entfremdenden Nichte, der jetzigen S.A.B.E.R.-Astronautin Captain Monica Rambeau (Teyonah Parris), tauscht sie immer wieder unfreiwillig die Plätze. Das ungleiche Trio muss lernen, an einem Strang zu ziehen, denn nur gemeinsam können sie das Universum retten.

## DRAMA

Vom Kriegsheer zum Kaiser ... bis zum bitteren Ende. Im Historiendrama „**Napoleon**“ (Kinostart: 23. November), inszeniert von Regisseur Ridley Scott, mimt Hollywood-Star Joaquin Phoenix eindrucksvoll den historischen Heerführer Napoleon. Während der hartnäckige Napoleon Bonaparte in kürzester Zeit zum Kaiser von Frankreich aufsteigt, erobert er gleichzeitig das Herz von Joséphine de Beauharnais (Vanessa Kirby). Im Mittelpunkt stehen dabei nicht nur Napoleons taktisches Genie und seine großen Schlachten. Aus der Sicht seiner einzig wahren Liebe wird vor allem die unbeständige, destruktive Beziehung beleuchtet, die Napoleon in einen aussichtslosen Kampf um ihre Anerkennung und an den Rand der Zerstörung bringt. Die Dreharbeiten zu Napoleon begannen im Februar 2022. Der Cast drehte unter anderem in der englischen Stadt Lincoln, in Northamptonshire und auf Malta.

## WEITERE KINONEUSTARTS IM NOVEMBER

- „**Anatomy of a Fall**“: Thriller – Kinostart: 2. November
- „**Sound of Freedom**“: Drama – Kinostart: 9. November
- „**Das stille Mädchen**“: Drama – Kinostart: 16. November
- „**Wish**“: Komödie – Kinostart: 23. November
- „**The Great Escaper**“: Biografie – 23. November
- „**Auf dem Weg**“: Drama – Kinostart: 30. November

Alle Angaben ohne Gewähr

# LEO STERNE



## WASSERMANN (21.1. bis 19.2.)

Von wegen Grau in Grau. Bei dir wird es in diesem Monat ganz schön bunt. Du kannst jetzt dein Leben in vollen Zügen genießen, deine Freunde und Bekannten staunen nur noch über dein Glück.



## ZWILLINGE (21.5. bis 21.6.)

Gemeinsam statt einsam. Du solltest aufhören, ständig mit anderen in einen Wettstreit zu treten, und dich stattdessen lieber mit deinen Kollegen zusammentun. Gemeinsam könnt ihr so einiges erreichen.



## WAAGE (24.9. bis 23.10.)

Keine Chance verpassen. Du bist gerade hin- und hergerissen. Aber eigentlich weißt du doch ganz genau, was du willst. Und es wäre ganz schön dumm, diese Wahnsinnsgelegenheit sausen zu lassen.



## FISCHE (20.2. bis 20.3.)

Zeit zum Reden. Auch wenn es dir im Moment alles andere als leicht fällt, solltest du jetzt aus dir heraus kommen und jemanden ehrlich sagen, was denn nun los ist. Das ist schon lange überfällig.



## KREBS (22.6. bis 22.7.)

Raus aus der Wohnung. Du neigst im Moment immer mehr dazu, dich zu verkriechen und es dir auf dem Sofa gemütlich zu machen. Abenteuer erlebt man aber nicht zuhause, sondern nur draußen.



## SKORPION (24.10. bis 22.11.)

Mehr Freiraum. Hör auf damit, die Menschen um dich herum immer wieder kontrollieren zu wollen. Entspann dich und lass sie ihre Probleme selbst lösen. Das macht das Leben wesentlich entspannter.



## WIDDER (21.3. bis 20.4.)

Nur die Ruhe. Alles funktioniert jetzt von selbst, du kannst also getrost einen Gang runterschalten. Es gibt keinen Grund, dich zu stressen. Nutze die Zeit, um dir einmal selbst etwas Gutes zu tun.



## LÖWE (23.7. bis 23.8.)

Bauch statt Kopf. Bei einer wichtigen Entscheidung solltest du dich jetzt voll und ganz auf deine Intuition verlassen. Es ist ganz egal, was andere sagen. Denn du musst schließlich glücklich werden.



## SCHÜTZE (23.11. bis 21.12.)

Schluss mit den Missverständnissen. Wieder einmal verstehen dich die Leute falsch, weil du deine Gefühle nicht klar genug ausgedrückt hast. Rede also Tacheles und mache deinen Standpunkt klar.



## STIER (21.4. bis 20.5.)

Genug gelitten, auf geht's. Schließlich macht jeder einmal Fehler. Die gute Nachricht ist: Mit vollem Einsatz und Verstand kannst du nun einiges wieder gutmachen und alle von dir überzeugen.



## JUNGFRAU (24.8. bis 23.9.)

Fuß von der Bremse. Hör auf damit, dir von kleinen Hindernissen deinen Plan verlangsamen zu lassen. Du weißt schließlich genau, was du willst. Und nie war die Zeit besser, dein Ziel zu erreichen.



## STEINBOCK (22.12. bis 20.1.)

Mut zur Veränderung. Es ist an der Zeit, dich von Dingen zu trennen, die schon lange nicht mehr zu dir und deinem Leben passen. Nichts ist für immer, manchmal muss man auch loslassen können.

# ERLEBE DEINE REGION

Du hast Lust auf Konzerte, Märkte, Theateraufführungen oder andere kulturelle und musikalische Highlights? Dann bist du hier genau richtig! Scanne die Codes und finde heraus, welche besonderen Veranstaltungen dich in der Region erwarten.



© Patrick Daxenbichler - stock.adobe.com



ALLE VERANSTALTUNGEN  
DER JEWEILIGEN STÄDTE  
FINDEST DU HIER IM ÜBERBLICK.



AMBERG



SCHWANDORF

KULTURAMT  
AMBERG



SULZBACH-  
ROSENBERG



LANDESTHEATER  
OBERPFALZ

NT-TICKET



WEIDEN

## RALF WINKELBEINER

„BUNT“

Ralf Winkelbeiner ist dafür bekannt, sein Publikum mit seinem überaus trockenen und spontanen Humor ab der ersten Minute mit auf eine Reise durch den Wahnsinn des Alltags zu nehmen. „Bunt“ heißt sein nagelneues Programm und der Name verrät schon alles. In seinem Potpourri der menschlichen Schwächen und Unzulänglichkeiten lässt er quer durch alle Themen nichts aus. Seine Sichtweisen auf alltägliche Sachverhalte, vorgetragen in bayerischer Mundart, lösen Lachsalven aus. Karten gibt es beim NT-TicketService (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Freitag, 24. November | 20 Uhr  
VAZ Pfarrheim | Burglengendorf



## TOM & BASTI

„ZEITLANG“



Freitag, 17. November | 20 Uhr  
Josefsheim | Mitterteich

Pünktlich zum 20. Bühnenjubiläum erscheint das neue Konzertprogramm und die gleichnamige CD „Zeitlang“. Die Mauthler Volkssänger nutzten die spielfreie Lockdown-Zeit und machten sich daran, einen waidlerischen Blick auf die Welt zu werfen. Dabei werden Alltagssituationen, Lebenswürdigkeiten und Eigenheiten im Kosmos Dorf in Wort und Ton auf die Schippe genommen. Mit ihrer humorvollen aber teils nachdenklichen Art geben die Musiker Einblick in eine Idylle, die durchaus von Ungereimtheiten durchzogen ist. Karten gibt es beim NT-TicketService (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

## WOID WOIFE

DER MIT DEN WALDTIEREN SPRICHT

Rothirsch und Luchs steht er Auge in Auge gegenüber, ein junges Hermelin fotografiert er aus drei Metern Entfernung, mit Giftschlangen geht er auf Tuchfühlung und Rehe grasen neben ihm. Es sind Momente bemerkenswerter Verbundenheit, die für Wolfgang Schreil zu den glücklichsten seines Lebens zählen. Die Medien nennen ihn deshalb immer wieder den „Waldtierflüsterer“. Der Woid Woife zeigt den Wald und seine Bewohner aus Blickwinkeln, die Spaziergängern verborgen bleiben. Er schildert seine Erfahrungen und lehrt die Geheimnisse des Waldes. Karten für den Abend zugunsten des Tierschutzhofes Oberpfalz gibt es im KopierShop24 in Schwandorf oder an der AVIA-Tankstelle in Teublitz.

Samstag, 25. November | 20 Uhr  
VAZ Pfarrheim | Burglengendorf





| Verlosung

LEO verlost 1 x 2 Karten. Ruf an unter **01378 - 80 32 32\*** und nenne das Stichwort **TINTE** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 12.11.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

\*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.  
Datenschutz unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen). Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.



© Holger Matthies



# CHIN MEYER

„GRÜNE KOHLE“

Dass Finanzkabarett auch lustig sein kann, beweist uns Chin Meyer. Schonungslos entlarvt er unsere Märchen um nachhaltige Lebens- und Finanzlügen und stellt sich der Frage: Rettet Geld die Welt? Oder überlebt am Ende doch nur bunt bedrucktes Papier? Mit Finanzprofis wie Steuerfahnder Siegmund von Treiber, Chin Meyers Kultfigur aus dem bayrischen Fernsehen, und anderen zwielichtigen Geld-Gurus surft der Satiriker nicht nur durch die bunte Welt nachhaltiger Investitionen, sondern verleiht auch dem allgemeinen Wahnsinn gesellschaftlichen Lebens wieder die nötige Dosis humorvoller Distanz. Karten gibt es beim NT-Ticketervice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Sonntag, 26. November | 19.30 Uhr  
Mehrzweckhalle | Windischeschenbach

# TINTE & TERZ

LATENIGHT MIT NORA GOMRINGER

Nora Gomringer, ihres Zeichens Lyrikerin, Rezitatorin und Gewinnerin des Ingeborg-Bachmann-Preises, lädt erneut in den Bühnenraum des Stadttheaters ein. Mit je einem literarischen Gast und der klanglichen Umrahmung durch eine Überraschungsband entführt sie das Publikum in das Zwischenzeitliche. Charmant und wortgewandt wie eh und je moderiert sie diese 90-minütigen Abende, an denen alles ein wenig anders sein kann, aber nicht muss. Ihr Gast dieses Mal: Schriftsteller Martin Beyer, dessen Roman „Tante Helene und das Buch der Kreise“ 2022 erschien. Karten gibt es in der Tourist-Information Amberg (Telefon 09621/10-239).

Donnerstag, 16. November | 20 Uhr  
Stadttheater | Amberg



© Petra Kellner

**CINEPLEX AMBERG**

TRÄSCH NIGHT

...wir zeigen sie trotzdem!

für nur  
**6,66 €**  
inkl. Getränk

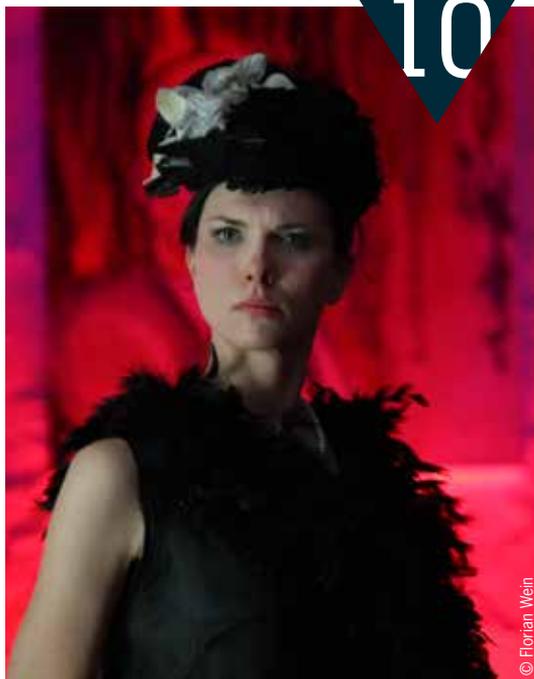
17.11. // Sharknada: The 10th Anniversary Edition  
Infos und Tickets unter: [www.cineplex.de/amberg](http://www.cineplex.de/amberg)

# DAS GEHEIMNIS DER BLUTGRÄFIN

DINNER MIT KILLER – DER VAMPIR-MYTHOS

Als Gast wirst du in das Jahr 1971 in die slowakischen Karpaten transportiert, wo du dich auf Schloss Schächitz wiederfindest. Hier trieb Ende des 16. Jahrhunderts Elisabeth Bárhory ihr Unwesen. Auch heute wird sie noch Blutgräfin genannt und wurde gar zur Vorlage für zahlreiche Vampirgeschichten. Sie soll über 600 Dienstmädchen umgebracht haben, um sich auf ewig jung zu halten. Der Überlieferung nach soll sie im Blut der Mädchen gebadet haben. Nachdem das Schloss viele Jahre unbewohnt war, leben dort heute wieder Nachfahren der Báthory. Die Familie serviert dir ein köstliches 4-Gänge-Menü, das allerdings von einem grausamen Verbrechen überschattet wird ... Karten für das Krimidinner gibt es beim NT-TicketService (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Freitag, 17. November, und Freitag, 24. November | 19 Uhr  
Krämerhof | Kulz bei Thanstein



© Florian Wein



## WORK – LIFE – FRAUENPOWER

Es sind weiterhin überwiegend Frauen, die der Mehrfachbelastung durch Beruf, Erziehung der Kinder, Pflege von Angehörigen und Haushalt ausgesetzt sind. Die Work-Life-Balance ist da meist nicht mehr ausgeglichen und es ist eine Menge Frauenpower gefragt um dies alles zu stemmen.

Das war Anreiz für die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Weiden und der Jobcenter Weiden-Neustadt und

Tirschenreuth eine Vortragsreihe zu organisieren, die für Frauen relevante Themen und Lebensbereiche in den Fokus nimmt.

Am **Donnerstag, 16. November 2023** findet der letzte Workshop dieser Veranstaltungsreihe statt. Birgit Barth, auch bekannt als Schreibtschnanny® referiert in einem Vortrag zum Thema **Empowerment & Selbstbewusstsein**. Frauen erfahren, wie sie ihr Selbstvertrauen stärken können, wie ihnen der

Anzeige

 **Bundesagentur für Arbeit**  
Agentur für Arbeit Weiden

Selbstwertbooster für ihren beruflichen und privaten Erfolg weiterhilft, wie sie ihre Körpersprache richtig einsetzen und mehr Präsenz durch Gelassenheit erlangen. Denn Selbstbewusstsein ist die Basis einer überzeugenden Persönlichkeit. Das richtige Selbstbewusstsein entscheidet über Selbstwert, Selbstvertrauen und Souveränität.

Der Vortrag aus der Reihe „work-life-Frauenpower“ ist für alle interessierten Frauen und findet am Donnerstag, 16. November 2023 um 9.30 Uhr im Jobcenter Tirschenreuth statt.



**Die Veranstaltung ist kostenlos.**  
Anmeldung bitte unter  
[Weiden.BCA@arbeitsagentur.de](mailto:Weiden.BCA@arbeitsagentur.de)



Donnerstag, 11. November | 20 Uhr  
Bühnenraum Stadttheater | Amberg



## | Verlosung

LEO verlost 1 x 2 Karten. Ruf an unter **01378 - 80 32 27\*** und nenne das Stichwort **FELIX** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 08.11.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

\*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen). Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

# FELIX GLEIXNER & FRIENDS

## MUSIK ZUM ZUHÖREN UND MITWIPPEN

Spätestens seit seiner Zeit bei „Deutschland sucht den Superstar“ dürfte ihn inzwischen jeder kennen: Musiker Felix Gleixner. Mit seinen bisherigen musikalischen Begleitern aus der Region gibt er ein kleines und exklusives Privatkonzert in der wunderschön beleuchteten Kulisse des Amberger Stadttheaters. Neben eigenen Songs wird er seine persönlichen Lieblingslieder zum Besten geben – und das sowohl solo als auch im Duett und mit musikalischer Begleitung. Karten gibt es in der Tourist-Information Amberg (Telefon 09621/10-239).



# SCHENKT EUCH MOMENTE.

Wo euch Weihnachten  
überrascht – mit allem, was  
das Fest unvergesslich macht.

FREUT EUCH DRAUF 27.11. – 24.12.

**ROTMAN-CENTER**  
BAYREUTH

# DOPPELT LEBEN HÄLT BESSER – TAXI, TAXI

TURBULENTE KOMÖDIE VON RAY COONEY

Zwei Adressen, zwei Ehefrauen – aber nur ein Ehemann. In frecher Harmonie lebt der Taxifahrer und Bigamist John Smith friedlich mit zwei Ehefrauen an zwei verschiedenen Adressen. Er führt einen exakten Stundenplan mit kryptischen Abkürzungen, die nur er versteht und schafft es, seine Aufenthalte bei den Damen so zu koordinieren, dass keine der beiden sein Spielchen durchschaut. Solange, bis er eines Abends einen Unfall mit seinem Taxi hat und beide Frauen unabhängig voneinander die Polizei um Hilfe bitten. Die beiden etwas übereifrigen Polizeiinspektoren Troughton und Porterhouse bringen Johns Doppelleben gewaltig ins Ungleichgewicht. Karten gibt es im Ticketbüro des Landestheaters Oberpfalz (Telefon 09659/9310-0, E-Mail info@landestheater-oberpfalz.de).

Freitag, 3. November,  
Samstag, 4. November,  
Sonntag, 5. November | 20 Uhr  
Stadthalle | Vohenstrauß

10% Rabatt mit der Vorteilscard (gilt nur im Vorverkauf bei den Ticketschaltern von Der neue Tag und Amberger Zeitung)

oberpfalz medien präsentiert

Das Beste vom Besten

**Amigos** DANIELA Alfinito



So., 03.03.24 ACC AMBERG

VVK: SchlagerTickets.com, Der neue Tag Weiden  
Tel. 0961-85550 & an allen bek. VVK-Stellen.

50 Jahre Schlager Tickets.com

Beginn: 16 Uhr  
www.THOMANN-Management.de

ticket.de Schlager Tickets.com



Freitag, 17. November,  
Samstag, 18. November,  
Sonntag, 19. November | 20 Uhr  
Sünde | Weiden

Samstag, 25. November | 20 Uhr  
Stadthalle | Grafenwöhr

# BÜLENT CEYLAN

„LUSCHTOBJEKT“

Von der „Generation Instagram“ lernen, heißt siegen lernen. Deswegen zeigt Bülent seinem Publikum nicht die kalte Schulter, sondern die rasierte Brust. Bülent macht sich zum Luschtojekt. Optik statt Inhalt, Nippel statt Nietzsche. Kabarettpreise müssen warten. Bülent bedient als Luschtojekt alle nur denkbaren Geschlechter und Vorlieben: osmanophile Kurpfalz-Lover, Langhaar-Fetischisten oder Liebhaber großer Nasen und kleiner Bärte. Bei Bülent packt jeden die Wollusch. Und wer Intelligenz sexy findet, wird natürlich auch befriedigt nach Hause gehen. Karten gibt es beim NT-Ticketservice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Freitag, 17. November | 20 Uhr  
Max-Reger-Halle | Weiden



Dienstag, 14. November | 20 Uhr  
Max-Reger-Halle | Weiden

## KELLER STEFF

„VOM GUADN DAS BESTE“



Für seine Solo-Konzerttour hat der „Bulldogfahrer“ aus dem Chiemgau ein besonderes Repertoire an Liedern und Gschicht'n dabei. Vom Guadn das Beste aus zehn Jahren Keller Steff. Geschickt und elegant mit seinem feinen Gespür an neuer Musik und Geschichten verbunden, die diese Solo-Abende vom Steff so unverwechselbar machen. Mal lustig, laut und krachad zum Lachen mit eingängigen Melodien, die zum Mitsingen einladen. Musikkabarett vom Feinsten. Karten gibt es beim NT-Ticketsservice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Donnerstag, 16. November | 20 Uhr  
Schafferhof | Neuhaus

Freitag, 17. November | 20 Uhr  
Musikomm | Amberg



## Verlosung

LEO verlost 3 x 2 Karten. Ruf an unter **01378 - 80 32 25\*** und nenne das Stichwort **HAPPY** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 08.11.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

\*Telemidia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen). Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

„Don't worry, be happy!“ – „Choose happy!“. Vom Wandtattoo bis Mottoshirt: Feel-Good-Botschaften wie diese gibt es unzählige. Wenn's nur so einfach wäre. Mirja erzählt uns auf ihrem Weg zum Glück von den alltäglichsten Situationen, in denen wir uns alle wiederfinden. Augenzwinkernd verbindet Mirja mit ihrer Comedy-Show die Menschen in ihrem Publikum. Karten gibt es beim NT-Ticketsservice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).



Tickets & Infos bei allen bekannten VVK-Stellen und unter [www.star-concerts.de](http://www.star-concerts.de)



## TERESA REICHL

„OBACHT, I KANN WOS“

Sie ist wortgewandt, niederbayerisch und sie kann was. Die Kabarettistin Teresa Reichl hält Wort, wenn sie in Anlehnung an Ereignisse aus ihrem bisherigen Leben Fragen aufwirft mit denen sie andere, aber vor allem sich selbst schmerzhaft auseinandernimmt. Warum sind alle Gedichte, die man im Germanistikstudium so liest, von Männern? Warum denken Leute, dass auf dem Dorf eh alle verwandt sind? Wer einen Abend mit ihr erlebt hat, versteht die Dynamik hinter Religionen (oder auch Verschwörungstheorien), der Spagat ist keine Illusion und Feminismus ist kein Schimpfwort mehr. Karten gibt es beim Ticketservice der Amberger Zeitung (Telefon 09621/306-230) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Samstag, 25. November | 20 Uhr  
Historische Druckerei Seidel | Sulzbach-Rosenberg

## PAM PAM IDA

„KOA MOANG“

Pam Pam Ida ist das vielleicht einzige Musikprojekt im (vor-)alpenländischen Dialektkosmos, das sich nicht nur der Partyunterhaltung mit tanzbaren Pop-Hymnen verpflichtet sieht, sondern dabei auch neue musikalische Wege beschreitet. Die sechsköpfige Formation spielt lieber mit unzähligen verschiedenen Instrumenten und Musikstilen als mit plumpen Bayern-Klischees. Der gesungene Dialekt ist eben Muttersprache und kein aufgesetzter Promotion-Selbstzweck. Auf ihrer „Koa Moang“-Konzerttour macht Pam Pam Ida Halt in der Sünde in Weiden. Mehr Infos gibt es auf [www.suendik.at](http://www.suendik.at).

Freitag, 1. Dezember | 20 Uhr  
Sünde | Weiden



 15% Rabatt  
mit der Vorteils card  
(gilt nur im Vorverkauf bei den Ticketschaltern von Der neue Tag und Amberger Zeitung)

oberpfalz  medien präsentiert

 DAS  
PHANTOM  
DER  
OPER

DIE ORIGINALPRODUKTION VON SASSON/SAUTTER

15.02.2024 • 20:00 Uhr Max-Reger-Halle • WEIDEN



# DIE WUNDERÜBUNG

KOMÖDIE VON DANIEL GLATTAUER



Er (Valentin) und sie (Joana) haben sich entschieden. Sie gehen zur Paartherapie. Zwischen ihnen funktioniert gar nichts mehr. Der Therapeut sieht sofort: Das ist ein Paar im fortgeschrittenen Kampf Stadium. Dabei hat ihre Geschichte einst so schön angefangen. Wo ist das alles hingekommen? Wo ist sie hin, die ganz große Liebe? Der Therapeut diagnostiziert eine derart akute Spannung, dass er zu einer ganz speziellen Maßnahme greift: die Wunderübung. Karten gibt es beim NT-Ticket Service (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Samstag, 11. November | 20 Uhr,  
und Sonntag, 12. November | 19 Uhr  
Kunsthaus | Waldsassen

Sonntag, 19. November | 19 Uhr  
Schaffnerhof | Neuhaus

Freitag, 24. November,  
und Samstag, 25. November | 20 Uhr  
Spitalkirche St. Marien | Nabburg

## | Verlosung

LEO verlost 3 x 2 Karten für die Vorstellung am 24. November in Nabburg. Ruf an unter **01378 - 80 32 26\*** und nenne das Stichwort **WUNDER** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 20.11.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

\*Telemedia Interactive GmbH, pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen). Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

**JETZT TICKETS SICHERN!**

## Mein Kampf

Farce von  
George Tabori

Fr, 10. November 2023  
19.30 Uhr



© Ewe Ralfeldt

## Württembergische Philharmonie Reutlingen

Orchesterkonzert  
mit Mirijam Contzen  
(Violine)

So, 12. November 2023  
19.30 Uhr



© Reiner Pfisterer

## Tinte und Terz

Latenight mit  
Nora Gomringer

Do, 16. November 2023  
20.00 Uhr



© Petra Kellner

## Gogol & Mäx Musikkabarett

Fr, 17. November 2023  
19.30 Uhr



© Vuk Latinovic

## Prof. Grigory Gruzman & Franck Piano Quintet Kooperationskonzert mit der Israelitischen Kultusgemeinde Amberg

So, 19. November 2023  
17.00 Uhr



© Dimitrij Gornowski

Karten für alle Vorstellungen gibt es im Webshop, bei der Tourist-Information Amberg, Tel. 09621/10-1233, unter [ticket@amberg.de](mailto:ticket@amberg.de). Schüler, Studierende, Auszubildende, Familienpassinhaber, Wehrpflichtige und Bundesfreiwilligendienstleistende erhalten eine Ermäßigung von 50 % gegen Vorlage ihres Ausweises. Die Abendkasse hat geöffnet.

# JOHN DIVA & THE ROCKETS OF LOVE

„THE BIG EASY TOUR 2023 PT. II“



© John Diva & The Rockets Of Love

Wenn ein leichter Hauch von Haarspray durch die Luft weht, sich der Himmel rosa färbt und irgendwo in der Ferne eine gezündete Konfetti-Kanone zu hören ist, kann das nur eins bedeuten: John Diva & The Rockets Of Love sind wieder unterwegs. Im Gepäck haben sie ihren schweißtreibenden 80s-Rock mit tief hängender Gitarre, fest gewickeltem Bandana und 100 Posen pro Minute. Es könnte also laut werden. Denn wenn die Glamrocker Verstärkerwände erklingen lassen und knallbunte Hits wie „Bling Bling Marilyn“, „Rocket Of Love“ oder „Lolita“ zum Besten geben, kratzt die Dezibel-Anzeige gerne mal am roten Bereich. That's entertainment, Ladies and Gentlemen. Karten gibt es beim NT-Ticketservice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

Samstag, 11. November | 20 Uhr  
VAZ Pfarrheim | Burglengenfeld

# WALLY & AMY WARNING

„GROOVE AND SOUL“



© Amy & Wally Warning

Freitag, 10. November | 20 Uhr  
Schaffershof | Neuhaus

Zwei Generationen treffen aufeinander: menschlich, musikalisch und emotional. Vater Wally und Tochter Ami Warning sind sich vertraut und harmonieren, natürlich und unverkrampft, eine perfekte Symbiose. Multiinstrumentalist und Sänger Wally strahlt Leichtigkeit aus, wenn er lässig zwischen verschiedenen Stilen, Sprachen und Klangkörpern hin- und herspringt. Tochter Ami setzt Sanftheit, Erdung und Neugier dazu; vor allem aber ihren tiefen, rauhen, ganz besonderen Gesang. Eine perfekte musikalische Harmonie. Karten gibt es beim NT-Ticketservice (Telefon 0961/85-550) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).

# ANDREAS GÜNTHER QUARTETT

„BROTHERS' BONFIRE“

Andreas Günther ist Jazzpianist und Saxophonist. Mit dem Berliner Jazz-Trompeter Alexander Gibson, dem in Bremen lebenden Bassisten Gerald Willms und dem brasilianischen Schlagzeuger Leonardo Susi aus Sao Paolo präsentiert er bei „Jazz is back in town“ sein neues Album „Brothers' Bonfire“. Auf dem Programm stehen neuartige und moderne Jazzkompositionen, die Andreas Günther eigens für sein Quartett komponierte. Als Special Guest hat sich die Schlagzeuggröße Leonardo Susi in sein Ensemble geholt. Karten gibt es in der Tourist-Information Amberg (Telefon 09621/10-239).

Donnerstag, 23. November | 20 Uhr  
Stadtheater | Amberg



© Andreas Günther



## FASCHINGSAUFTAKT

MIT VOLKER UND DEN FOLGSAMEN

Die Kultveranstaltung geht in die nächste Runde. Pünktlich um 11.11 Uhr kommen Volker und die Folgsamen auch dieses Jahr wieder auf die Bühne im Blaue-Haus-Innenhof und stimmen die Amberger Faschingsbegeisterten auf die fünfte Jahreszeit ein. Und das mit bewährten Mitteln. Da tanzt der Frosch mit der Prinzessin und sogar harte Westernhelden kommen in Partystimmung. Drinnen sorgen DJ Dr Sunshine und DJ Luke für Feiersound. Du warst bisher ein Faschingsmuffel? Das ändert sich definitiv an diesem Samstag, wenn du hier dabei bist. Denn nie hat Fasching mehr Spaß gemacht.

Samstag, 11. November | 11.11 Uhr  
Blaue Haus | Amberg

## DIRK DARMSTAEDTER

MIT NEUEM ALBUM  
„THE CIRCUMSTANCES“ AUF SOLO-TOUR

Dirk Darmstaedter muss man eigentlich nicht mehr vorstellen. Spätestens beim Lied „Brand New Toy“ wissen alle Bescheid. Den großen Hit seiner Band The Jeremy Days hört man schließlich auch heute noch regelmäßig im Radio. Die Indie-Kids kennen den Hamburger als Gründer von tapete Records, einer der aktuell erfolgreichsten unabhängigen Plattenfirmen Deutschlands, viele auch als Radiomoderator seiner eigenen Sendung „Sounds like Dirk“ auf Radio Bremen Zwei. Und beim Griff ins Plattenregal kann man sich inzwischen über elf Soloplaten mit jeder Menge Hits freuen. Mehr Infos gibt es auf [www.facebook.com/kleinpluskunst/](http://www.facebook.com/kleinpluskunst/) oder [www.dirkdarmstaedter.com](http://www.dirkdarmstaedter.com).

Donnerstag, 9. November | 20 Uhr  
Sünde | Weiden



 15% Rabatt  
mit der Vorteilscard  
(gilt nur im Vorverkauf bei den Ticketschaltern  
von Der neue Tag und Amberger Zeitung)

oberpfalz  medien präsentiert

Royal Classical Ballet  
**Schwanensee**  
Ein überragendes Meisterwerk

21.12.2023 • 19:00 Uhr  
Congress Centrum • Amberg



15% Rabatt  
Vorteilscard-Inhaber

oberpfalz  medien

Tickethotline:  
Der neue Tag • 0961 - 85550 • Amberger Zeitung • 09621-306230

 ticket.de



## NACHTFLOHMARKT

SCHNÄPPCHEN, SOUNDS UND SPASS

Wer hat eigentlich gesagt, dass man früh aufstehen muss, um auf dem Flohmarkt die besten Schnäppchen zu ergattern? Der Nachtflohmarkt Weiden zeigt mal wieder, dass es auch anders geht. Hier kann man in den Abendstunden nicht nur nach Herzenslust stöbern und echte Schätze entdecken, sondern auch gleich noch ein bisschen feiern und Party machen. Ein DJ sorgt für den richtigen Sound, am Food Truck gibt es Leckeres zum Snacken und an der Bar lässt es sich bestens bei einem Drink mit Freunden quatschen. Mehr Infos gibt es auf [www.facebook.com/NachtFlohmarktWeiden](http://www.facebook.com/NachtFlohmarktWeiden).

Freitag, 24. November | 17 bis 23 Uhr

Sünde | Weiden



## A VERY SPECIAL CHRISTMAS

DIE EINZIGARTIGE WEIHNACHTSREVUE

Unter der Leitung des Pianisten Toby Mayerl musizieren folgende Größen der nordbayerischen Livemusikszene: Sängerin Diana Laden, außerdem am Gesang und Percussion Michael „Michon“ Deiml, des weiteren Michael „Dandy“ Dandorfer an der Gitarre, Harry Zawrel am Bass und zu guter Letzt beehrt uns mit Gitarre und Saxophon Markus „Mackl“ Strobl. An den Drums sorgt der überregional bekannte Schlagzeuger Christoph Huber für den nötigen Backbeat. Es treffen Kompositionen von Donny Hathaway und Stephanie Mills auf funky Arrangements von Wilson Pickett oder Dionne Warwick. Unbekannte Christmassongs von den Emotions wechseln sich mit Traditionellem ab, Chet Atkins schaut vorbei und am Ende tanzen alle gemeinsam den „Boogie-Woogie Santa Claus“. Karten gibt es beim Ticket-service der Amberger Zeitung (Telefon 09621/306-230) oder auf [www.nt-ticket.de](http://www.nt-ticket.de).



Freitag, 24. November | 20 Uhr

Capitol | Sulzbach-Rosenberg

Freitag, 1. Dezember | 20 Uhr

Centrum Bavaria Bohemia | Schöensee

Samstag, 2. Dezember | 20 Uhr

Erlöserkirche | Amberg



© Adventsfranz

# DER ADVENTSFRANZ

DIE OBERPFÄLZER ADVENTSSHOW MIT FRANZI GLASER

Die besten Partys finden immer in der Küche statt. Deswegen lädt die Glaser Franzl auch in diesem Advent in Mamas Küche ein. Es gibt wieder illustre Gästen aus der Oberpfalz, ganz viel Gaudi, Unterhaltung, Musik – und natürlich eine ordentliche Portion Weihnachten. Dieses großartige Projekt begeisterte bereits in den letzten drei Jahren jede Menge Zuschauer. Nun steht Staffel 4 in den Startlöchern. Und wir sind schon gespannt, wen die Franzl da wieder an den adventlichen Küchentisch holt. Dieses Jahr gibt es außerdem noch ein ganz besonderes Schmankerl: Die ersten beiden Folgen gibt es bereits vor der offiziellen Ausstrahlung zu sehen – und zwar bei der offiziellen Kino-Premierenfeier. Tickets gibt es über die Homepage des Neue Welt Kinocenters und mehr Infos auf [www.adventsfranz.de](http://www.adventsfranz.de).

Jeden Adventssonntag um 18 Uhr auf YouTube

Premierenfeier  
 Donnerstag, 30. November | 19 Uhr  
 Neue Welt Kinocenter | Weiden

## | Verlosung

LEO verlost 1 x 2 Karten für die Premiere am 30. November. Ruf an unter **01378 - 80 32 30\*** und nenne das Stichwort **ADVENT** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmechluss ist der 26.11.2023. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

\*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: [www.onetz.de/teilnahmebedingungen](http://www.onetz.de/teilnahmebedingungen). Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

Tickets bequem und einfach von zu Hause aus kaufen!

Fr., 10. November 2023  
 Vereinsstodl Pertolzhofen,  
 Niedermurach



© Koenigsberger

**ANDREAS KÖNIGSBERGER  
 UND SEINE MUSIKANTEN**



© OVIGO

Sa., 11. November 2023  
 Kunsthaus Waldsassen

**DIE WUNDERÜBUNG  
 VON DANIEL GLATTAUER**

Mi., 15. November 2023  
 Staatliche Berufsschule  
 Sulzbach-Rosenberg



© Schmuck

**KAMMERMUSIK  
 TRIO SCHMUCK**



© Kerstin Schraml

Fr., 17. November 2023  
 Musikomm  
 Amberg

**KELLER STEFF  
 SOLO-TOUR**

Fr. 17. November 2023  
 Josefshelm  
 Mitterteich



© Martin Waldbauer

**TOM & BASTI  
 „ZEITLANG“**



© Wiesenbacher

Sa., 18. November 2023  
 Nordgauhalle  
 Nabburg

**ANDY BORG UND  
 G. G. ANDERSON**

# GASTROGUIDE

Die besten Adressen für Weiden, Amberg, Schwandorf und Umgebung

## Café und Bars

### Café-Bar: Der Kaffeeladen

Poststraße 13, Sulzbach-Rosenberg  
Telefon 09661/7975  
www.der-kaffee-laden.de  
Barista Seminare

### Café Center

Postgasse 1, Weiden  
Telefon 0961/43555  
www.cafe-center.de

### Das Hemingway

Regensburger Str. 55, Weiden  
Telefon 0961/7172  
www.musikcafe-hemingway.de  
Bowling: Telefon 0961/5060  
www.hemingway-bowling-lounge.de

### Parapluie, Café – Bar – Billard

Regensburger Str. 12, Amberg  
Telefon 09621/83322  
www.parapluie-amberg.de  
info@parapluie-amberg.de  
www.facebook.com/parapluieamberg

## Hotels

### Altstadt Hotel BräuWirt

Türlgasse 10 – 14, Weiden  
Telefon 0961/3881800  
www.altstadthotel-braeuwirt.de

### Hotel-Landgasthof Burkhard

Marktplatz 10, Wernberg-Köblitz  
Telefon 09604/92180  
www.hotel-burkhard.de

### Stadtkrug Hotel Restaurant

Wolframstraße 5, Weiden  
Telefon 0961/38890  
www.hotel-stadtkrug.de

Abholservice



Lieferservice



## Mediterrane Küche

### Fire & Kitchen

Hammerweg 8, Krummennaab  
Telefon 09682/919600  
Facebook & Instagram  
Mo. + Di. Ruhetag  
Mi. – Sa. 17.30 – 23 Uhr  
So. 10 – 14 und 17.30 – 23 Uhr

## Pizzeria

### Da Salvo

Moosbürger Straße 8, Weiden  
Telefon 0961/47268041  
www.dasalvo-weiden.de  
Montag und Dienstag Ruhetag

## Regionale Küche

### Bavarese

Merklmooslohe 1, Weiden  
Telefon 0961/40176363  
www.bavarese-weiden.de  
info@bavarese-weiden.de  
Dienstag Ruhetag

### Bräuwirt

Unterer Markt 9, Weiden  
Telefon 0961/481330  
www.braeuwirt.de

### d'Wirtschaft

Jahnstraße 4, Altenstadt/WN  
Telefon 09602/4511  
www.dwirtschaft.de

### Landgasthof Dotzler

Hauptstraße 16, Freudenberg  
Telefon 09627/260  
www.landgasthof-dotzler.de  
Mittwoch und Donnerstag Ruhetag

### Landhotel Aschenbrenner

Schmiedgasse 5, Paulsdorf  
Telefon 09621/782830  
www.landhotel-aschenbrenner.de  
Donnerstag und Freitag Ruhetag  
Infos auch auf Facebook

### Ratskeller

### Restaurant & Partyservice

Unterer Markt 10, Weiden  
Telefon 0961/42166  
info@ratskeller-weiden.de

### Restaurant Rußwurmhaus

Eichenforstgässchen 14, Amberg  
Telefon 09621/21316  
www.russwurmhaus-amberg.de  
Russwurmhaus\_amberg@yahoo.de

### Schloderer Bräu

Rathausstraße 4, Amberg  
Telefon 09621/420707  
www.schlodererbraeu.de  
Durchgehend warme Küche

### Schützenhaus Dotscheria

Hetzenrichter Weg 20, Weiden  
Telefon 0961/31880  
www.schuetzenhaus-weiden.de  
Mittwoch Ruhetag

### Gasthaus Pension

### Weisses Rössl

Freiherr-von-Lichtenstern-Str. 42,  
Floß, Telefon 09603/366  
Öffnungszeiten und Aktionen  
sowie aktuelle Speisekarten  
unter www.weisses-roessli-floss.de

### Gasthof-Hotel-Metzgerei

### „Zum Alten Fritz“ Hauritz

Hauptstraße 41, Weigendorf  
Telefon 09154/4700  
www.alter-fritz-hauritz.de  
Facebook & Instagram  
@gasthofzumaltenfritz

### Zum Kummert Bräu

Raigeringer Str. 11, Amberg  
Telefon 09621/15259  
www.zumkummertbraeu.de  
Montag und Dienstag Ruhetag



**Andrea Zeitler,**  
**Medizinische Fachangestellte**  
Herbst ist Kürbiszeit, da kann ich wieder viele Leckereien zubereiten. Meine Familie und ich lieben Kürbissuppe und lustig-gruselige Kürbisschnitzereien.



## Was magst du am Herbst?

▼ Von Evi Wagner



**Lukas Bohra, Student**  
Wenn es draußen kälter wird, mache ich es mir am liebsten zu Hause mit Lichterketten, Kerzen und einem Buch gemütlich. In eine Decke eingemummelt, genieße ich die Ruhe.



**Karin Preißl,**  
**Medizinische Fachangestellte**  
Ich liebe diese Jahreszeit einfach, weil es so viel zu entdecken gibt und uns die Natur so viel gibt – von Pilzen bis Äpfel und Quitten für mein Lieblingsgelee.

**Marco Lautner, IT-Projektleiter**  
Jetzt ist die Natur besonders farbenfroh und zaubert atemberaubende Landschaften, die mich immer wieder zum Fotografieren einladen. Außerdem mag ich die ersten gemütlichen Abende mit Kaminofenfeuer.



**Elena Singer, Studentin**  
Die Herbstfarben gehören definitiv zu meinen absoluten Lieblingsfarben. Wenn es draußen kühler wird, gehe ich ohne meine Lieblingsmütze und meinen Lieblingsschal nicht mehr aus dem Haus.





# MAKING-OF

## RAY.AN

**Alter:** 39

**Wohnort:** Thiersheim

**Beruf:** Sängerin

**Leidenschaft:** nach der Musik sofort  
Kuchen und Pommes :)

**Lieblingsmusik:**

Last Call – Pink

**Hier trifft ihr mich:**

Auf meinen Konzerten und  
dort, wo es gutes Essen gibt :)



ER  
SUCHT  
IHN

SIE  
SUCHT  
IHN

SIE  
SUCHT  
SIE

ER  
SUCHT  
SIE

# SOLLEN WIR AUCH DICH VERKUPPELN?

Dann melde dich bei uns unter:  
[leo-kuppelt@oberpfalzmedien.de](mailto:leo-kuppelt@oberpfalzmedien.de)

Love is in the ... LEO. Träumst du davon, dich mal wieder richtig zu verlieben? Dann vergiss Tinder & Co. und lass dich von uns verkuppeln. Wie das funktioniert? Ganz einfach. Schreibe uns eine Mail und werde unser Single des Monats. Wir stellen dich in der nächsten Ausgabe der LEO vor – und deinem Glück steht nichts mehr im Weg.

# Trends und mehr.

... BEI UNS ENTDECKEN!

DER NEUE KATALOG IST DA!



JETZT: GRATIS ABHOLEN



oder online  
stöbern

ALLES  
ABHOLPREISE



ECKGARNITUR

1799.-

**ECKGARNITUR**, Bezug Kama natur,  
100% Polyester, Füße Metall schwarz,  
Schenkelmaß ca. 285x178 cm, B/H/T ca.  
285/84/103 cm, **ohne Dekokissen.**

inkl. verstellbaren  
Armlehnen

79,95  
AB

**COUCHTISCHE**,  
Platte Keramik dunkel,  
Gestell Metall schwarz.

Ruoffstraße 20  
92224 Amberg  
Tel. 0 96 21/47 80  
info@frauendorfer.de

**Für Sie geöffnet:**  
Mo.-Mi. 9.30-18.30 Uhr  
Do.+Fr. 9.30-19.00 Uhr  
Samstag 9.30-17.00 Uhr



www.frauendorfer.de

# Frauendorfer

Möbel und Küchen

