



Rezept der Woche
Gebratener Speck, Gemüse und ein guter Schuss Bier machen das Rezept für das belgische Bierkaninchen aus.

► Seite 3

Rezept zum Glück
Wir sollten damit aufhören, immer alles gleichzeitig erledigen zu wollen, meint die OWZ-Glücksexpertin.

► Seite 4



Herbstzeit ist Saunazeit

Ein Besuch in der Sauna ist der kalten Jahreszeit nicht nur entspannend, sondern auch gut für die Gesundheit. Wir haben einen Saunameister gefragt, auf was man achten sollte, bevor man sich Hitze und Dampf aussetzt. Denn: Nicht für jede und jeden ist das Saunieren empfehlenswert.

► Seite 2



Symbolbild: Africa Studio – stock.adobe.com

FEUCHTE HÄUSER? NASSE KELLER? SCHIMMEL?

Wir helfen – kompetent und zuverlässig.
Dauerhafte Schimmelbeseitigung und Mauertrockenlegung mit VEINAL-System seit über 15 Jahren.

FENSELAU BAUTENSCHUTZ
www.fenselau-bautenschutz.de

Inh. Jan P. Fenselau • Hohe Warte 1 • 92272 Freudenberg
Tel.: 0 96 21 - 91 39 83 • www.fenselau-bautenschutz.de

Kostenloser 24 Std. Fahrdienst!
Unbefristeter Vertrag!
Gute Zeitarbeit!

Werde Teil unserer „5-Sterne-Familie“

Fair und korrekt!
Gute Bezahlung u. Zuschläge!
Beste Übernahme-Möglichkeit!

5 SSTERNE PERSONALSERVICE
fair - freundlich - zuverlässig

5 Sterne Personalservice GmbH, 92224 Amberg, Bayreuther Straße 33, Tel. 09621/91 430-0, info@5sterne-personal.de

BAR ANKAUF Gold Zahngold
Sofort Bargeld für Ihr Altgold und Silber

BARES GELD
Wir kaufen Gold, Silber, Platin und Zinn in allen Formen, z.B. Zahngold, 333er, 585er, 750er Gold oder Silberbesteck.

JOHANN SCHUSTER EDELMETALL RECYCLING
Amberg Schranenplatz 7
Ferd.-Winkler-Haus / schräg beim Theater
Telefonzentrale: 0 96 21 / 78 27 76 6

ZINN UND GOLDANKAUF ZU TAGESAKTUELLEN HÖCHSTPREISEN

DO. 24.10.2024 + FR. 25.10.2024
ÖFFNUNGSZEITEN: 11:00 UHR - 18:00 UHR
LANDGRAF-ULRICH-HALLE
LANDGRAF-JOHANN-STR. 15 | 92536 PFREIMD

Premio Edelmetalle | Carl-Schüller-Str. 20 | 95444 Bayreuth | 0921/900 586 05

HOCHZEITSMESSE
AMBERG Congress Centrum
27. Oktober
12-17 Uhr
www.just-married.de

MATRATZEN Direkt ab Werk

Sleep Tec GmbH, 92665 Altenstadt/WN, Meerbodenreuth 33 (ehemals Fa. Rasch)
Telefon 09602-636818 (Mo. - Fr.)

Öffnungszeiten: Nur samstags von 10.00 bis 14.00 Uhr
Jetzt NEU: Restposten an Matratzen zur Direktmitnahme zu TOP-Preisen !

116 016

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

anonym • kostenfrei • 24/7 erreichbar • mehrsprachig
Online-Beratung: www.hilfetelefon.de



Bundesamt
für Familie und
zivilgesellschaftliche Aufgaben

Hilfetelefon
Gewalt gegen Frauen
116 016
www.hilfetelefon.de

Winterbekleidung für Fahrradfahrer!



PS 2Rad Center GmbH
peter stadler
amberg neumarkt
☎ 09181/512218
☎ 09621/13031
Email: info@peter-stadler.de

oberpfalz
medien

Gleich anrufen und abonnieren:
Leser-Service 0961/85-501

Der perfekte Start in den Tag!

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16
92637 Weiden

RENAULT AUSTRAL

Jetzt für Renault entscheiden



Renault Austral Techno Mild Hybrid 160

Ab mtl.

149,- €

Inkl. Premium-Winter-Paket

Renault Austral Techno Mild Hybrid 160 Automatik: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 6,3; CO₂-Emissionen kombiniert: 142 g/km. CO₂-Klasse: E (nach gesetzl. Messverfahren, Werte nach WLTP).

Flexi-Lease: Fahrzeugpreis: 36.550,- €. Leasingsonderzahlung: 1.000,- €. Laufzeit: 24 Monate. Gesamtlaufleistung: 10.000 km. Monatsrate: 149,- €. Gesamtbetrag: 5.775,- €. Ein Kilometer-Leasingangebot von Renault Financial Services, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss, zzgl. Überführungskosten. Gültig für Privatkund:innen mit Leasingvertrag bis 31.12.2024 bei allen teilnehmenden Renault Partnern und nur bei Zulassung bis zum 31.12.2024. Abb. zeigt Renault Austral mit Sonderausstattung. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

SONNLEITNER
100% AUTO

Sonnleitner Germany GmbH
www.sonnleitner-auto.com

90425 Nürnberg Nord
Kilianstraße 181
Tel. 0911/5209927-0

90471 Nürnberg Süd
Lübener Str. 16
Tel. 0911/989755-0

91126 Schwabach
Berlichingenstr. 15
Tel. 09122/9257-0

91230 Happurg
Hersbrucker Str. 28
Tel. 09151/8323-0

92637 Weiden
Am Forst 12
Tel. 0961/38941-0

93055 Regensburg
Prüller Weg 3
Tel. 0941/3078777-0

Gesund und fit durch den Herbst: Saunieren stärkt die körpereigenen Abwehrkräfte

Wenn es draußen wieder grau und nasskalt ist, tut ein Saunagang gut. Doch das Schwitzen steigert nicht nur das Wohlbefinden. Wer richtig sauniert, kann auch einiges für die Gesundheit tun. Der Saunameister erklärt, was es zu beachten gibt.

Von Evi Wagner

Amberg. Herbstzeit ist Saunazeit. Denn gerade dann, wenn es draußen wieder kühl und ungemütlich wird, sehnen sich die meisten Menschen nach wohliger Wärme. Dann heißt es: Ab in die Sauna. Wer richtig sauniert, regt Kreislauf und Durchblutung an, hält das Immunsystem fit – und entspannt dabei auch noch bestens. Weiterhin werden durch regelmäßige Saunagänge Herz und Kreislauf gestärkt, das kontrollierte Schwitzen ist gut für die Haut und angespannte Muskeln.

„Ein perfekter Saunagang besteht aus einem Wechselbad zwischen heiß und kalt“, erklärt Saunameister Dirk Matzke. Er sorgt im Saunabereich im Kurfürstenbad Amberg dafür, dass für alle Gäste das Schwitzen zum schönen Erlebnis wird, und weiß ganz genau, auf was man dabei achten muss.

Maximal 12 Minuten

„Zwischen 8 bis 12 Minuten sollte man in der Sauna verweilen. Im Anschluss sollte man an der frischen Luft die Atemwege abkühlen und eine Kaltwasseranwendung – bestenfalls einen Kneippguss – vornehmen. Ein warmes Fußbad – maximal knöcheltief und so warm wie möglich – zum Abschluss wäre dann perfekt.“

Saunagänge können dabei helfen, gesund und fit durch Herbst und Winter zu kommen. „Wichtig ist dabei jedoch vor allem die Regelmäßigkeit“, weiß der Saunameister. „Deswegen sollte nicht nur im Herbst und Winter, sondern idealerweise das ganze Jahr über ge-



Ein Saunabesuch fördert nicht nur das Wohlbefinden, sondern auch die Gesundheit.

Symbolbild: Leszek Glasner – stock.adobe.com

schwitzt werden.“ Denn der Körper gewöhnt sich durch regelmäßige Saunabesuche – am besten mindestens einmal die Woche – an Temperaturschwankungen.

Praktisch, wenn man aus geheizten Arbeits- oder Wohnräumen kommt, einen kurzen kalten Fußweg antritt, um dann im Auto wie-

der die Heizung anzumachen.

Regelmäßige Saunabesuche machen zudem widerstandsfähiger gegen Erkältungen. Denn die Wärme hilft dem Körper dabei, Abwehrzellen zu bilden. Feuchte Dampfbäder tun den Schleimhäuten in Nase und Rachen gut. Denn diese sind

durch warme Heizungsluft nämlich oft ausgetrocknet und daher anfälliger für Krankheitserreger. Auch Asthmatiker oder Menschen mit chronischer Bronchitis profitieren vom Saunieren. Und bei bestimmten Hautkrankheiten wie Akne, Neurodermitis oder Schuppenflechte können regelmäßige

Saunagänge ebenfalls Linderung bringen.

Trotz aller positiven Wirkungen sollte man jedoch zum Beispiel bei akuten Infekten oder Fieber, mit offenen Wunden oder kurz nach einem Herzinfarkt auf den Saunagang verzichten. Weiterhin sollten laut Dirk Matzke folgende Fehler ver-

mieden werden: „Am besten ist es, gut ausgeruht – also auf keinen Fall abgehetzt – in die Sauna zugehen. Unmittelbar davor sollte das Essen oder der Konsum von Alkohol unbedingt vermieden werden. In der Sauna selbst bitte darauf achten, dass nicht zu schnell aufgestanden wird, da das Blut in die Beine absacken und es somit zu Kreislaufproblemen kommen könnte.“

Immer genug trinken

Wichtig ist es weiterhin, während des Saunagangs genügend zu trinken, um Kreislaufprobleme zu verhindern. „Da der Körper durch das Schwitzen viel Flüssigkeit verliert, sollte man immer auf das eigene Körpergefühl achten“, so der Saunameister.

„Auch die Ruhephase zwischen den Saunagängen ist wichtig, weil der Körper Zeit braucht, um sich zu erholen und die Temperatur zu regulieren. Sie hilft dabei, den Kreislauf zu stabilisieren, fördert die Entspannung und verbessert die positiven Effekte der Sauna auf den Organismus.“



Bild: Stadtwerke Amberg

„Die Ruhephase zwischen den Saunagängen ist wichtig, weil der Körper Zeit braucht, um sich zu erholen und die Temperatur zu regulieren.“

Dirk Matzke, Saunameister im Kurfürstenbad Amberg



Beim Aufguss steigt die Luftfeuchtigkeit schnell an, dadurch wird die Hitze noch stärker empfunden. Symbolbild: Kichigin_S – stock.adobe.com

HINTERGRUND

Saunatipps

- Vor dem Saunagang auf jeden Fall duschen.
- Nach dem Duschen gut abtrocknen, damit die Haut besser schwitzen kann.
- Nicht unmittelbar nach dem Essen oder nach Alkoholgenuss in die Sauna gehen.
- Immer recht freundlich: Beim Betreten der Sauna nett grüßen.
- Glotzen verboten – auf keinen Fall sollte man andere Saunabesucher anstarren.

UNSERE UNTERHALTUNGSTIPPS

AUF DEN SPUREN DES TODES

Wahre Verbrechen in Ostbayern



Dieses Buch beleuchtet wahre Verbrechen, ‚true crime‘, in Ostbayern. Dabei geht es nicht vordergründig um die Taten und ihre Abläufe, sondern vor allem um die involvierten Menschen.

17,90 €

OBERPFÄLZER WÖRTERBUCH

Vo Aungdeggl bis Zintara



Das Oberpfälzer Wörterbuch beinhaltet über 4000 Wörter aus dem alltäglichen Sprachgebrauch. Dazu kommen geniale Schmankerl aus allen Ecken der wunderbar sprachgewaltigen Oberpfalz.

14,90 €

KINOGUTSCHEINE

CINEPLEX Amberg



Erhältlich in unseren Geschäftsstellen!

oberpfalz
medien

ERHÄLTICH ONLINE
UND IN UNSEREN
GESCHÄFTSSTELLEN

Oberpfalz Medien
Weigelstraße 16
92637 Weiden

Amberger Zeitung
Mühlgasse 2
92224 Amberg

www.onetz-shop.de

0961-85 525



Hier geht's
zum Shop!

Flämisches Bierkaninchen

Kaninchen, gebratener Speck und Gemüse treffen auf belgisches Bier: OWZ-Küchenchef Michael Schiffer hat das Rezept für das deftige Bierkaninchen.

Zubereitung: Vom Speck die Schwarte abschneiden. Den Speck klein würfeln. Zwiebeln, Knoblauch und Möhre schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. In einer großen Deckelpfanne die Hälfte der Butter erhitzen. Den Speck darin bei mittlerer Hitze unter Wenden knusprig braten. Dann das Gemüse zugeben und kurz mit anbraten, aber

nicht braun werden lassen. Speck und Gemüse aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Das Kaninchen kalt abspülen und mit Küchenkrepp abtrocknen. Dann mit der Geflügelschere in Portionsstücke zerteilen. Die restliche Butter in der Pfanne erhitzen und die Kaninchenstücke braun anbraten. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Speck und Gemüse zurück in die Pfanne geben und das Bier angießen. Die Baguettescheiben mit Senf bestreichen und sie mit der Senfseite nach unten auf die Zutaten in der Pfanne legen. Deckel aufsetzen und das Kaninchen bei sanfter Hitze garen, bis sich das Fleisch leicht von den Knochen lösen lässt (circa eineinviertel Stunden). Zwischendurch das Fleisch wenden und noch einen Viertelliter heißes Wasser nachgießen. Die Kaninchenstücke herausnehmen und warmhalten. Das Gemüse im Mixer pürieren. Crème fraîche unterrühren. Die Soße erhitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. „Dazu serviert man in Butter gebratene Apfelscheiben“, empfiehlt OWZ-Küchenchef Michael Schiffer. (dt)



Gebratene Apfelscheiben runden das flämische Bierkaninchen ab.

Bild: Michael Schiffer

ZUTATEN

Flämisches Bierkaninchen		
Rezept für vier Personen.		
› 100 Gramm durchwachsener Gelderländer Speck	› 60 Gramm Butter	› 1/2 Liter braunes, belgisches Bier
› 3 mittelgroße Zwiebeln	› 1 küchenfertiges Kaninchen (circa 1,1 Kilogramm)	› 1 Esslöffel Senf von Meaux (oder ein anderer grobkörniger, säuerlicher Senf)
› 1 große Knoblauchzehe	› Salz	› 100 Gramm Crème fraîche
› 1 große Möhre	› Schwarzer Pfeffer aus der Mühle	
	› 4 Baguettescheiben	

TIPPS & CO.

Warum ist Hirse so gesund?

Hirse ist eine der ältesten Kulturgetreidearten der Welt und zählte bis ins 18. Jahrhundert zu den Grundnahrungsmitteln. Ertragreichere Sorten wie Weizen, Kartoffeln und Mais verdrängten sie schließlich weitgehend. Zu Unrecht, denn Hirse ist gesund. „Sie enthält reichlich Eiweiß und Mineralstoffe, vor allem Eisen und Magnesium“, sagt Sabine Hülsmann, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Das bereichert insbesondere den Speiseplan von Veganern und Vegetariern. Da Hirse von Natur aus glutenfrei ist, eignet sie sich auch für Menschen mit Zöliakie oder einer Glutenempfindlichkeit. Die beliebteste Speisehirse ist die Goldhirse mit ihren gelben Samenkörnern. Sie wird auch Rispenhirse genannt und lässt sich ähnlich wie Reis zubereiten. (exb)



Hirse ist ein beliebtes Getreide. Bild: Verbraucherzentrale Bayern

Für kalte Herbsttage: Leckere Fränkische Kartoffelsuppe

■ Zutaten:

- › 500 g Kartoffeln, festkochend
- › 150 g Möhren
- › 1Zwiebel, mittelgroß
- › 120 gLauch
- › 2 EL Pflanzenöl
- › 750 g Gemüsebrühe
- › 100 g Sahne, 30 % Fett
- › 150 gSpeck
- › 4 Würstchen
- › 4 Stiele Petersilie
- › Salz und Pfeffer
- › Muskat



Perfekt für die Herbstzeit: Kartoffelsuppe.

Bild: KMG/diekartoffel.de

■ Zubereitung:

Kartoffeln, Möhren und Zwiebeln waschen, trocken tupfen und schälen. Lauch gründlich waschen. Alles in Würfel schneiden und in einem Topf mit heißem Öl bei mittlerer Hitze 3 bis 4 Minuten dünsten. Mit Brühe auf-

füllen und für etwa 30 Minuten köcheln lassen. Sahne hinzugeben und weitere 10 Minuten kochen lassen und Suppe grob pürieren. Speck in Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Öl auslassen. Würstchen in mundgerechte Stücke schneiden und zum Speck

geben. Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie waschen, trockenschütteln und grob hacken. Portionsweise Speck, Würstchen und Petersilie über die Suppe geben und heiß servieren. (exb)

Quelle: Kartoffel-Marketing GmbH

Blindbacken ist praktisch

Beim Blind- oder Leerbacken handelt es sich um das Vorbacken von Kuchen- oder Quicheteig im Backofen ohne Belag. Am häufigsten wird das bei Mürbteigen gemacht. Dafür wird der Teig wie gewohnt in einer gefetteten Backform ausgelegt und mit einer Gabel eingestochen. Anschließend bedeckt man den Teig mit Backpapier und beschwert dieses mit getrockneten Hülsenfrüchten wie Bohnen, Linsen oder Erb-

sen. Nach etwa 10 bis 15 Minuten Backzeit werden die Hülsenfrüchte entfernt und der Boden kann weiterverarbeitet werden. Besonders bei Obst- oder Käsekuchen wird der Boden gerne blindgebacken. „Der Vorteil dabei ist, dass der Teig nicht zu stark oder unregelmäßig aufgeht“, sagt Sabine Hülsmann, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Ein weiteres Plus: Der Mürbteig- oder

Quicheboden wird knuspriger. Die Hülsenfrüchte sollten nach dem Auskühlen in einem sauberen Schraubglas aufbewahrt werden. So können sie viele weitere Male zum Blindbacken verwendet werden. Als Alternative zu Hülsenfrüchten kann man auch andere saubere und hitzestabile Materialien verwenden, etwa Glaskugeln, Steine oder spezielle Blindbackkugeln. (exb)

Wie kann ich
Energie tanken,
die aufs Haus geht?

it's on us

Mit E.ON von der Kraft der Sonne profitieren. Dank Solaranlage eigenen Strom produzieren und mit dem Home Energiemanager intelligent steuern sowie bestmöglich nutzen. Zum Beispiel zum sauberen und günstigeren Laden eures E-Autos. Wir bringen neue Energie in jedes Zuhause!

Jetzt mehr erfahren unter eon.de/solar

e-on

Eins nach dem anderen

Wollen Sie auch alles gleichzeitig erledigen? Multitasking ist ein Phänomen unserer Zeit. Doch glücklich macht uns das nicht, ganz im Gegenteil. Dauernd mehrere Aufgaben auf einmal auszuführen, kann zu Burnout und Depressionen führen.

Gleichzeitig telefonieren, E-Mails checken, Radio hören und mit Kollegen kommunizieren. Für die meisten von uns gehört das sogenannte Multitasking zum Alltag – nicht nur im Job. Laut Definition versteht man unter dem Begriff Multitasking die Ausführung zweier oder mehrerer Aufgaben zur gleichen Zeit oder abwechselnd in kurzen Zeitabschnitten.

Und so helfen wir zum Beispiel den Kindern bei den Hausaufgaben, legen nebenbei die Wäsche zusammen und antworten noch schnell



Wir sollten damit aufhören, immer alles gleichzeitig erledigen zu wollen. Eins nach dem anderen – das sollte die Devise sein. Symbolbild: Srdjan Randjelovic – stock.adobe.com

einem Freund per Whatsapp. Oder wir bereiten das Abendessen zu, reparieren gleichzeitig den Küchenschrank und schauen die Nachrichten auf dem Fernseher. Alles ganz normal – oder nicht? „Super“, denken wir dann vielleicht auch noch. „So viele Dinge auf einmal geschafft.“ Doch das Gefühl, besonders produktiv gewesen zu sein, täuscht. Fakt ist: Erledigen wir mehrere Aufgaben gleichzeitig, wechselt unsere Aufmerksamkeit im Millisekundenbereich zwischen den Tätigkeiten hin und her, das Konzentrieren fällt uns schwer.

Wissenschaftliche Studien zeigen auch, dass Multitasking im Körper Stressreaktionen auslöst, indem es das sympathische Nervensystem aktiviert. Das bedeutet: Unser Körper wird in Alarmbereitschaft versetzt, die Hormone Adrenalin und Norad-

renalin werden freigesetzt, der Blutdruck steigt. Und das sind nur einige der Reaktionen, die aufgrund von Stress erzeugt werden.

„Das menschliche Gehirn kann nur eine geringe Anzahl an Aufgaben parallel erledigen“, sagt Professor Dr. Frank Erbguth, Präsident der Deutschen Hirnstiftung, zu diesem Thema. „Erst recht, wenn die Aufgaben ähnliche Hirnregionen fordern. So ist bügeln und gleichzeitig zu singen weniger anspruchsvoll, als einer Fachdiskussion in einem Meeting zu folgen und nebenbei eine Mail zu beantworten – besonders dann, wenn man solche Mehrbelastungen Tag für Tag auf sich nimmt.“ Bestimmt „Multitasking-Stress“ über längere Zeit unser Leben, nimmt das Risiko einer Burnout-Erkrankung zu. Laut aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen kann das au-

ßerdem zu Depressionen führen.

Warum müssen wir also ständig alles gleichzeitig tun, statt in Ruhe eins nach dem anderen? Besonders produktiv ist das nicht. Abgesehen davon, dass es uns nur stresst und alles andere als glücklich macht. Und in einen Flow-Zustand kommen wir so auch nicht. Denn dieser entsteht nur dann, wenn wir uns so in eine Sache vertiefen, dass wir die Zeit und alles um uns herum vergessen. Im Gegensatz zu Multitasking macht dieser Flow so richtig glücklich, wir haben Spaß an dem, was wir tun. Konzentrieren wir uns also wieder lieber auf eine einzige Aufgabe zur gleichen Zeit. Nicht umsonst heißt es so schön: „In der Ruhe liegt die Kraft.“ (ewa)

Mehr Rezepte zum Glück auf: www.onetz.de/themen/gluecksrezept



Evi Wagner

... sucht für Sie regelmäßig das Glück. Inzwischen ist aus der wöchentlichen Rubrik der Autorin und freien Journalistin aus Amberg ein ganzes Buch geworden: „Glück – Rezepte für mehr Lebensfreude“ (www.battenberg-gietl.de).

Kontakt: redowz@oberpfalzmedien.de

KURZ GEMELDET

Stadt Amberg öffnet Wärmestube

Amberg. (exb) Die Stadt Amberg stellt auch in diesem Jahr wieder eine warme Unterkunft in der kalten Jahreszeit für Obdachlose und Nichtsesshafte zur Verfügung. Laut einer Mitteilung der Stadt ist die Wärmestube in der Austraße ab Montag, 21. Oktober, zu folgenden Zeiten geöffnet: montags bis freitags von 8 Uhr bis 12 Uhr, dienstags und mittwochs von 14 Uhr bis 16 Uhr und donnerstags von 14 Uhr bis 17 Uhr.

Der Aufenthaltsraum der Wohnung verfügt unter anderem über Kühlschrank, Spüle und Herd. Außerdem sind in den Zimmern der Wohnung fünf Betten und ein Badezimmer mit Badewanne zu finden, die von durchreisenden Obdachlosen tageweise benutzt werden können.

Berechtigungsscheine, um in der Wohnung übernachten zu können, gibt es bei der Polizei oder auf Anfrage beim Amt für soziale Angelegenheiten (Spitalgraben 3). Verwaltet werden Wohnung und Wärmestube von einem Hausmeister.

Vortrag: „Gibt es ein Leben nach dem Tod?“

Amberg. (exb) Der bekannte Sterbeforscher Bernard Jakoby hält am Freitag, 8. November, um 19.30 Uhr im Musikum in Amberg einen Vortrag mit dem Thema „Gibt es ein Leben nach dem Tod?“. Jakoby gilt als Experte für Nahtoderfahrungen in Europa, er erörtert die Frage, was nach dem Tod geschieht und versucht, seinem Publikum die Angst vor dem Lebensende zu nehmen. Die Angst vor dem Tod betrifft jeden Menschen. „Sterbefor-



Sterbeforscher Bernard Jakoby referiert in Amberg. Bild: Jakoby/exb

scher schätzen, dass jeder zehnte Mensch bereits eine bewusste Begegnung mit dem Tod hatte“, heißt es in der Ankündigung. „Aus diesen Erfahrungen lassen sich klare Erkenntnisse gewinnen, die jedoch oft von Unsicherheit und Angst überschattet werden.“ In seinem Vortrag versucht Jakoby, die verschiedenen Aspekte von Nahtoderfahrungen zu einem Gesamtbild zusammenzufügen.

Karten gibt es im Vorverkauf auf www.nt-ticket.de, unter der Tickethotline 0961/85-550 oder 09621/306-230 sowie in allen Geschäftsstellen von Oberpfalz-Medien und den NT-Ticket-Vorverkaufsstellen.

Schrankenloses Parken am Klinikum

Amberg. (exb) Das Klinikum St. Marien Amberg stellt Ende Oktober das Parksystem für die eigenen Parkplätze auf einen schrankenlosen Betrieb um. Dies betrifft den oberen Parkplatz am Mariahilfbergweg sowie die Parkflächen bei der Zentralen Notaufnahme in der Wiltmaierstraße. Für Patienten und Besucher bedeutet dies laut Mitteilung

des Klinikums: Sie können in den Parkplatz am Klinikum zukünftig schrankenlos einfahren. Bei der Einfahrt wird das Autokennzeichen mittels einer Kamera erfasst. Vor dem Verlassen des Parkplatzes kann man am Kassenautomaten bar oder mit Karte bezahlen. Dazu wird das Kennzeichen am Kassenautomaten eingegeben, die Parkgebühr wird berechnet und bezahlt, dann können die Parkflächen wieder schrankenlos verlassen werden.

Bayerischer Volkstanzabend

Kümmersbruck. (exb) Das Kultur-Schloss Theuern lädt am Samstag, 9. November, um 19.30 Uhr zu einem Tanzabend ein. Mit musikalischer Begleitung von den Birgländer Musikanten. Teilnehmen dürfen an diesem Abschlussabend nicht nur die Absolventen des vorangegangenen Volkstanzkurses, sondern jeder, der gerne mal wieder das Tanzbein schwingen möchte.

Karten gibt es im Vorverkauf auf www.nt-ticket.de sowie unter der Tickethotline 0961/85-550 oder 09621/306-230.

OWZ-STERNSTUNDEN

vom 19. bis 25. 10. 2024

Widder (21. 3. bis 20. 4.)

Seien Sie nicht so skeptisch. Bleiben Sie zufrieden mit den positiven Dingen im Leben. Davon gibt es mehr, als man glaubt.

Stier (21. 4. bis 20. 5.)

In einer Angelegenheit ist das letzte Wort noch nicht gesprochen. Man schätzt Ihre Hilfe sehr und möchte ungern auf Sie verzichten.

Zwillinge (21. 5. bis 21. 6.)

Heimliches Seufzen hilft nun nichts. Sie haben Ihre Finanzkraft überschätzt. Die gute Laune kann Ihnen trotzdem niemand nehmen.

Krebs (22. 6. bis 22. 7.)

Am sichersten wird es sein, wenn Sie erst einmal abwarten, wie sich die Dinge entwickeln. Vergeuden Sie Ihre Kräfte nicht an unnütze Vorhaben.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Jetzt erleben Sie auf beruflichem Gebiet den erwünschten Durchbruch. Nun aber nicht gleich übertrieben agieren! Bewahren Sie sich Ihre Kräfte.

Jungfrau (24. 8. bis 23. 9.)

Ihre körperliche Leistungsfähigkeit ist derzeit besonders ausgeprägt. Geistig anregende Aspekte vermitteln Ihnen neue, erfrischende Eindrücke.

Waage (24. 9. bis 23. 10.)

Wünschen Sie sich ein Dinner zu zweit? Dann ist jetzt die Zeit gekommen, jemand ganz Besonderen dazu einzuladen.

Skorpion (24. 10. bis 22. 11.)

Ihre Sinne sind geschärft. Ihr Instinkt ist bereit und der Verstand hellwach. Besser gerüstet könnten Sie ein Projekt gar nicht angehen.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Ihr Ehrgeiz ist bekannt und verleitet andere schnell, Ihnen mehr aufzutragen, als Sie gut bewältigen können. Setzen Sie die Grenzen.

Steinbock (22. 12. bis 20. 1.)

Mit vielen Vorhaben kommen Sie nun ein gutes Stück voran. Bleiben Sie am Ball und lassen Sie nicht locker. Diese Glückssträhne hält nicht ewig an.

Wassermann (21. 1. bis 19. 2.)

Sie müssen sich jetzt ganz intensiv mit einer Aufgabenstellung vertraut machen und sich gewissenhaft in eine neue Materie einarbeiten.

Fische (20. 2. bis 20. 3.)

Sie verbreiten entspanntes Klima, deswegen begegnen Ihnen die Mitmenschen mit Wohlwollen. Beziehungen gedeihen auf diesem liebevollen Boden besonders gut.

NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110
Feuerwehr	112
Notarzt/Rettungsdienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Giftnotruf	089/19240
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923 0941/9440 (Uni)
Telefonseelsorge	
Nordoberpfalz	0800/1110111
Kinder-/Jugendtelefon	0800/5458668
Donum Vitae	0800/0066737
Weißer Ring	0800/343434

Notruf für Eltern	0800/1110550
Notruf für Frauen und Mädchen (SkF)	09621/22200
Frauenhaus Burglengelfeld	09471/7131
Frauenhaus Weiden	0961/3893170
Frauenhaus Amberg	09621/487272
Kartensperr-Notruf	116116
ADAC-Pannenhilfe	
Festnetz:	0180/2222222
Handy:	222222
ACE (Autoclub Europa)	
Pannenhilfe	0711/530343536

OWZ-REDAKTION & VERTEILUNG

OWZ-Zentralredaktion:
Telefon: 0961/85-480
Fax: 0961/85-555-323
E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-Verteilung:
Telefon: 0961/85-501
Anzeigen-Service:
Telefon: 0961/85-502
09621/306-130

IMPRESSUM

Die Ausgabe OWZ Nord und OWZ Süd erscheint selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlags, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in elektronischer oder anderer Datenbanken aufzunehmen. Für unverlangt eingesandene Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Verlag:
OWZ
Oberpfälzer Wochenzeitungs-Verlag GmbH
Hausadresse: Weigelstraße 16, 92637 Weiden
Briefadresse: Postfach 1340, 92603 Weiden

Geschäftsleitung:
Thomas Maul

Zentrale Redaktionsleitung:
Kai Gohlke (verantwort.)
Sandra Schmidt (stellv.)
E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de

Technische Gesamtherstellung:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Erscheinungsweise:
wöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr
Anzeigenschluss: Mittwoch, 16 Uhr

Anzeigenpreise: lt. Preisliste Nr. 59, 1. Januar 2024

Anzeigenannahme:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden
Telefon 0961/85-502
E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

Für den Anzeigeninhalt ist der Auftraggeber selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlags, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in elektronischer oder anderer Datenbanken aufzunehmen. Für unverlangt eingesandene Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr.

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-Briefkasten.de

Bundesverband kostenloser Wochenzeitungen **BVDA**

Als Beitrag zum Umweltschutz ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt.

Auto & Motor

Ford



Fiesta, EZ 2006, 60 PS, 8fach ber., 164 TKM, HU 8/25. VB 1.200,- €
☎ 0160/9807770

Mercedes



Mercedes W 221, 350 S, Bj. 08.2006, 272 PS, 6 Zyl., 69.800 km, blaumet., Autom., Klima, Navi, Leder, u.v.m zu verk. VB 16.500 €. ☎ 0172/8225866

C 220T CDI, 157.000 km, Bj. 3/2014 silbermet. TÜV neu, 10.800 €
Tel. 09661-1212

Mini



Mini Cooper R 50, EZ 2004, 116 PS, 3-irg., TÜV neu, blaumet., Euro 4 grüne Plakette, Klima, Panoramadach, Sitzheizung, ZV uvm., sehr guter Zustand, 2950,-€ ☎ 0175/2373872

Škoda



Winterauto: Skoda Fabia, 1397 ccm, 40 kW/60 PS, Euro 4, Bj. 2002, 141.057 km, Farbe blau, TÜV 4/2025, Klima, Servo, 5-Gg-Getr., Radio, ZV, Zahnriemen u. gr. Kd.-Dienst bei 108.000 km sowie Batterie u. Fußmatten neu, 1.650,- € ☎ 0171/8149623

Volkswagen



VW Golf 1.5 TSI RACT, BMT, DSG, R-Line, 57 TKM, Bj. 2018, Panoramadach, 150 PS, 2. Hand, unfallfrei, gepflegt, 10.800,-€. ☎ 0163/2465341

VW Golf Plus, 1197 ccm, 63 kW (85 PS), Bj. 2011, silbermet., schadstoffarm E05, TÜV neu, 122.000 km, Ausstattung: eFH, eASP, Klima, Fußmatten, ZV, AHK, Topzustand, kein Rost, 6750,- €. ☎ 0171/8149623

VW Polo Comfortline 1.2 TSI, 90 PS, 1-a-Zust., TÜV 2026, EZ 2015, 110 tkm, schwarz, 8-f. ber., Alu-Sommer-Reifen, Tempomat, Klima, Sitzhgz., uvm., VB 7.500 €. ☎ 0151/54721332



VW T4 SYNCRO CALIFORNIA Verkauft Rarität Original VW T4 SYNCRO California. Baujahr 10.2002. KM 189900, Fahrzeug ist komplett restauriert, kein Rost, alle Verschleißteile neu. Aufstell-dach, Gaskocher, Kühlschrank, Drehsitze vorne, Standheizung, Markise. Preis VB 33900,-. ☎ 01715874707



ZWEIRAD SCHIßLBAUER SCHWANDORF

DER WINTER MUSS WARTEN! Kombi-Aktion* und große Euro-5 Abverkauf-Aktion**!

Kombi-Aktion:

BMW R 1250 GS ADV inkl. 3 Alu-Koffer in silber statt € 27.900,- **NUR € 22.990,-**
Fahrzeuge mit Tageszulassung und 0 km!

EURO-5 Aktion:

BMW R 1250 RS statt € 21.485,- **NUR € 16.990,-**
BMW R 1250 R statt € 19.960,- **NUR € 15.990,-**
BMW S 1000 R statt € 19.325,- **NUR € 15.999,-**

Gerne auch günstig finanzieren!

* Aktion bis 31.10.2024 ** Aktion und Kundenzulassung bis 30.11.2024



Franz Schißlbauer Zweirad GmbH
Nürnbergerstraße 4a, 92421 Schwandorf
Tel.: 09431 9970430, info@schisslbauer.de
www.bmw-motorrad.de/schisslbauer-schwandorf

E-Auto



Renault Zoe, 41 kW, 109 PS, Bj. 04/19, 49.800 km, TÜV 06/26, scheckheft-gepf., WR/SR auf Alu, Klima, Standheizung, Tempomat, Navi, Bordcomp., Freisprech., 8.999,- €. ☎ 0171/5565356



Rentnerpaar hat 1 VW-E-up z u v i e l
1 Normreichw. 260 km, auch für große Leute, BEIDE: EZ Sommer 2022, VW-Garantie-Verl. auf 5 Jahre, Vollaussstattung, CCS-Schnelladung, 4 Rekuperations-St., unfallfrei, 8-fach gut bereit, ab 11.300 km, VB je 17.400,- €, Tel/WhatsApp 0177-2865696.

Kfz-Verschiedenes

A160, Bj. 03, TÜV 12/24, zum herrichten oder ausschachten ☎ 0170/5220798

Oldtimer

VW T3 CARAVELLE PANORAMA-DACH OLDTIMER Verkauft meinen T3 Caravelle Baujahr März 1988. Fahrzeug hat eine Oldtimerzulassung. Der Bus ist original zweifarbig lackiert. Dach weiß, unten rot. 8 Sitze, großes Panoramamaschiebedach, 2 Drehsitze vorne, AHK usw. Ein Vorbesitzer. Preis VB 13000,- Euro. ☎ 01715874707

VW KÄFER OLDTIMER Verkauft meinen roten VW Käfer. Baujahr April 1970. Kein Mexico Käfer. Er ist komplett restauriert. In original Farbe lackiert. Der Käfer muss nur noch komplett zusammengebaut werden. Viele Neuteile vorhanden. Fahrzeug ist 33 Jahre in meinen Besitz. Preis VB 7900,- ☎ 01715874707

Günstige Gebrauchte



Inserieren Sie in unserer Rubrik „Günstige Gebrauchte“ und verkaufen Sie hier Ihren Gebrauchtwagen.

Gleich schalten unter:
www.onetz.de/anzeigen
anzeigen@oberpfalzmedien.de
Tel.: 0961 85 - 502

Bereifung

Reifen Allgemein

Winterreifen Ford Fiesta 4 Winterreifen auf Stahlfelge, 195/60 R15 T semperit für Ford Fiesta; neuwertig Preis: 250€ VB ☎ 0163/7122406

Reifen bis 13 Zoll

4 Winterkomplettträder für Fiat Panda Gr. 155/80 R 13 T, VB € 200,-. ☎ 0961/46676

Winterreifen 165/70 R13 79T, zu kaufen gesucht. ☎ 0160/92650937

Reifen 15 Zoll

4 Winterreifen 185/60 R15 auf Stahl-felgen, VB 200,-€, Fireston 7mm, ☎ 015172810108

Reifen 16 Zoll

4 Winterreifen mit Alufelgen, 16Zoll, für BMW 218i, 195/65/R16, Preis VB, Tel. 09635-1589

WR 22/16 auf Alu, f. Mazda X3, 215/60R16, Fulda, VB 150,- €. ☎ 09681/918079

4 Winterräder Fulda für Opel CROSS-LAND X, 205/60R16 92H, wenig gefahren, 450,-€. ☎ 09666/635

Reifen 17 Zoll

Umstände halber ein kpl. Radsatz für T-ROC, neuwertig, 215/55 R17, **2 kpl. Radsätze für Audi A 6** Felgen gut erhalten. ☎ 0151/15153261

WR 17 Zoll 215/65 R17 103 H, 6 bis 7 mm Profil auf **Alufelge**, schwarz, KBA RC Design, VB 450 €. ☎ 0160 51 07 481

Reifen ab 18 Zoll

Audi A3/S3 8Y, Winterkomplettträder 225/40 R18 92V auf Alufelgen 8,0 J x 18, vom Neufahrzeug 09/23 zu verkaufen. Preis VB. ☎ 0160/99101410

Autokaufgesuche

Suche Kleintransporter VW T5 Crafter oder Sprinter. ☎ 09431/1594 oder ☎ 0177/8667068

Wurde Ihnen im Straßenverkehr geholfen?

Jetzt können Sie Ihren „Kavalier der Straße“ online übers Internet melden.

www.kavalier-der-strasse.de



Kavalier der Straße
Arbeitsgemeinschaft
Deutscher Tageszeitungen
im Deutschen Verkehrs-sicherheitsrat e.V.

www.kavalier-der-strasse.de



20%

oberpfalz
medien

RABATT AUF IHRE KFZ-ANZEIGE UND EIN KOSTENLOSES BILD!

Gültig nur für private Kleinanzeigen im KFZ-Markt. Einlösbar nur für einen Anzeigenauftrag. Kann nicht mit anderen Rabattaktionen kombiniert werden.

Aktionsende: 30.11.2024

Oberpfalz Medien GmbH | Telefon 0961/85-502
Weigelstraße 16, 92637 Weiden



Autoverwertung Wollenzhofen GmbH
kauft Autos zum Ausschachten und Schrottfahrzeuge.

Wir zahlen Bestpreise für Audi, BMW, Opel, VW, Mercedes und viele andere! Sofortige Barzahlung.
Günstige Gebrauchtteile zu verkaufen.
Tel. 09626-929806, Mobil 0171-2615437 (WhatsApp)

Kaufe Schrottautos!
Firma, Tel. 0171/4522135

Älteren Mercedes PKW Diesel Automatik, evtl. AHK, ab Bj. 2008 ges., ☎ 0152/37097210

Familie sucht gut erh. Toyota RAV4 von privat, für die Jagd, max. 10.000,- €. ☎ 0151/24164383

Wohnmobile/Caravan

Weihnachtswunsch! Wohnmobil oder Campingbus bis 45.000,- € zum Kauf ges. Seriöses Ehepaar freut sich auf ein Angebot, rufen auch gerne zurück, ☎ 01578/1499750

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.

Familie sucht Wohnwagen oder Wohnmobil. Tel.+WhAp.0157-92527588

Wohnwagen

Suche Unterstellmöglichkeit für einen Wohnwagen 7,3 m lang, 2,3 m hoch. Für den Winter, gerne auch das ganze Jahr im Raum Tirschenreuth. Tel: 0152-25148933

Boote

Suche Sportboot / Motorboot funktionsfähig oder defekt 0151 17516024

Motorräder

Suche Mofa, Moped, Motorrad, auch Teile oder Konfolut. ☎ 0160/99631807

Räder/Bikes

Damen-Fahrrad, 8Gang, sehr gut erhalten, Pr. 80,- €. ☎ 09621/71597

Zweiradkaufgesuche

#SUCHE VESPA - Moped - Oldtimer# bis Bj. 90 gerne z. Herrichten - Basteln T:01781880068 by-1968@web.de



AKTION

2 - 5 Zeilen für 5,00 €*
Jede weitere Zeile 1,00 €

*inkl. MwSt.

Geben Sie jetzt Ihre private Kleinanzeige in unserer **Wintersportbörse** auf.

Erscheinungstermine:

Sa., 26.10.2024 - Fr., 01.11.2024

Erscheinungsweise:

- täglich in der Tageszeitung (Gesamtausgabe)
- Oberpfälzer Wochenzeitung OWZ (1 Erscheinungstermin)
- Internet (1 Woche online)

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/85-502
E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

oberpfalz
medien

Setzen Sie auf diese Karte



Leser-Service **0961/85-501**
oder unter www.onetz.de/vorteils-card

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16
92637 Weiden



BIS ZU 100 % RABATT

... wenn Sie hier Ihren „Gebrauchten“ verkaufen.

Sie haben Ihr Auto beim ersten Inserieren nicht verkauft?
Kein Problem. Für die **zweite Anzeige** zahlen Sie nur noch **50 %**.
Die **Dritte** kostet noch **25 %** und mit der **vierten** Anzeige bewerben Sie Ihren Gebrauchten **kostenlos**.

Rufen Sie an!

Wir beraten Sie gerne!

Aktion nur gültig für Privatkunden.
Die inbegriffene Online-Veröffentlichung (4,- €) ist nicht rabattierbar.

Selber **verkaufen** lohnt sich!
Mit unserer **Kleinanzeigen-Aktion** verkaufen Sie Ihren **Gebrauchtwagen** sicher zum **guten Preis!**

Anzeigen-Service 0961/85-502

oberpfalz
medien

ANKAUF/ VERKAUF

Alles fürs Kind

Höhenverstellbares Laufgitter mit Matratze zu verkaufen. ☎ 09603/1802

Bekleidung



Ihre Artikel jetzt mit einem Bild hervorheben!
Bildpreis nur 10,50 €*
Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:

anzeigen@oberpfalzmedien.de

*Preis versteht sich inkl. MwSt.
Nur gültig für Privatkunden

Verkaufe Damen-Trekking-Schuhe, NP 220,- €, Gore Tex, Gr. 6,5, 50,- €, Damen Stiefel, Leder, Gr. 40, 20,- €, Herren Leder-Halbstiefel, gef. Schnürer, Gr. 42, Rieker, 25,- € alle neu. ☎ 0961/27818

Brennstoffe

Brennholz Fichte, Kiefer, trocken, Rundholz 1m, Ster 42 €, Birke frisch, 1m, gespalten, Ster 85 €, Mischholz, trocken, 1 m, gespalten, 65 €, Mischholz, trocken, 30 cm, trocken, SRM 75, Raum W'esb. ☎ 0151/61009303

Brennholz zu verkaufen 1m lang, gespalten und trocken, 65 € pro Ster. Holz Ofenfertig trocken ca. 33 cm lang, 70 - 75 € je Ster. Kein Schüttmass. ☎ 09637/215

Brennholz zu verkaufen, 1m-lang, gespalten; oder 33cm Ofenfertig; Tel. 0175-123356



2 - 5 Zeilen für 24,99 €*
Jede weitere Zeile 3,50 €

Geben Sie jetzt Ihre private **Kleinanzeige** auf.

Gültig für private
Kleinanzeigen, z.B.

- » Heimwerkergeräte
- » Gartengeräte/-bedarf
- » Pflanzen

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16
92637 Weiden
Telefon: 0961/ 85 - 502
anzeigen@oberpfalzmedien.de *inkl. MwSt.

Einrichtung/Haushalt



Esszi.möbel-Garnitur besteh. a. **Tisch**, 0,90 x 1,35, ausziehb. auf 1,95x0,74 m u. **6 Stühle**, 4 davon neu gepolstert, **Möbel** in Eiche mass., gut. Zust., **Teppich**, 2,0x3,0 m, Abzuhol. Ende Nov./Dez. '24, Pr. VB. ☎ 09621/83863



Umstände halber zwei neuwertige Sofas abzugeben, 2 m breit mit Federn sowie eine Liegecouch, 1,80 m breit. VB 200,- € für beide ☎ 0171/5361853

Wohnungsauflösung, Möbel aller Art, Amberg, Merzstr. 11. ☎ 0175 15 38 314, Samstag ganztags und nach Termin Absprache.



NEUWERTIG Lederecksofa Ewald Schillig, cappuccino u. zwei Vitrinen Echtholz, eschefarben mit Beleuchtung. Preis VB ☎ 0171/6767401



Ottomane mit Hocker, VB 120 € ☎ 0176/81100334 Amberg



Bistrotisch mit vier Stühlen, VB 300,- €. ☎ 0170/3139370



Couchtisch zu verkaufen 82x140cm 150€ Tel. 0151 62673619

Wohnungsräumung Möbel: Esszimmer Ahorn (4-teilig; VB 150 €), Wohnzimmer Schrankwand Erle (VB 200 €), Wohnzimmer Weiß/Nussbaum mit Glas (VB 200 €), Garderobe Erle (4-teilig; VB 125 €), Sitz Landschaft U-Form, Beige, Anschaffung 12/2022 (140x335x165 cm; VB 1500 €). Tel.: 09605/922656



Vitrine mit Glaseinsätzen, VB 150,- €. ☎ 0170/3139370

Kleiderschrank begehbar Verkaufen einen ca. 3 Jahre alten begehbaren Kleiderschrank mit so gut wie keine Gebrauchsspuren. Neupreis lag ca. bei 600€, VB 350,- €. ☎ 015122884485



Esszimmertisch mit fünf Stühlen, VB 350,- €. ☎ 0170/3139370

Wohnungsauflösung in Auerbach wg. Umzug am 19.10.2024, Besichtigung nach tel. Vereinbarung. ☎ 09661/3382 od. 0170/1494559

Flohmärkte/Basare

Hausflohmärkt wegen Geschäftsaufgabe am Freitag, 18.10. und Samstag, 19.10. von 10 bis 18 Uhr, in Waidhaus, Hauptstr. 8.

Hausflohmärkt wegen Haushaltsauflösung! Freitag, 25.10., 14 - 17 Uhr, Samstag, 26.10., 9 - 12 Uhr, Bücher, Playmobil, Lego, Bleikristall, Geschirr, Möbel, Bücherregale, Werkzeuge uvm., **Pechbrunn, Nelkenstr. 3**

Geschäftsanzeigen

Landschaftsgärtner ☎ 0160/96769536 Grabpflege, Büsche/Hecken, Herbst-rückschnitt, **Winter-Dienst**

Heimwerkergeräte

Bosch Schlagbohrmaschine m. Steinbohrer lang u. kurz, in Metallkoffer, neuw., zu verk. 300,- € ☎ 09666/635

Heizung/Energie/Öfen

Verkaufe 1 Küchenofen, 1 Zimmerofen schürbar mit Holz. ☎ 0157/74459787

HiFi/TV/Video

Suche hochwertige HiFi-Anlagen, Komponenten, Verstärker, Lautsprecher, Plattenspieler, Boxen, MD-, CD-, DAT-Player, Kopfhörer, Tonabnehmer. ☎ 0179/9044390

Kaufgesuche

Suche von Privat: Teppiche, Porzellan, Bilder, Uhren, Kristall, Pelze, Dekoratives, Schmuck, Trachten, Instrumente, Militaria, Zinn, Münzen, Besteck uvm. Unverbindliche Wertermittlung. Seröse Abwicklung in bar! **Ihr Fachmann aus der Oberpfalz** ☎ 0178/3804915

Suche günstige alte stehende Wurstfüllmaschine/Spritze m. Handkurbel, 10-20 l, die nicht mehr gebraucht wird. (Keine Tischspritze od. Elektrospritze), Marke/Alter egal, alles anbieten mit Foto und Preis Zuschr. Nr. W47558Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Wer verkauft alte Marktreidwitzer Krippenfiguren aus Ton, im Allgäuer Stil, von 1920 bis 1950. Bitte dringend melden unter ☎ 09602/3470 (AB)

Suche zu Dekorationszwecken: Küchenwaage. ☎ 0178/3738382

Suche privat Vorwerkstaubsauger und Hutschenreuther Geschirr. ☎ 0172/2721821

Suche Rau Kombi Legemaschine und kleinen Wurstkutter und Schneefräse. ☎ 0157/54649053

Suche Nähmaschine und Hirschgeweihe ☎ 0179/1131314

Suche altes rundes Granitkrautfass und alte Emaille-Schilder. ☎ 0172 85 68 381

Suche Vorwerk-Staubsauger und einen **Regulator**. ☎ 0155/10615079

Su. Lederhosen, Charivari, Kropfketten, Pelze, Schmuck, Zinn. ☎ 0178/5351818

Musikinstrumente



Klavier Steiner, L/H/B 149/120/60 cm mit Hocker in sehr gutem Zustand, voll funktionsfähig bei Selbstabholung zu verkaufen. Preis VB ☎ 09621/23437 oder ☎ 0160/90483638

Hohner Arkordeon 60 B, silber-schw., mit Koffer, gut erhalten, zu verk. ☎ 0152/06668302

Unsere Magazine
für Sie.
onetz.de/magazine

UNHEIMLICH GUT INFORMIERT MIT DEM PREMIUMABO

- 4 Wochen tägliche Lieferung frei Haus
- Inklusive E-Paper und OnetzPlus
- Abo endet automatisch



QR-Code scannen
oder bequem online
bestellen unter
onetz.de/halloweenabo

Telefon
0961 / 85 - 501

4 Wochen
Premiumabo*
für nur 29,90 € +
Plüsch-Gespennst



*Auch nur als E-Paper oder gedruckte Ausgabe möglich!

oberpfalz
medien

Plüschgeist, ca. 19 cm hoch, solange Vorrat reicht.



ANKAUF/ VERKAUF

Pflanzen



3 Jucca Palmen und 1 Gummibaum, ca. 1,80 m, zu verk., Pro Stück 80,- €, neu umgepft, Selbstabholung. ☎ 09621/64395

Gartenbonsai Schön gestaltete Gartenbonsai aus privater Zucht. Mehrmals verpflanzt mit gut durchwurzelter Pflanzballen. Erleben Sie die Jahreszeiten an einen Bonsai als Laubgehölz Hainbuche / Roteiche. Frischer Laubaustrieb im Frühjahr, schöne Herbstfärbung. Frosthart und Schädlingfrei. Größe ca. 3,50 m. Preis VB. Tel. 015151666175

Schmuck/Uhren

Bringen Sie Farbe ins Spiel! Farbiger Hintergrund für nur 6,- €* Einfach telefonisch oder schriftlich unter: **0961/ 85-502 anzeigen@oberpfalzmedien.de** *Preis versteht sich inkl. MwSt. Nur gültig für Privatkunden

Spielwaren

Märklin-Eisenbahn HO mit vielen Lokomotiven und Waggons zu verkaufen. Nähere Info unter ☎ 09644/8549

Sport/Freizeit/Hobby

Suche 2 Mitspieler/innen für freitags **Schafkopfrunde**, Raum Barnau/TIR. ☎ 0173/9453261



Schenken Sie Kindern eine positive Zukunft.

Jetzt Pate werden: sos-kinderdorf.de



Neugierig?



Gleich anrufen und abonnieren: **Leser-Service 0961/85-501**

Jeden Tag das
Neueste aus
Ihrer Region!

Oberpfalz Medien
GmbH
Weigelstraße 16
92637 Weiden



Tickets



Bilder sagen mehr als Worte! Ein Bild für nur 10,50 €* Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an: **anzeigen@oberpfalzmedien.de** *Preis versteht sich inkl. MwSt. Nur gültig für Privatkunden

Verkäufe

Gute Winterbirnen, ungespritzt, in OVI. ☎ 09671/3125

Verkaufe handgestrickte Kuscheldecken, 1,20 m x 2 m, und Dreiecktücher ☎ 0151/26208373



Pflastersteine, 35/20/8, ca. 20 m², granatgrau, Preis nach Vereinbarung. ☎ 0171/5361853

Gewehre nur an Berechtigte zu verk. 1 Drilling 6,5 x 7,50, Ferlach, 16/70. 1 Drilling, 8 x 57, Krieghoff mit Einstecklauf, 16/70. 1 Drilling, 7 x 57 R, Sauer & Sohn, mit Einstecklauf, 16/70. Blaser Bockbüchseflinte 30 - 06, 12/70. Zielfernrohr Swarovski, 2,5 - 10 x 56. Selbstladeffinte 12/70 von Franchi. 1 Repetierer, 8 x 57, von Mauser. ☎ 01512/8996315

Verk. neuw. Weidner Hochdruckreiniger, Arbeitsdruck von 30 bis 180 bar, stufenlos regelbar, 20 m HD/Schlauch + Dreckfräser, Kraftstromgerät, VB. **Luftkompressor** mit gr. 90 L Luftkessel, sehr gute Ansaugleistung, ca. 600 L, neuw., Kraftstromgerät. VB. ☎ 0152/30709210

2 Ältere Uhren, zum Aufhängen oder hinstellen, aus Holz, 1 x mit Schlagwerk, teilweise handgeschnitten, Pr. VB. **Kleines Album aus dem 1. Weltkrieg**, mit Ansichtskarten. ☎ 09621/62719

500l Solar Warmwasserspeicher 2 J. alter Solar Warmwasserspeicher, 2 Wärmetauscher, Stahl emailliert, Abholung in Pressath, 650 €. ☎ 09644 5129027

Liebhhaber gesucht: Bozener Engel von Thun, Konvolut von ca. 50 versch. Modellen, **30 Gilde Figuren**, das Stück a) 3,- € + Schafkopf-Set 25,- €, jeweils nur zusammen. ☎ 0961/22690

DRECHSEL-DREHMASCHINE, Fa. Hendey, metall, massiv, über 100 Jahre alt, funktionsfähig, Preis VB. ☎ 0151/40026184

Schwarze Ledercouch, 1,80 m, leichte Gebrauchsspuren li. Lehne, VB 80,- €. **Bett**, 140 x 200 cm, Textil grau, VB 120,-€. ☎ 0151/11257994

Gebr. Stirnholzpfaster, 59x59x13 mm, ca. 25 m², zum Selbstabschleifen, Preis VB, nur Abholung. Nur SMS, ☎ 0174/6226655

Dachziegel „Biberschwanz“, gebraucht, zu verkaufen. ☎ 09234/6655

Ölgemälde alter Bauernhof von 1916, orig. Rahmen, sehr gut erhalten, zu verk. ☎ 0152/06668302

320 Kg Kohlenbriketts zu verkaufen, wg. Heizungserneuerung. ☎ 09647/1259

Handgestrickte Socken für Damen, Herren und Kinder, in allen Größen und Farben. ☎ 09605/924754

Fototasche, Auto-Poliermaschine, Rollerabdeckhaube, zu verkaufen. ☎ 0961/633556

Strandkorb, Modell Nordsee, neuwertig, grau gestreift, mit Schutzhaube, 250 €, zu verkaufen. ☎ 09625/1485

Weihnachtskrippe, Handarbeit mit Zubehör; **Bierkrüge 0,5 L aus Porzellan**, günstig abzugeben. ☎ 09607/775

Dolmar Motorsäge 115 mit 4,5 PS, gut erhalten, 200,-. ☎ 09658/674

Verk. Fallen aller Art an Museum oder privat. ☎ 09675/775

Wer verschenkt?

Rentner sucht Stoffreste Lederreste Nähzubehör Hobby Näher braucht Übungsmaterial Tel. 09631 / 79 79 80



BEKANNT- MACHUNGEN

Dienstleistungen

Biete Gartenarbeit rund um's Haus! Heckenschnitt, Rasenmähen, Pflanzenpfl., Unkrautentf., Zaunarbeiten, Steinreinigung u.v.m. ☎ 0175/ 40 71 71 9

Handwerker

Bauunternehmen, Meisterbetrieb, übernimmt Neubau-, Umbau-, Renovierungs-, Maler-, Fliesenleger- u. Bodenbelagsarbeiten, auch kleine Aufträge, sehr preisgünstig. ☎ 0151/57004087

Verschiedenes

Suche Gitarrist oder Gitarristin, einmal in der Woche, zum zusammen spielen, wohnhaft Mitterteich, nicht weiter wie 30 Kilometer, für volkstümliche Musik. ☎ 09633/7959952

Jagdessen GJR Hohenkernnath 30.10.24 19:30 im Gasthof Erlhof. Revierpächter: G.Kalweit -> Anfahrt siehe www.erlhof-erlheim.de



HAUSTIERE

Haustiere



Anderl und Luna suchen jeweils ein Zuhause; 3-jähr. mittelgroßer Labrador-mischling Anderl u. 4-jähr. zierliche kl. Pinschermixhündin freuen sich auf Besuch; kastri; verträgl; katzenfreundlich; bei Regensburg Tel. 0170/7896929

Zwergschnauzerwelpen Terrier Mix Geben unsere 2 Welpen schwarz/grau ab. Sind liebevolle kleine Hunde, die ein gutes Zuhause suchen. Kinderlieb und gut verträglich mit anderen Hunden. Elterntiere sind selbstverständlich vor Ort. VB300€ Tel. 0172 82140 29

Hundewelpen Golden Retriever Mischlinge, entwurmt, geimpft, verk. ☎ 0160/6534555

Kanarienvogel (Voliere) und 3 Graskarpfen, ca. 40 - 50 cm, zu kaufen gesucht. ☎ 09681/1718

Parson-Russell-Terrier-Welpen (höhere Form von Jack Russel) von Privat, zu verkaufen. ☎ 0172/2774649

Vermisste Tiere



Kater vermisst in Tirschenreuth Wer hat ihn gesehen? Oder vielleicht bei sich aufgenommen. Auffällig ist der schwarze Punkt auf der Nase und ein kurzer Schwanz. Wird fürchterlich vermisst von seinem kleinen Bruder, ist gechippt und registriert. Tel: 0163 1648462



2 - 5 Zeilen für 24,99 €* Jede weitere Zeile 3,50 €

Geben Sie jetzt Ihre
private Kleinanzeige auf.

Gültig für private
Kleinanzeigen, z.B

- » Räder/Bikes
- » E-Bikes
- » Sport/Freizeit/Hobby
- » Wassersport
- » Wintersport

Oberpfalz Medien
GmbH
Weigelstraße 16
92637 Weiden
Telefon: 0961/ 85 - 502
anzeigen@oberpfalzmedien.de



*inkl. MwSt.

SENIOREN

Seniorenbedarf

Rollator Russka Vital Carbon plus, wie neu, VB 350,-. ☎ 0170/3139370



OWZ spezial

ALLERHEILIGEN - ALLERSEELEN

Blumen mit Symbolkraft

Allerheiligen: Botschaften der Liebe vermitteln – Wunderbare Erinnerungen an unsere Verstorbenen



Von Herzen kommt: Zeitlos schön ist diese mit Zapfen dekorierte Pflanzkombination aus Winterheide (*Erica darleyensis*), Alpenveilchen, gelbgestreifter Segge und Efeu.

Bild: exb/GMH

Liebe kennt keine Grenzen, sie überwindet selbst den Tod: Verstorbene, denen wir in Liebe zugetan waren, tragen wir stets in unseren Herzen, das Gedenken an sie ist Teil unseres Lebens.

Diesem Gedenken auch äußerlich Ausdruck zu verleihen, ist eine Geste des Respekts und

der Verehrung gegenüber den Verstorbenen, aber auch wohltuend und heilsam für die Hinterbliebenen.

Im christlichen Brauchtum ist Allerheiligen ein wichtiger Tag des Totengedenkens: Am 1. November gedenken Menschen weltweit nicht nur der Heiligen, denen dieser Tag ursprünglich

galt, sondern aller Verstorbenen. Liebevoll bepflanzte, mit Kränzen und Gestecken geschmückte Gräber und der sanfte Schein der Grablichter zeugen davon Jahr für Jahr.

Optisch ansprechend und lange haltbar

Die Auswahl an Allerheiligengestecken ist groß und ebenso vielfältig wie die Persönlichkeiten, denen zu Ehren sie gefertigt werden. Traditionell bilden Koniferengrün, Zapfen, Moos und Pflanzenteile, wie elegante Rindenstücke, Rebzweige, Fruchtkapseln oder Trockenblumen, die Grundlage der Gestecke.

Sie verleihen dem Gesteck nicht nur eine optisch ansprechende Struktur, sondern halten auch Regen und Schnee besonders lange stand.

Ergänzt werden können sie mit frischen Blüten, beispielsweise mit Schafgarbe, Calla oder Rosen und natürlich mit Chrysanthemen, den Blumen, die für die Liebe über den Tod hinaus stehen. Im Fachhandel werden die frischen Bestandteile dergestalt in das Gesteck eingebunden, dass sie nach dem Verblü-

hen entfernt werden können, ohne auffällige Lücken zu hinterlassen.

Klassische Gestecke und romantische Varianten

Steht der Trauergedanke im Vordergrund, wird das Gesteck oder der Kranz in der Regel in pietätvoll zurückhaltenden Farben gestaltet: Warme Erdtöne, Braun und Grau dominieren bei dieser klassischen Variante.

Seit einigen Jahren erfährt die Grabgestaltung jedoch eine Neuinterpretation, die sich auch in den Allerheiligengestecken widerspiegelt:

Man gedenkt der glücklichen Stunden, die man mit dem oder der Verstorbenen verbringen durfte, erinnert sich an fröhliche Momente, gemeinsames

Lachen und das Gefühl der Geborgenheit, das man beieinander fand. Vor diesem Hintergrund wählen viele Menschen romantisch angehauchte Gestecke in kräftigeren Farben, lassen sie in Herzform fertigen oder mit Accessoires, wie kleinen Engelsstatuen oder Spruchsteinen, verzieren.

Im Fachhandel bieten kompetente Gärtner und Floristen umfassende Beratung bei der Zusammenstellung der einzelnen Komponenten. Grundsätzlich gilt jedoch:

Es gibt hier kein Richtig und kein Falsch, nur das individuelle, liebevolle Andenken an einen besonderen Menschen. Lassen Sie sich von Ihrem Gärtner beraten und inspirieren. (GMH/BVE)



In stillem Gedenken...

Mit einer **Memoriam-Anzeige** in Ihrer Tageszeitung können Sie die Erinnerung an Ihre lieben Verstorbenen wieder aufleben lassen.

Mit unserer Vorteils-card erhalten Sie 10% Rabatt.*
*nicht gültig für Todesanzeigen, Nachrufe, Danksagungen

Telefon 0961/85-1155 • E-Mail: trauer@oberpfalzmedien.de



Grabpflege Neuanlagen Gräbergießdienst Trauerbinderei für alle Friedhöfe in Amberg



rupprecht blumen
Am Katharinenfriedhof
92224 Amberg
Telefon 09621/12389



Allerheiligen- ausstellung

**Ab 18. Oktober
Montag bis Samstag
von 9:00 - 18:00 geöffnet**

Liebevoll gestaltete Einzelstücke,
klassische Gestecke und Kränze

**Fagerastraße 11,
92224 Amberg,
09621 42459,
0173 3719040**

LANDWIRTSCHAFT



Landwirtschaft Allgemein

Holzspalter, 22 t, Zapfwelle, Stammheber, 2 Geschwindigkeitsstufen, Automatikrückl., 1,10 m spaltbar, fahrbar, Zylinder aus-einfahrbar, Extra-Bodenplatte, 2 Jahre alt, kaum gebraucht. VB: 1750,-. ☎ 0151/22228011

Landmaschinen

Valtra G105 Active, Bj. 2022, 320 Bertschstd., FH, + FZ., KL., DL., EHR Heck + Front, Mitas 540 / 65 R 38. ☎ 09607/1209

Verk. John Deere 415, Kabine, Heizung, Räumschild, Preis VB. ☎ 0173 75 32 025

2 Traktorreifen, neuw., 13.6/26 6PR inkl. Schlauch auf Felge mont., VB 800,- €. ☎ 0160/96531098

Oehler Seilwinde, 4 to., Bj. 1996, gut gepfl., Preis VB. ☎ 09682/91101

Immobilien

Weieranlage bestehend aus 3 Weiher, Grund: ca 5.100 m² im Raum VOH zu verkaufen. ☎ 0151/50742224

Sie möchten Ihre Landmaschine verkaufen?

Dann inserieren Sie unter unserer Rubrik „Landwirtschaft“.

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16 · 92637 Weiden
Telefon 0961/85-502 · Fax 0961/85-320

Amberger Zeitung
Mühlgasse 2 · 92224 Amberg
Telefon 09621/306-130 · Fax 09621/306-333

E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de
oder in einer unserer Geschäftsstellen

Suche Landwirtschaftliche Flächen
Zum Kauf oder Pacht oder auch einen ganzen Hof auf Erbpacht, Leibrente oder Ratenkauf. 100% Diskretion. Zuschr. Nr. AZ47549Z an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre

Wiese in Kohlberg langfristig zu verpachten! Gut zugänglich, 21050m², ab sofort. Zuschriften Nr. W47546Z an Der Neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Tiermarkt

Graskarpfen zu verkaufen.
☎ 0170/9790050

Landw. An- und Verkauf

Verkaufe Holzkämme abgelagert, 2 Stück Eiche (4m Länge/ 78cm Durchmesser & 5m Länge/ 58 cm Durchmesser) 2 Stück Linde (4m Länge/ 60 cm Durchmesser & 4m Länge / 50 cm Durchmesser), Preis VB, ☎ 09661-52300

Grummetballen Verkäufe 10 Quaderballen 200x120x70, 2. Schnitt, trocken, in der Halle gelagert, 40 Euro/St., Anfuhr möglich, ☎ 015155605512

Ziegenkitz weibl., auch geschlachtet, und **Grummet, Heu** in kleinen Ballen, zu verk. ☎ 09634/2462

Dinkel zu kaufen gesucht.
☎ 0175/1839134

Modellbahn, Auto, Blechspielzeug-Markt

Ankauf - Verkauf - Tausch von Modelleisenbahnen
Modellautos, Zubehör, Blechspielzeug, Literatur
Sonntag, 20. Oktober 2024, 10 bis 14 Uhr
Regensburg-Barbing, Eventhalle Der Barbinger, Kirchstr. 1A,
BAB A3 Ausfahrt Barbing/Neutraubling, Info: 0170-3509673 ab 19h
www.modellbahn-schwaben.de

GIBT ES EIN LEBEN NACH DEM **TOD**

BERNARD JAKOBY
DEUTSCHLANDS
BEKANNTESTER
STERBEFORSCHER

8. NOVEMBER 2024
AMBERG - MUSIKOMM

Tickets: Amberger Zeitung, Der Neue Tag, nt-ticket.de, per Post: 09422/805040
www.agentur-showtime.de

Leserreisen

Jetzt zu unserem Reise-Newsletter anmelden!

leserreisen-onetz.de/newsletter

Wohnungsaufösungen & Entrümpelungen
Firma HS Service
Tel. 0163-4661589

SOS KINDERDORF

Schenken Sie Kindern eine liebevolle Familie.
Jetzt Pate werden:
sos-kinderdorf.de

OWZ
spezial

FENSTER, TÜREN & WINTERGÄRTEN

Mit Farbe und Struktur

Was moderne Fenster und Türen bieten

Wer mit offenen Augen durch Städte und Dörfer geht, weiß: Fenster und Türen können mit gutem Aussehen nicht nur Häuser, sondern ganze Straßen aufwerten. Das liegt auch an der Vielfalt, die sich für Hauslebauer ebenso wie bei Gewerbeimmobilien durch Rahmenmaterialien, Farben und Oberflächen bieten. Der Verband Fenster + Fassade (VFF) stellt einige Optionen vor.

Vielfalt

Seien es Wohnhäuser, öffentliche Gebäude oder Gewerbeimmobilien: Form und Funktion der Fenster unterscheiden sich stark, wie auch die Materialien: Holz, Kunststoff und Aluminium sind ebenso anzutreffen wie Kombinationen dieser Materialien für die Fensterrahmen und -flügel. So bieten sich z.B. Aluminium-Deckschalen an, um mit Holz-Alu oder Kunststoff-Alu-Kombinationen aufzuwarten.

Die Deckschalen lassen sich in unterschiedlichen Farben lackieren und beschichten. Aber auch Fensterrahmen aus nur einem Material sind in zahlreichen Farben und strukturierten Oberflächen erhältlich.

Was viele nicht wissen: Fensterrahmen können außen und innen verschiedenfarbig sein: „Wer also nach außen hin Akzente in der Fassade setzen möchte, nach innen hin aber eher gedeckte Farben wie grau oder anthrazit bevorzugt, muss keine Kompromisse machen und kann zweigleisig unterwegs sein“, erläutert VFF-Geschäftsführer Frank Lange.

Tatsache ist aber auch: Grau- und Weißtöne ebenso wie Mattschwarz sind nach wie vor auch für die Außenseite ein ebenfalls starker Trend. Das gilt



auch für die Türen, die Visitenkarte des Hauses.

Die Bandbreite reicht von harmonischen und der Natur nachempfundenen Farbtönen bis zu moderner und technisch geprägter Eleganz. Übrigens: Neben der Farbe selbst kann auch der Glanzgrad der Lackierung nach Bedarf individuell gewählt werden. Neben Material und Farbe ist die Oberflächenstruktur von Fenstern und Türen für deren Charakter ein wichtiger Faktor.

So gibt es Kaschierfarben mit verschiedenen Oberflächenstrukturen. Neben Grau- und Anthrazittönen sind auch Holzoptiken ein Trend. Das gilt auch für Haustüren.

„Der Trend zu dunklen Außenoberflächen ist aber bei zunehmenden Hitzeperioden mit Sonneneinstrahlung nicht unkritisch, da sich die Oberflächen sehr stark aufheizen. Hier kommt es auf die richtige Materialwahl und den richtigen Einbau an, um die Dauerhaftigkeit und Funktion sicherzustellen“, so Frank Lange. Bei Haustüren sind die Gestaltungsmöglichkeiten

fast noch größer als beim Fenster. Denn für Haustüren kommen heutzutage auch multiple Oberflächen infrage. Neben Holz-, Kunststoff- oder Schiefer- erfreut sich auch Beton-Optik steigender Beliebtheit. Dieses Material sieht aus und fühlt sich an wie Beton, ist aber keiner – sondern ein Kunstharz in Betonoptik. Jede Tür ist ein Unikat, denn der sogenannte Art-Beton enthält Lufteinschlüsse, deren Anzahl und Verteilung bei jeder Tür anders sind.

Der Verbundwerkstoff wird ganz dünn auf eine Trägerplatte aufgebracht, so dass er die Tür nicht besonders schwer macht, aber optisch für einen echten Hingucker sorgt. Doch auch Applikationen aus Keramik, Sandstein, Schiefer oder Füllungen in Echtholz und Echtholz-Optik verleihen der Haustür eine besonders individuelle Note.

„Fenster und Türen sorgen für Tageslicht, Wärme und gutes Klima und sind somit wichtig für das Wohlbefinden und die Lebensqualität in Gebäuden.

Beim Fenstertausch sind die Auswahlmöglichkeiten schier unendlich.

Bild: DJD/REHAU AG + Co

GARCIA
Insektenschutzsysteme

IHR LOKALER ANSPRECHPARTNER FÜR INDIVIDUELLE LÖSUNGEN

FÜR FENSTER, TÜREN & KELLERSCHÄCHTE

Am Fischweg 26
92256 Hahnbach
☎ 09621/2 39 37
0175 240 76 82

ALLES AUS EINER HAND

Winterpreise

Fliegengitter
aus eigener Fertigung

www.garcia-insektenschutzsysteme.de
BERATUNG BIS ENDMONTAGE

Arnold

Fenster
Rollläden
Haustüren
Sommergärten

92665 ALTENSTADT
Bahnhofstraße 3
Tel.: (09602) 6348-0
www.arnold-bauelemente.de

Internorm
FENSTER • WINDOWS • FINESTRE • FENÊTRES

Sanieren oder erfrieren!

F kommt vor H – Energetische Sanierung beginnt mit dem Fenster VOR der Heizung.
Damit Sie Ihre Energie nicht zum Fenster hinaus heizen!

Jetzt bis zu 15% Förderung sichern.

Mit Qualitätsfenstern von HÖBBAUER.
Nutzen Sie unseren kostenlosen Fördermittelservice.

HÖBBAUER
FENSTER
TÜREN
WINTERGÄRTEN

Alle Infos finden Sie unter:
hoehbauer.com/
foerdermittelservice

HÖBBAUER GmbH
Kohlberger Straße 2
92706 Luhe-Wildenau

(0 96 07) 80-0
info@hoehbauer.de
www.hoehbauer.com

Gemeinsam am Projekt Zukunft arbeiten

Wie das gehen kann, war im September bei der Inhouse-Messe von BHS Corrugated in Weiherhammer zu erkunden – Einblicke in ein Erfolgs-Unternehmen



Bei der Inhouse-Messe von BHS Corrugated ging's um Karrierechancen. Das Interesse daran war groß.

Bild: BHS Corrugated

Das war einfach megat, meinte einer der Besucher bei BHS Corrugated. Der Maschinen- und Anlagenbauer – und als solcher weltweit größte Lösungsanbieter in der Wellpappenindustrie – hatte am Donnerstag, 19. September, zur Inhouse-Messe in die Unternehmenszentrale in Weiherhammer (Kreis Neustadt/WN) geladen. Bei der „Inhouse-Messe“ konnten Berufsanfänger und Interessierte, die in ihrem Leben über den nächsten Karriereschritt nachdenken,

vor Ort einen innovativen und vor allem attraktiven Arbeitgeber kennenlernen: Es gab Infos über alle Jobs, Ausbildungsberufe und Duale Studiengänge. Die Messe war erneut ein toller Erfolg für das Unternehmen, was sich nicht zuletzt durch das durchweg positive Feedback der Besucher zeigte.

Unternehmen „zum Anfassen“

Eindrucksvoll, wieviel Info-Power das Unternehmen in ein Zeitfenster von 16

bis 20 Uhr zu packen verstand. Die absoluten Highlights der Messe waren zum einen der interessante Vortrag von Geschäftsführer Christian Engel im FutureLab. Sein Thema: BHS Corrugated als Arbeitgeber (siehe eigener Artikel).

Die Besucher konnten zudem an einer spannenden Werksführung durch das ÜBZO, den Digitaldruck sowie durch die Montagehalle teilnehmen. Die Gäste der BHS Corrugated an diesem Tag beteiligten sich überdies rege an den 15 verschiedenen Mitmachaktionen der Fachabteilungen.

Während der Messe ergaben sich natürlich auch viele interessante und aufschlussreiche Gespräche – sowohl mit Schülern über die Ausbildung als auch einigen interessierten Besuchern über den Direkteinstieg.

Die Gäste der BHS Corrugated konnten während der ganzen Zeit von den HR-Profis des Unternehmens ihre Bewerbungsunterlagen checken lassen oder beispielsweise bei Mitmachaktionen und Montage-Aufgaben selbst aktiv werden. Wer wollte, ließ sich im Fitnessstudio seine Handkraft messen oder kochte in der Espresso-Lounge gemeinsam mit anderen und kam so ins Gespräch mit potenziellen künftigen Kolleginnen und Kollegen.

Attraktive Preise zu gewinnen gab es bei der „BHS-Rallye“, nämlich ein iPad Air (Hauptpreis), einen Bluetooth-Lautsprecher (zweiter Preis) und AirPods Pro (dritter Preis).

Bei der Inhouse-Messe in Weiherhammer präsentierten sich die diversen Fachabteilungen. Die Besucher erhielten ein gutes Verständnis davon, wer und was hinter „BHS Corrugated“ steht. Und: Sie bekamen einen Einblick in die breite Palette an Berufen, die es im Unternehmen gibt. Was macht das Technische Produktdesign? Bei der Messe gab es Antworten auf diese Frage. Welche Aufgaben hat ein Fachinformatiker bei BHS Corrugated? Potenzielle Kolleginnen und Kollegen erklärten es gerne. Was macht eigentlich ein Produktionstechnologe? Die Besucher erfuhren es in Weiherhammer vor Ort. Welche Karrierechancen haben Kaufleute für E-Commerce im Unternehmen, wie sieht der Alltag von Industriekaufleuten bei BHS Corrugated aus? Auch dazu gab es Informationen aus erster Hand.

Die BHS-Familie lässt sich nicht auf die Produktion von Wellpappenanlagen

reduzieren, wenngleich es sich dabei um das Kerngeschäft handelt.

So gehört beispielsweise die Tochter BHS Intralogistics zur BHS-Familie, die eigenständige LUCE-Stiftung und das ÜBZO, das sich für die überbetriebliche Ausbildung auch anderer Unternehmen engagiert.

Am 19. September nicht dabei gewesen? Informationen zu Karrieremöglichkeiten und weiterführende Kontaktmöglichkeiten gibt es auf der Webseite des Unternehmens.

→ www.bhs-world.com/karriere/karriere-ausbildung-praktikum



INFO

Interessanter Vortrag von Christian Engel

BHS ist mehr. BHS ist Vielfalt. Hinter dem BHS-Gedanken steht der Traum einer Wissensregion, der Traum des gelebten Fortschritts, der Spirit des Etwas-gemeinsam-schaffen-Wollens. Die Besucher der Inhouse-Messe konnten an diesem Traum für einige Stunden teilhaben

und erfahren, welche Wege es gibt, dies auch dauerhaft zu tun. Ganz konkret wurde es hierzu im interessanten Vortrag von Geschäftsführer Christian Engel, der im „FutureLab“ über „BHS Corrugated als regionaler Arbeitgeber“ sprach und ein Unternehmen vorstellte, das mit einem engagierten Team und fähigen, motivierten Individuen an einem gemeinsamen Projekt arbeitet: dem Projekt Zukunft.

So gelingt der Start in den Arbeitstag

Wie man Anlaufschwierigkeiten in den frühen Morgenstunden überwinden kann

Da ist wohl jemand mit dem falschen Fuß aufgestanden, heißt es im Volksmund über schlecht Gelaunte. Wie wir morgens in den Tag starten – hat das so große Auswirkungen?

„Ein guter Start in den Arbeitstag erhöht die Wahrscheinlichkeit, einen guten Gesamttagverlauf zu haben“, sagt Hannah Schade vom Leibniz-Institut für Arbeitsforschung der TU Dortmund. Doch wie gelingt der? Ein paar Tipps aus der Schlaf- und Arbeitsforschung.

Welche Rolle spielt der Schlaf?

„Der Schlaf ist das wichtigste Regenerations- und Reparaturprogramm, das der Mensch überhaupt hat“, sagt Hans-Günter Weeß, Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM). Ausreichend zu schlafen, ist laut Weeß daher unabdingbar. „Das genetische Schlafbedürfnis der meisten Menschen in Deutschland liegt zwischen sechs und acht Stunden.“

Wie kann ich dafür sorgen, genug zu schlafen?

Laut Weeß sollten gerade Normal- und Spätschlaftypen etwa eine Stunde vor dem geplanten Zubettgehen nichts Aktivierendes mehr machen: also nicht arbeiten, Sport machen, essen oder sich hellem Licht aussetzen. „Dann werden wir am ehesten rechtzeitig müde, so dass wir am Morgen unser Tagwerk gut beginnen können.“

Wen nächtliches Grübeln plagt, der kann das gewissermaßen vorziehen: „Das kann man sich abends von der Seele schreiben, etwa in einem Grübeltagebuch“, schlägt der Schlaffor-



Licht und Bewegung: Diese Faktoren helfen für den Arbeitstag eher wach zu werden als direkt einen Kaffee zu trinken.

Bild: Christin Klose/dpa

scher vor. Auch eine einfache To-do-Liste für den Folgetag kann helfen, abzuschalten.

Wie wecken lassen?

Von Lichtweckern und Schlafphasenweckern rät Weeß ab. „Den Wecker lieber so spät wie möglich stellen und dann einmal klingeln und raus aus dem Bett“, empfiehlt der Schlafforscher. Snoozen, also das wiederholte Wecken alle paar Minuten, sei tabu. Erholsam ist die zusätzliche Schlummerzeit nämlich nicht.

Wie viel Zeit brauche ich zwischen Aufstehen und Arbeit?

Laut Weeß brauchen wir morgens unterschiedlich lang, um auf Touren zu

kommen. „Da ist bis zu einer Dreiviertelstunde normal“, so der Schlafforscher. Vom Bett direkt an den Schreibtisch im Homeoffice zu springen, hält er nicht für sinnvoll. Arbeitsforscherin Schade sagt, dass man wirklich wach sein sollte, wenn man in den Arbeitsmodus geht: „Es sollte genug Cortisol da sein, ein Hormon, das beim Aufwachen ausgeschüttet wird, beispielsweise beim Duschen, beim Zähneputzen oder bei Bewegung.“ Laut Weeß hilft beim Wachwerden auch, sich bewusst hellem Licht auszusetzen.

Welche Aktivitäten am Morgen sind förderlich?

Grundsätzlich empfiehlt Schade allen, sich vor der Arbeit ein wenig zu bewegen. „Das muss kein Sport sein, das

kann auch heißen ein Stück zur Arbeit zu Fuß zu laufen oder Rad zu fahren. Durch Bewegung wird das Gehirn mit Sauerstoff versorgt“, so die Wissenschaftlerin.

Alles andere ist ihr zufolge individuell. Manchen tun soziale Kontakte am Morgen gut, andere brauchen ihre Jogging-Runde. Wer weiß, was ihm oder ihr guttut, sollte das als Routine etablieren.

Muss ich frühstücken, um gut in den Tag zu starten?

„Der Körper und der Geist brauchen Energie, um arbeiten zu können“, so Arbeitsforscherin Schade. Deswegen sei es durchaus sinnvoll, morgens etwas zu essen. Das Wichtigste sei aber,

morgens etwas zu trinken. Der Kaffee sollte aber nicht das erste Getränk sein. Zum einen hemmt Koffein die Aufnahme verschiedener Nährstoffe aus dem Frühstück.

Zum anderen unterdrückt es die Eigenproduktion des Hormons Cortisol und der Körper verlernt, von allein richtig wach zu werden. Besser: Den ersten Kaffee trinken, wenn man im Büro angekommen ist, so Schade.

Wie sollte ich mich auf dem Weg zur Arbeit beschäftigen?

Zunächst einmal sollte man laut Schade genug Zeit einplanen, weil der Weg mit dem Auto oder den Öffis oft an sich schon stressig ist.

„Tendenziell abraten würde ich davon, bereits auf dem Weg über Probleme bei der Arbeit nachzudenken, weil ich die in dem Moment eh noch nicht mit voller Arbeitskraft in Angriff nehmen kann“, sagt die Forscherin. Sie schlägt vor, stattdessen ein Hörbuch zu hören.

„Es lohnt sich außerdem, auf dem Weg zur Arbeit soziale Dinge abzuholen. Zum Beispiel schon zu klären, was am Abend passiert, oder auf Nachrichten zu antworten.“ So kann man Privates bei der Arbeit später ausblenden.

Welche Aufgaben sollte ich bei der Arbeit am Morgen zuerst erledigen?

Das ist laut Schade individuell. Manche Menschen widmen sich am liebsten zuerst der unangenehmsten Aufgabe, um sie vom Tisch zu haben. Andere bevorzugen etwas Einfaches, das ein schnelles Erfolgserlebnis bringt. (dpa)

KLINIKUM ST. MARIEN AMBERG

WILLKOMMEN IM
#TEAM KSM

**Medizinische/-r
Fachangestellte/-r (m/w/d)
für die Steuerstelle der Radiologie**

Bereich
Institut für Diagnost. u.
Intervent. Radiologie

Umfang
Vollzeit

Beginn
ab 01.01.2025

**KLINIK
KOMPETENZ
BAYERN^{eg}**

Interessiert?
Weitere Infos finden Sie hier ▶

www.klinikum-amberg.de/karriere

Wir suchen Sie
für das **Landratsamt Amberg-Weizsach**

**Fachkraft (m/w/d)
der Sozialmedizin in Teilzeit**

Die vollständigen Ausschreibungstexte
sind auf unserer Homepage
www.ropf.de veröffentlicht.

Wir suchen

Maurer & Auszubildende (m/w/d)

Harald Bauer Bau

Bartlmühle 2 • 92714 Pleystein

Mobil 0170/7 72 61 32 • www.harald-bauer-bau.de

**STADT NEUSTADT
AN DER WALDNAAB**

Die **Stadt Neustadt a.d.Waldnaab** sucht zum
nächstmöglichen Zeitpunkt für die Kindertagesstätte
St. Joseph – **Kindergartenbereich (Gruppenleitung)**

eine/n Erzieher/in (m/w/d).

Wir bieten eine zunächst bis zum 31.08.2025 befristete
Teilzeitstelle (Arbeitszeit derzeit 39 Stunden/Woche) mit einer
Vergütung nach den tariflichen Vorschriften des öffentlichen
Dienstes (EG S8a TVöD) mit den für den öffentlichen Dienst
üblichen Sozialleistungen.

Vorausgesetzt wird eine erfolgreich abgeschlossene
Berufsausbildung als staatlich anerkannte/r Erzieher/in.

Die Kindertagesstätte St. Joseph besteht derzeit aus 3
Krippen-, 4 Kindergarten- und 1 Hortgruppe.

Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen senden Sie an
die **Stadt Neustadt a.d.Waldnaab, 1. Bürgermeister
Sebastian Giering, Stadtplatz 2 - 4, 92660 Neustadt
a.d.Waldnaab**, oder an bewerbung@neustadt-waldnaab.de

Bei elektronischen Bewerbungen bitten wir Sie, alle Teile Ihrer Bewerbung in einem
einigen PDF-Dokument zusammenzufassen! Es wird darauf hingewiesen, dass Sie
mit Ihrer Bewerbung Ihr Einverständnis zur elektronischen Verarbeitung Ihrer
persönlichen Daten erteilen. Bewerbungsunterlagen werden nicht zurückgesendet.
Bitte keine Originalzeugnisse beilegen.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir eine fachlich wie menschlich
überzeugende Persönlichkeit für den Standort Vilseck in Vollzeit:

**Finanzbuchhalter*in /
Steuerfachangestellte(r) (m/w/d)**

Ihr Profil:
Finanzbuchhalter*in IHK oder vergleichbarer Abschluss
Erste einschlägige Berufserfahrung und gute Englischkenntnisse
Fundierte Kenntnisse im Umgang mit MS Office

Ihre Aufgaben:
Verantwortung für die Kreditoren-, Debitoren- und
Sachkontenbuchhaltung
Bearbeitung des Zahlungsverkehrs inklusive Mahnwesen
Mitwirkung bei der Erstellung von Monats- und Jahresabschlüssen
Erstellung von USt.-Vorankündigungen und ZM-Meldungen
Erfahrungen in der monatlichen Lohnbuchhaltung von Vorteil

Wir bieten Ihnen:
Eine krisensichere Tätigkeit in einem expandierenden Unternehmen
Flexible Arbeitszeitgestaltung (Gleitzeit innerhalb der Kernarbeitszeit)
Kurze Entscheidungswege durch flache Hierarchien
30 Tage Urlaub und Zuschuss zur privaten Altersversorgung

Interesse geweckt?
Bewerbungsunterlagen (bitte per E-Mail) an:
E-Mail: bewerbung@askgmbh.com

Tel.: +49 (0) 9662 700 19 - 0
Weitere Infos unter: www.askgmbh.com

caritas Ambulante Pflege

Elisabethenverein Tirschenreuth
Hospitalstraße 1, 95643 Tirschenreuth
Telefon 09631/7 91 30
bewerbung@elisabethenverein.de
www.elisabethenverein.de

Für unsere
ambulante Krankenpflege
**Elisabethenverein
in Tirschenreuth**
suchen wir ab sofort
in Teilzeit (15-30 Wochenstunden)

Pflegefachkräfte

Familiengerechtes Arbeiten in
einem aufgeschlossenen Team,
regelmäßige Tarif- und Sonder-
zahlungen (13. Monatsgehalt),
zusätzliche Altersvorsorge, Jobrad,
Bonus für Einspringen.

Die Kreisstadt Tirschenreuth (ca. 9.000 Einwohner),
stellt zum 01.09.2025 einen

**Auszubildenden für den Beruf des
Verwaltungsfachangestellten (m/w/d)**
der Fachrichtung
allgemeine innere
Verwaltung des
Freistaates Bayern und
Kommunalverwaltung

ein.

Weitere Informationen erhalten Sie unter
www.stadt-tirschenreuth.de.

Gemeinde Pommelsbrunn

Die Gemeinde Pommelsbrunn sucht zum
frühestmöglichen Zeitpunkt einen

Kollegen für den Bauhof (m/w/d)

Sind Sie bereit, Ihre praktischen Fähigkeiten aus einer
**abgeschlossenen bauhandwerklichen Berufsausbildung oder
einem vergleichbaren Beruf** in unserem Bauhof einzusetzen und
mit uns gemeinsam für einen reibungslosen und bürgerorientierten
Ablauf zu sorgen?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Weitere Informationen zur Stellenbeschreibung, finden Sie auf der
Homepage der Gemeinde Pommelsbrunn.

Für Fragen wenden Sie sich gerne an unseren Geschäftsleiter,
Herrn Christian Brand, unter Tel.: 09154/919818.

Für unser dynamisches Team im
Einsatzgebiet Oberpfalz **suchen**
wir **ab sofort** einen motivierten

**Außendienstmitarbeiter
(m/w/d) in Vollzeit.**

Sie sind das Aushängeschild unseres Verbandes, gewinnen
Neumitglieder und beraten unsere Mitglieder im Bereich Hotel-
lerie und Gastronomie. Zu Ihrem Grundgehalt erhalten Sie eine
zusätzliche leistungsbezogene Vergütung.

Wenn Sie Branchenkenntnisse oder Verkaufserfahrung mit-
bringen, Begeisterung für die gastgewerbliche Branche haben,
organisatorisches Talent besitzen und einen Führerschein Klasse
B vorweisen können, **freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!**

Jetzt bewerben

Prinz-Ludwig-Palais | Türkenstr. 7 | 80333 München
Tel +49 89 28760 - 126 | www.dehoga-bayern.de
a.schroth@dehoga-bayern.de

**FREILAND
MUSEUM
OBERPFALZ**

Bezirk
Oberpfalz

Jetzt bewerben!
Kommen Sie in unser Team

Im Freilandmuseum Oberpfalz ist zum nächstmöglichen
Zeitpunkt folgende Stelle zu besetzen:

Hausmeister (m/w/d)
Vollzeitstelle / Vergütung nach TVöD-VKA

Ausführliche Informationen zu dieser Stelle finden Sie auf unserer
Homepage www.bezirk-oberpfalz.de unter der Rubrik Stellenan-
gebote. Dort finden Sie auch Hinweise zum Datenschutz.

Bewerbungsschluss ist der 03.11.2024
Freilandmuseum Oberpfalz, Neusath 200, 92507 Nabburg
freilandmuseum@bezirk-oberpfalz.de

Die **Stadt Amberg** sucht folgende
Mitarbeiter (m/w/d):

- **Fachangestellten für Medien- und
Informationsdienste für die
Stadtbibliothek**
- **Kinderpfleger oder Sozialassistent
in Voll- oder Teilzeit**

Die vollständigen Ausschreibungstexte finden
Sie unter karriere.amberg.de.

Wir freuen uns auf Ihre Online-Bewerbung
bis **spätestens 28.10.2024!**

AMBERG

NEW! **Landratsamt
Neustadt
an der Waldnaab**

**Der Landkreis Neustadt an der Waldnaab
sucht zum 01.09.2025:**

**Verwaltungssekretärinwärtner (m/w/d)
bzw. Auszubildende für den Beruf des
Verwaltungsfachangestellten (m/w/d)**

Bewerbungsschluss: 31.10.2024

Vollständiger Ausschreibungstext unter:
www.dein-new-job.de

**Dein
NEW
Job**

WIR SUCHEN

KURIERFAHRER (m/w/d)
Vollzeit - Teilzeit

Arbeitsort
Weiden und Amberg

Arbeitszeit
Nacht – 6 Tage Woche
Tag – 5 Tage Woche

JETZT BEWERBEN

Ansprechpartner:
Recruiting Team
Bewerbung.logistik@oberpfalzmedien.de
Tel.: 0961 85 319
www.zusteller-oberpfalz.de

**oberpfalzmedien
Logistik**

KLINIKUM ST. MARIEN AMBERG

WILLKOMMEN IM

#TEAM KSM

Medizinische/-r Fachangestellte/-r
(m/w/d) für die Praxis für Kinder- und Jugendliche

Umfang
in Voll- oder Teilzeit

Beginn
ab sofort

Interessiert? Weitere Infos finden Sie hier

Medizinische/-r Fachangestellte/-r
(m/w/d) für die Zentrale Notaufnahme

Umfang
in Voll- oder Teilzeit

Beginn
ab sofort

KLINIK KOMPETENZ BAYERN^{EG}

Interessiert?
Weitere Infos finden Sie hier

www.klinikum-amberg.de/karriere

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung im

+ Hol- und Bringedienst

(m/w/d) am Klinikum Weiden, 38,5 h / Woche,
im Team der Abteilung Wirtschaftsbetriebe & Logistik

Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!
Die vollständige Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Homepage unter www.kliniken-nordoberpfalz.ag/karriere.

www.facebook.com/KlinikenNordoberpfalzAG

Pflegezentrum Auerbach-Ranna
Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams eine

Pflegefachkraft (m/w/d) in Voll/ Teilzeit
gerne auch Gerontofachkraft.
Der Einsatz erfolgt nach Absprache. Ein Nachwachenvertrag ist möglich.

Für weitere Informationen steht Ihnen gerne Frau Simone Katzor,
Heimleitung, zur Verfügung – Tel.: 09156 926860.

Wir freuen uns über Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen –
gerne auch per E-Mail.
Pflegezentrum Auerbach-Ranna
Carl Bauer Str. 5 · 91275 Auerbach · z. Hd. Frau Katzor
E-Mail: katzor.simone@pflegezentrum-ranna.de

WIR SUCHEN

ZUSTELLER (m/w/d)
Vollzeit, Teilzeit oder auf
Minijob - Basis

Liefere News aus der Region für:
Floß – Kemnath – Kemnath am
Buchberg – Kirchenthumbach –
Neunkirchen b. Weiden – Pfreimd
– Pressath – Trabitze – Zessau –
Weihersberg – Zintlhhammer

JETZT BEWERBEN

Ansprechpartner:
Recruiting Team
Bewerbung.logistik@oberpfalzmedien.de
Tel.: 0961 85 319
www.zusteller-oberpfalz.de

Stellenangebote

Wir suchen Zusteller (m/w/d) für die
Verteilung unseres Anzeigenblatts OWZ
mit allen Beilagen und Prospekten in:
**Auerbach, Amberg, Grafenwöhr,
Nabburg, Pfreimd, Pressath, Rieden,
Schmidgaden, Schwarzenfeld,
Ursensollen, Weiden, Wernberg**
Die Zustellung erfolgt **tagsüber einmal
pro Woche zum Wochenende.**
Sie sind mind. **13 Jahre alt**, gerne an
der frischen Luft und haben Interesse an
einem **gut bezahlten Nebenjob**? Dann
bewerben Sie sich unter:
**V.I.A.-Nord Verteilung im Auftrag
GmbH.**
Recruiting Oberpfalz Medien Logistik
Franz-Zebisch-Straße 5, 92637 Weiden
bewerbung.logistik@oberpfalzmedien.de
0961/85-319
www.zusteller-oberpfalz.de

KOPF
Fahrservice sucht:

Fahrer
(m/w/d) aus Tirschenreuth
Teilzeit oder auf 538,- € Basis
PKW/Kleinbus
(Führerscheinklasse B)

Busfahrer
(m/w/d) aus Tirschenreuth
Teilzeit oder auf 538,- € Basis
Schülerbeförderung
(Führerscheinklasse D)

MIETAUTO KOPF
☎ 09631/2613

**Mitarbeitende (m/w/d) im Kunden-
service Deutsche Post gesucht**
Suchen Sie eine spannende berufliche
Herausforderung im Kundenservice?
Die Deutsche Post Customer Service
Center GmbH sucht motivierte Mitarbei-
tende, die sich leidenschaftlich um die
Bedürfnisse unserer Kunden und Partner
kümmern. Werden Sie Teil unseres
engagierten Teams und begeistern Sie
unsere Kunden und Partner!
Wir bieten Ihnen einen attraktiven Tarif-
vertrag und Mitarbeiterangebote.
Dienstort: Weiden ☎ 0961 3818 2861

Servicemitarbeiter/-in
in Teilzeit oder geringfügig beschäftigt
für Betriebsrestaurant und Cafébar in
Ursensollen gesucht. Regelmäßige Ar-
beitszeiten, jedes Wochenende und
Feiertage frei. E-Mail an:
thorsten.roemer@fey-pfaff.de

Wir suchen Bauhelfer (m/w/d) für den
Bau eines zweistöckigen Hauses nach
alter Technik aus Lehm und Holz –
ohne Beton und Plastik.
☎ **09656 / 520**
bio-steinhilber@t-online.de

**Wir suchen Maurer,
Bauhandwerker (m/w/d)**
Infos unter:
www.heindl-kamin.de

**Suchen Mitarbeiter (m/w/d) für
Pferdehof** Nähe Floß für 5,5-Tage-
Woche, Kenntnisse üb. landwirtschaftl.
Maschinen erwünscht.
Tel. **0171/4901300**

Steuerberater (m/w/d) gesucht im
Raum TIR, NEW, WEN, SAD, AM, BT,
MAK, HO als freier Mitarbeiter in Teil-
zeit evtl. in Homeoffice. E-Mail:
info@kmp-treumania.de

Suche Steuerfachangestellte (m/w/d)
zu ehrlichen und fairen Bedingungen für
Steuerkanzlei Mötsch-Noffke in Amberg
Bewerbungen per Mail an
info@stb-moetsch-noffke.de

Sicherh.-unt.ern. sucht ab sofort **2 Mit-
arbeiter** (m/w/d) f. Pförtner- u. Emp-
fangsdienst in Vollzeit in Kemnath.
Nähere Info: ☎ 03591/679181

Suche in Plößberg Gerüstbauer/Helfer
(m/w/d) auch ohne Vorkenntnisse.Voll-
oder Teilzeit. ☎ **09637/586** oder
0170/3437590

Suchen Sie Arbeit? Private Arbeitsver-
mittlung **Fa. Schmidt + Wiffling**,
☎ 09621/77470 od. 0961/390810

Stellengesuche

Industriefachwirtin sucht Minijob im
kaufm. Bereich, Büro, Sachbearbei-
tung, Verwaltung,... in AM u. Umgeb.,
Home Office bevorzugt. Abs. zuverlässig
und selbstständig arbeitend. Kennt-
nisse u.a. in Datenverarbeitung/-analy-
sen, Berichtswesen, MS Office insb. Ac-
cess u. Excel, SAP PP, Rechnungsprü-
fung. E-Mail: fachwirtin.atz@web.de

Altenpflegerin mit Herz und Erfahrung
sucht seriöse Stelle als 24 Std. Senio-
ren Betreuerin ☎ 015 901 489 862

Fachkraft f. Arbeitssicherheit, ehem.
BG-Mitarbeiter, jetzt Rentner, erstellt für
Ihr Unternehmen od. Ihre Gemeinde
Gefährdungsbeurteilungen u. Betriebs-
anweisungen u. hält Sicherheitsunter-
weisungen. ☎ 0176/50245947

Maurer, 57 J., NR, sucht Arbeit aller Art
(keine Versicherungen) Fsch.-Kl. 3 alt.
☎ 0151/21188000

IT CAMP

28.10.2024 – 31.10.2024

Baue und programmiere einen Lego-Mindstorms
Roboter und sichere dir in unserem Roboter-Rennen
tolle Preise! Vorkenntnisse sind nicht notwendig.
Für die Stärkung deiner Neuronen sorgt unsere Kantine!

Bewirb dich jetzt online unter ausbildung.witron.de

ANSPRECHPARTNER
Frau Christina Pöllath
Neustädter Str. 19 – 21
92711 Parkstein
Tel.: 09602 600 4068

NEUGIERIG?

AUSBILDUNG.
WITRON.DE

WITRON.
**DEIN SICHERER JOB
VON MORGEN.**
www.witron.de

Private Stellen-
angebote

Winterdienst Suche einen zuverlässigen
Winterdienst für ein Anwesen in
Eschenbach. Schneeräumen und streu-
en von ca.15 m Gehweg. ☎ 096451782

Suche Haushaltshilfe in Amberg zur
Festeinstellung für großen Privathaushalt,
2-3x wöchentlich.
☎ 0176/24233163

Suche Putzfrau, in Amberg, 3-4 Std./
14-tägig vormittags, außer Samstag.
☎ 09621/176046

Suche Haushaltshilfe für 2 Std./Woche
in Parkstein. ☎ 09602/4982

Pflege vor Ort

Wenn Eltern älter werden.
Haushaltsführung und Betreuung zu Hau-
se mit deutschsprachigen Personal
aus Polen. Abrechnung mit Pflegegeld
(auch Verhinderungspflege) möglich.
Steuerlich absetzbar. 0961/5187883
www.betreuung-zuhause.eu

**DARF ICH
VORSTELLEN?!**

Präsentieren Sie sich
und Ihren
Ausbildungsbetrieb auf
www.ausbildung-oberpfalz.de

Ein Angebot von
**oberpfalz
medien**

Die Stadt Amberg sucht zum **01.11.2025** eine

**Leitung (m/w/d) für das
Referat für Kultur, Sport und Schulen**

im Rahmen einer Beschäftigung als
berufsmäßiger Stadtrat.

Den vollständigen Ausschreibungstext finden
Sie unter karriere.amberg.de.

Bei Interesse bewerben Sie sich bitte
online bis **spätestens 11.11.2024**.

Unternehmenszentrale Fensterbach

Vollzeit (m/w/d)

**Fachberater für Gartenplanung |
Landschaftsarchitekt/
Landschaftsplaner**

godelmann-jobs.de/o/fachberater-gartenplanung

Für unseren Standort in Fensterbach suchen wir einen Fachberater
in unserem Ideen-Garten. Sie übernehmen Planungsaufgaben für
Gärten und begleiten unsere Kunden auf ihrem Weg zur richtigen
Gestaltungs- und zum passenden Produkt.

Mehr
Informationen
zur Stelle!

GODELMANN GmbH & Co. KG
Industriestraße 1 · 92269 Fensterbach
bewerbung@godelmann.de



BETREUTES WOHNEN FÜR SENIOREN

Wohnanlage an der Brentanostraße 1, 92224 Amberg

Wohnung ab 01.11.2024 zu vermieten:
2 Zimmer, Küche, Dusche, Balkon, ca. 49,08 m² Wohnfläche,
Kaltmiete 417,18 €, zuzüglich Nebenkosten,
zuzüglich Betreuungspauschale.

Die Wohnung wurde mit öffentlichen Mitteln aus der Aufwandsorientierten Förderung (AOF) in der Einkommensstufe 3 finanziert. Zum Bezug der Wohnung sind nur Personen berechtigt, deren Haushaltseinkommen innerhalb der Grenzen der Einkommensstufe 3 liegt. Das entspricht etwa einem verfügbaren Monatseinkommen zwischen 1.900,00 € bis 2.300,00 €. In Abhängigkeit einer vorhandenen Pflegestufe kann sich die Einkommensgrenze nach oben verschieben.

Vermietung durch:

Wohnungsunternehmen Amberg Bauträger und Baubetreuungs GmbH
Podewilsstraße 10 a, 92224 Amberg
Direktkontakt: Frau Donhauser
Telefon: 09621/4753-12
E-Mail: susanne.donhauser@wu-amberg.de

Ich suche Haus (Ein-, Zwei- oder Mehrfamilienhaus) zum Kauf nur von privat und nur in Weiden, Amberg oder Schwandorf. Gerne auch renovierungsbedürftig. ☎ 015212374077

Suche Wohnung oder MFH, renovierungsbedürftig in Weiden, Amberg, TIR. Alles anbieten! ☎ 0160/96330260

Immobilienverkauf

1-2-Familien-Häuser

Junger Akademiker mit handwerklichem Geschick sucht ein Haus mit Garten.

Bitte bieten Sie alles an!

Ulrike Fieber, 09621/1654048

www.garant-immo.de

Familie sucht Haus in Amberg oder Kümmerbrück ab 130 m², hell und ruhig gelegen. Einfach anrufen, wir sind offen für Angebote aller Art. Bitte kein Makler. ☎ 0176/20058228

Vermietungen

3-Zi.-Wohnungen

Mitterteich, gepfl. 3-Zi.-Whg 76,65 qm 3.OG, Balkon, Kellerabteil, neuw. mod. Küchenzeile; Bad/WC getr., AR, Wandschr. KM 380 € + NK, Garage mit Torantrieb. 50 €, Endenergieverbrauch 78 kWh/(a·m²) vsl. ab 01.11.2024; Tel 0175/520 3124

WEN-Pirk, helle freundliche 3-Zi.-Dachgeschosswhg., schöner Fernblick, teilmöbliert, ca. 75qm, Echtholzboden, EBK mit Essdiele, 2 Bäder, 2 frz. Balk., PKW-Stellpl., warm m. Strom u. Wasser 840 €, an ruhige Mieter 1-2 Pers., NR, keine Haustiere, langfristig zu vermieten. ☎ 0171/2993028

Weiden: 3-Zi.-Whg., neu renov., ruh. Lage, 82 m², EG mit Aufzug, Südbalkon, Garage, KM 670,- + NK 130,-, ab sofort zu vermieten. Zuschr. Nr. AZ475602 an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

DGW, Weiden, Hammerweg, 3 Zi, 70 m², KM 550,- €, NK ca. 215,- €, Balkon, Abstellraum, Küche, Bad, Zuschr. Nr. W47565Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Schmidmühlen 3 ZKB 80 m² KM 540 € KM 540 € + 150 € NK + Garage, Nebenräume, Wirtschaftsraum, Pelletsheizg., gepflegt, schöner Garten, bevorz. NR, keine Haustiere, Ideal f. 2 Personen. blumenfreund-schm@t-online.de

Weilerhammer: 1.OG, 3 Zi., 74m², Büro, Kü., Bad m. Fenster, Balkon, eig. Wasch-/Trockenraum, Kelleranteil, KM 600,- € + NK 250,- €, Kaution 1.500,- ☎ 015150785362 od. 09605 922337

Amberg- Gailoh: 3 Zimmer, Kü., Bad, 88 m², Erdgeschoss, Terrasse, großer Garten, Kachelofen, 570,- € KM. ☎ 0171/3179708

Kümmerbrück/Lengenfeld: Neubau-Whg., 1. OG, 70 m², 3 Zi., EBK, Bad, Balkon, KM 590,- € + 2 Carports 60,- €, ab sofort. ☎ 09435/8268

Windischeschenbach 3-Zi., Kü., Bad, ca. 70m², 3.OG, Etagenheizung, Kaltmiete 350,- €, + NK + Kaution, keine Haustiere. ☎ 0175 5131530

3ZKB Altstadt AM ruhig/barrierefrei, hell, 103 m², Balkon, Parkett, Aufzug, 995,- € KM + Garage. vilsblick@gmx.de

Vermietungen

4-Zi.-Wohnungen u. größer

AM-Dreifaltigkeit DG Whg Neu renovierte 103 m² Whg 4 Zi., Bad ab sofort zu verm. NR, k. Haustiere, KM 500 € + 150 € NK + Kaution Sowiesomehr@web.de

Illschwang 4 Zi., Kü., Bad, Keller, Garage, Abstellraum, Gartenanteil, ab 1.12.24 zu verm., ☎ 0151/19458484

Vermietungen

Garagen/Stellplätze

Vermiete Stellplatz für Wohnwagen u. Wohnmobile, Gem. Ens Dorf, in abgesperrter Halle. ☎ 0160/5709008 (gerne auch per WhatsApp)

Trockener sauberer Stellplatz für kleinen Wohnwagen oder Autoanhänger zu vermieten. ☎ 09662/7379

Carport in Haselmühl zu vermieten. ☎ 0179/2138334



2-5 Zeilen für nur 24,99 €

Wir öffnen Ihnen Türen ...

Finden Sie Ihre Traum-Immobilie mit einer Anzeige in der Tageszeitung. Jetzt gleich schalten!

Oberpfalz Medien GmbH · Weigelstraße 16 · 92637 Weiden
Telefon 0961/85-502 · Fax 0961/85-320

Amberger Zeitung · Mühlgasse 2 · 92224 Amberg
Telefon 09621/306-130 · Fax 09621/306-333

E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de oder in einer unserer Geschäftsstellen



Immobilienverkauf

Immobilienverkauf

www.ofen-goetz.de

Immobilienverkauf

1-2-Familien-Häuser

EFH, Bj. 1961 (1982 neuer Anbau) 175 m² Wfl., Grst. 12.663 m², Solaranlage, 2 Garagen, Nebengebäude, für Pferde liebhaber, Selbstständige und kl. Firmen, Gemeinde Ursensollen VB 1.7 Mio. ☎ 09628/929084 od. 0173/3894638

2-FH im LKR Tirschenreuth, Gemeinde Mähning, Bj. 1981, Grst. 2.283 m², Wfl. ca. 212 m², Doppelgarage, Maschinenhalle mit Werkstatt Bj. 1973, ca 240 m², von priv. ohne Makler, VB 390.000,- € ☎ 0151/46290931 Whatsapp

Östlicher Stadtrand von Amberg: RH-Bungalow, guter Zustand, Bj. 1975, Grundstücksfläche 598 m², Wfl. 98 + Einlegerwhg. 65 m², Garage, Keller, VB 280000,- ☎ 09621/14162 (AB)

Parkstein: EFH m. Einlegerwhg. u. Loggia, Doppelgarage m. Anbau u. Carport, Bj. 1984, Grd. 731 m², Wfl. 180 m², Ölheiz., Energieausw. vorh., bezugsfrei, Preis auf Anfrage. ☎ 09602/4879

Charmantes Reihenhhaus im Zentrum von Waldsassen zu verkaufen, 138 m² Wfl., Terrasse u. Balkon, Doppelgarage, ☎ 0170/4120891

Immobilienverkauf

Doppel-/Reihenhäuser

DHH Weiden, provisionsfrei, Gebiet Krumme Äcker, Erstbezug 12/21, Wfl. 120 m², 4,5 Zi., 300 m² Grund, Wärmepumpe, Fußbodenh., ohne Keller, 490.000,- €, kl. Verhandlungsspielraum möglich. ☎ 0160/94780178

OWZ www.onetz.de/owz
Redaktion: redowz@oberpfalzmedien.de

Immobilienverkauf

App-/1-Zi.-Eigentumswhg.

Neubau: Studentenwohnung zu verkaufen, in Amberg, KP 153.750 €, TG oder Stellplatz gegen Aufpreis, Kreativ Wohnbau GmbH, ☎ 09621-763699

Immobilienverkauf

3-Zi.-Eigentumswhg.

WEN, 3 ZKB, Zentrums-/Bahnhofsnah, sehr helle Whg., 70 m², Keller, Balkon, 4. Stock mit Aufzug, inkl. EBK, Privat zu verk., Bezugsfrei. VB 159.000 €. ☎ 0177 61 20 545

WEN, Prinz-Ludwig-Str.: 3-Zi.-ETW., 56 m², Parterre, Erdgas, Parkplatz, aktuell noch verm., ☎ 0151/19321639

Immobilienverkauf

Grundstücke

Verkaufe landwirtschaftliche Nutzflächen, 1,3 ha Ackerland und 1,9 ha Grünland in 95519 Schlammersdorf gegen Gebot. Kontakt über gruenholzacker@gmx.de

Immobilienverkauf

Garagen/Stellplätze

TG-Stellplatz in Weiden, Brenner-Schäffer-Straße, von Privat zu verkaufen. Zuschr. Nr. W47555A an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Immobilienverkauf

Immobilienankauf

Hilfe! Familie sucht Wohnung oder Haus in der Oberpfalz! Neuwertig bzw. energetisch saniert, **bitte alles anbieten**, keine Makler! Finanz. ist gesichert, 100 % Diskretion ☎ 0170/1193001

Immobilienverkauf

Mehrfamilienhäuser

Wir kaufen MFH! ☎ 0171-3288668

Vermietungen

1-2-Familien-Häuser

Charmantes 1- bis 2-Fam.-Wohnhaus in AM/Dreifaltigkeit, Wfl. ca. 190 m², Grund ca. 700 m², m. Terr., Balk., Garten, teilw. Parkett, Doppelgarage zu vermieten. Mtl. 1.390,- € + NK. ☎ 0176/24233163

Vermietungen

1-Zi.-Wohnungen/App.

1 Zi. App., Nähe Klinikum Weiden, Söllner Str. 9, 32 m² möbliert, Kü., Bad, Balkon, ab 1.12.2024 zu vermieten, KM 330,- € + NK, Zuschr. Nr. W47455Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Vermietungen

2-Zi.-Wohnungen

Seniorenwohnung Seniorenresidenz, Betreutes Wohnen Köferinger Höhe, Amberg Neubau, 2-Zimmer-Wohnung, 57,5 m², Einbauküche, barrierefrei, Loggia, KM 690 € zzgl. NK, ab 15.10.2024; 0176/24297595

W Eschenbach: 2-Zi.-DG-Wohnung, Wohnküche, Bad/WC, 49 m², Kelleranteil, Garten, EVA 133,02 kWh, KM 240 € + 130 € NK + Kaution, ab 1.11.2024 zu verm. ☎ 0177/5386072 od. E-Mail: info@sv-schaller.de

2 Zi.-DG-Whg., voll möbliert, in Kemnath, ruhige, zentrale Lage, 40 m², 250,- € + NK 50,- €. Zuschr. Nr. W47571Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

2-ZKB, Balkon, ca. 42 m², ZH, Abstellraum, Kelleranteil, Abg., Jahnstr. ab sofort zu verm. 400,- € kalt ☎ 09661/1212

immo.onetz.de
die Spezialisten für Immobilien in der Oberpfalz

Partner von immo.onetz.de sind z. B.



Das große Immobilienangebot der Region!

oberpfalz medien



SOMMER Immobilien

Hannelore Sommer
92637 Weiden
Liebigstraße 5
Telefon +49 961 39 161 990
Fax +49 961 39 161 997
www.SOMMER-Immobilien.eu



Gregor Immobilien- und Hausverwaltung
Ihre Zufriedenheit ist unsere Verpflichtung seit 1993

Inh.: Jürgen Gregor
Schönwerthstraße 2 B
92637 Weiden
Telefon +49 961 7288
Mobil: +49 171 5273473
E-Mail: info@immobilien-gregor.de
www.immobiliengregor.de



Immobilien-gesellschaft der Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG

Wörthstraße 9
92637 Weiden
Telefon 0961 84262
E-Mail: immo-baufi@vr-nopf.de
Web: www.city-immobilien.de



Immobilien Sparrer

Max-Reger-Straße 16
City Center, Turm C
92637 Weiden
Telefon 0961/61220
Fax 0961/61230
E-Mail: info@immobilien-sparrer.com
Webseite: www.immobiliens-sparrer.com
25 Jahre Erfahrung - Ihr Gewinn!



Sparkasse Amberg-Sulzbach

Marienstraße 10
92224 Amberg
Telefon 09621/3 00 24 33
E-Mail: immobilien@sparkasse-amberg-sulzbach.de
www.sparkasse-amberg-sulzbach.de



Werden auch Sie Partner von immo.onetz.de und profitieren Sie von den Vorteilen!

Mehr Infos auf www.immo.onetz.de oder bei Oberpfalz Medien GmbH unter Telefon 0961/ 85 481.



Wie sinnvoll ist das Notvertretungsrecht für Ehegatten?

Bereits zum 1. Januar 2023 wurde das Vormundschafts- und Betreuungsrecht umfassend reformiert.

Der neue § 1358 BGB gibt Ehegatten für den Notfall ein gegenseitiges Vertretungsrecht im Bereich der Gesundheitspflege. Dieses ist allerdings an enge Voraussetzungen gebunden, auf Gesundheitsangelegenheiten beschränkt und greift nur für maximal sechs Monate. Dauerhafte und umfassende Handlungsmöglichkeiten schaffen insoweit General- und Vorsorgevollmachten.

Einsatz

Vorausgesetzt ein Ehepartner ist aufgrund einer Erkrankung oder eines Unfalls nicht mehr handlungs- und entscheidungsfähig, kann sich ab diesem Jahr der andere Ehepartner gegenüber dem behandelnden Arzt auf sein Notvertretungsrecht berufen.

„Allerdings muss der Arzt bei der erstmaligen Ausübung des Notvertretungsrechts prüfen, ob die Voraussetzungen erfüllt sind oder Ausschlussgründe vorliegen, also kein Betreuer bestellt und keine Vorsorgevollmacht erteilt ist“, erläutert Stephanie Reber, Notarassessorin an der Landesnotarkammer Bayern. Ein weiterer Ausschlussgrund ist z.B. die Eintragung eines Widerspruchs gegen das Ehegattenvertretungsrecht im Zentralen Vorsorgeregister (ZVR). Der vertretende Ehegatte muss dem Arzt darüber hinaus schriftlich u.a. bestätigen, dass er das Vertretungsrecht bisher noch nicht ausgeübt hat und seines Wissens kein Ausschlussgrund vorliegt, insbesondere also keine andere Vertrauensperson über eine Vollmacht verfügt.



Wer älter ist, sollte sich rechtzeitig Gedanken über Vertretungsfragen machen.

Bild: Robert Kneschke
– stock.adobe.com

Nachdem der Arzt von seinem Einsichtsrecht in das ZVR Gebrauch gemacht hat, fasst er sämtliche eingeholte Informationen in einer Bescheinigung zusammen und hält insbesondere den Zeitpunkt der Entstehung des Vertretungsrechts fest, um die sechsmonatige Ausschlussfrist bestimmen zu können. Bei allen weiteren Vertretungshandlungen im Rahmen des Notvertretungsrechts muss der vertretende Ehepartner dieses Nachweisdokument vorlegen.

Einschränkungen

„Gut an der Neuregelung ist“, fasst Reber zusammen, „dass es für die akute Notsituation nun Handlungsmöglichkeiten für den Ehepartner gibt.“ Das Ehegattenvertretungsrecht ist als gesetzliche Auffanglösung für Notfälle jedoch beschränkt. Es kann und soll also weder die Erteilung einer (General- und) Vorsorgevollmacht noch das ge-

setzlich ansonsten vorgesehene Betreuungsverfahren dauerhaft ersetzen. Insbesondere hilft das Notvertretungsrecht bei länger anhaltenden Krankheitszuständen auf Dauer nicht weiter und schiebt die Einleitung eines Betreuungsverfahrens nur um maximal sechs Monate auf, das ohne Erteilung einer Vorsorgevollmacht spätestens nach Ablauf dieser Frist erforderlich bleibt.

Ferner ist ausschließlich der Bereich der Gesundheits-, nicht jedoch der der Vermögensangelegenheiten umfasst. In diesem Zusammenhang kann der Ehepartner zwar zum Beispiel Versicherungsleistungen oder Beihilfeansprüche für den Partner geltend machen. „Dem Ehegatten ist es jedoch nicht möglich, Behördengänge zu besorgen, Post zu öffnen oder Rechnungen mit dem Geld des vertretenen Ehegatten zu bezahlen bzw. Bankgeschäfte zu tätigen“, weist Reber hin. Auch Entscheidungen wie der Ab-

schluss eines Heimvertrags können vom Ehepartner im Rahmen des Notvertretungsrechts nicht getroffen werden, da der Abschluss langfristiger Verträge über das Ende des Vertretungsrechts hinaus nicht erfasst ist.

Die Neuregelung darf somit nicht darüber hinwegtäuschen, dass weiterhin nur die umfassende und selbstbestimmte Regelung der eigenen Angelegenheiten in einer General- und Vorsorgevollmacht eine dauerhafte und umfassende Vertretung ermöglicht, die im Regelfall eine Betreuerbestellung entbehrlich macht.

„Nur mithilfe der notariellen General- und Vorsorgevollmacht ist der Ehepartner auf Dauer und sogar über den Tod des Partners hinaus sowohl in gesundheitlichen als auch in vermögensrechtlichen Angelegenheiten handlungsfähig“, mahnt Reber eindringlich.

(Landesnotarkammer Bayern)

Nachlassplanung optimal organisieren

Ratgeber: „Richtig vererben und verschenken“

Für Erbschaften und Schenkungen in Höhe von knapp über 100 Milliarden Euro haben die Finanzämter zum Beispiel im Jahr 2022 Steuern erhoben. Die Berechnungen des Statistischen Bundesamts zeigen, dass es um viel geht, wenn Vermögen von einer Generation auf die nächste übergeht.

um die Nachlassplanung nach den eigenen Wünschen anzugehen.

Aufgezeigt wird, was es mit Pflichtteilsansprüchen auf sich hat und was bei einer Erbengemeinschaft unbedingt zu regeln ist.

Viele Beispiele

Auch wenn es im Einzelfall nicht immer Millionen sind: Schon wenn eine Immobilie im Spiel ist, können Erblasser wie auch Erben schnell ein „Eigentor“ schießen, weil steuerrechtliche Fragen nicht bedacht wurden.

An vielen Beispielen werden mögliche Konstellationen anschaulich erläutert, sodass sich hieraus Entscheidungshilfen für den eigenen Erbfall ergeben. Checklisten und Musterformulierungen bieten darüber hinaus praktische Unterstützung, nichts zu vergessen und alles rechtssicher festzuhalten.

Ob Sparbuch, Aktienpaket, Wertgegenstände oder Grundbesitz: Der Ratgeber „Richtig vererben und verschenken“ der Verbraucherzentrale lotst durch das Erbrecht und zeigt zudem, was bei Schenkungen schon zu Lebzeiten unbedingt zu beachten ist.

Nicht zuletzt: Wie sich ganz legal Steuern sparen lassen, wenn man beim Vererben und Verschenken alles richtig plant, ist in einem eigenen Kapitel nachzulesen. (exb)

Ab November im Handel

Verständlich erklärt der Ratgeber, wie Vermögen übertragen werden kann. Was sieht die gesetzliche Erbfolge vor, wann und wie kann davon abgewichen werden? Was ist bei einem Testament zu beachten und was kann ein Erbvertrag regeln? Schritt für Schritt begleitet das Buch,

Der Ratgeber „Richtig vererben und verschenken“ erscheint in seiner neuesten Auflage (5. Auflage) im November 2024 und kostet 20 Euro. Erhältlich wird er unter anderem bei den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel sein.

Für sich...

... und die Lieben

Über die Frage nachzudenken, wie man im Alter leben will, sollte kein Tabuthema sein.

Wie will ich im Alter leben? Wie wollen meine Angehörigen, meine Eltern und Verwandten leben?

Nicht auf die lange Bank schieben

Solchen Fragen sollte man sich möglichst frühzeitig stellen. Ist ein klassisches Altenheim am besten? Lässt sich die Pflege und Betreuung zu Hause für alle Beteiligten gut organisieren?

Pauschale Antworten gibt es nicht

Pauschale Antworten auf solche Fragen kann es nicht geben, Lösungen sind immer individuell.

Die Spezialisten aus dem sozialen Bereich beraten gerne. Denn nur wer informiert ist, kann eine gute Entscheidung treffen. Für sich und seine Lieben. (tt)

CITY TAXI
Inhaber
Sebastian Majewski
09661 17 23 23
Krankenfahrten für
alle Krankenkassen
auch Rollstuhl

„Daheim ist Daheim – Der Stern“
Ambulanter Pflegedienst
pflegt Sie fach- und sachgerecht
bei Ihnen zu Hause
Informieren Sie sich jeder Zeit kostenlos
unter Telefon 09628/923463
E-Mail: stern-pflegedienst@online.de

Malteser
...weil Nähe zählt.
Zuhause kann immer
etwas passieren
Der Malteser Hausnotruf
Bis zum 31. Oktober 2024:
einen Monat kostenlos*
• Leichte Bedienung,
persönliche Einweisung
• Schnelle Hilfe im Notfall,
professioneller Bereitschaftsdienst
• Monatlich kündbar
Mit Sicherheit an Ihrer Seite. Wir beraten Sie gerne:
0800 9966028
(Mo-Fr von 8-20 Uhr, kostenlos)
Weitere Informationen: malteser-hausnotruf.de
Oder Sie nutzen einfach unsere Online-Terminbuchung!
*Gültig bis 31. Oktober 2024 bei Neuanschluss. Gilt für alle Hausnotruf-Leistungen, die nicht von der Pflegekasse übernommen werden. Die Kosten werden aus abrechnungstechnischen Gründen erst in dem ersten vollen Kalendermonat der Versorgung erlassen, der auf den Monat ihres Anschlusses bei uns folgt.

PflegeAmbulanz
TagesPflege
Wir pflegen Amberg seit 1317
gemeinnützige
Bürgerspital-GmbH
Pflege daheim (Ambulante Pflege), Tagespflege mit Fahrdienst
und stationäre Pflege an 2 Standorten in Amberg
WIR sind für Sie da!
Telefon: 09621/6009-0
https://buergerspital.amberg.de
Buegerspitalstiftung@Amberg.de
Heilig-Geist-Stift

**Johanniter-Pflege-Team
Amberg-Schwarzenfeld**
Die Johanniter kümmern sich
um die Pflege sowie die medizinische
Versorgung von alten, kranken und
behinderten Menschen in den eigenen vier
Wänden und unterstützen pflegende Angehörige.
Wir beraten Sie jederzeit gerne.
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Pflege-Team Amberg-Schwarzenfeld
Tel. 09621 472213
pflege.amberg@johanniter.de
JOHANNITER

Info-Beautytag

am Mittwoch, 23. Oktober 2024,
von 11–18 Uhr

Es erwarten Sie lukrative Rabatte.

Wo? Im Ärztehaus am Klinikum
Nansenstraße 9, 95615 Marktredwitz

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.



Frau Dr. med. Margit Köhnlein-Rühl
Bild: Ästhetic-Med



Ästhetic-Med

Institut für Schönheitsmedizin &
kosmetisch-chirurgische Behandlung

Telefon 0 92 31/661 552

Fax 0 92 31/661 553

E-Mail: info@aestheticmed.net

Web: www.aestheticmed.net

Ästhetic-Med

Dr. med. Margit Köhnlein-Rühl

Dr. med. Dr. rer. nat. Hermann Rühl

Nansenstraße 9 • 95615 Marktredwitz

Immer richtig ankommen
und dabei sparen!



Fahrrad-Navi
Navic 400
fast 50%
gespart
230,-
119,90

Übrigens: wir reparieren auch
Ihr Fahrrad oder E-Bike!

PS 2Rad Center GmbH

peter stadler

amberg neumarkt

09181/512218
09621/13031
Email: info@peter-stadler.de

TRAPEZBLECHE

direkt ab Werk - sofort verfügbar

oder über uns verbundene Händler

schnell - günstig - fair

• 11 verschiedene Trapezprofile

• Lieferservice & Maßanfertigung

• Sandwichpaneelle, Kantteile,

Zahnbleche & Befestigungszubehör

zu fairen Preisen

• großes Abhollager

Feilmeier AG Trapezblechwerke

Bayern - Thüringen

Tel: 09932/4008-0 Fax: -50

info@feilmeier.com www.feilmeier.com

www.onetz.de/owz

OWZ Vertrieb: Telefon 0961/85-501

VERANSTALTUNGEN

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

oberpfalz
medien präsentiert

SAŠO AVSENIK und seine
Das ORIGINAL!!!
direkt aus Slowenien
OBERKRÄNER
100% LIVE
Samstag, 09.11.2024
Max-Reger-Halle Weiden
Beginn: 19:30 Uhr Tickets: www.Live-Concerts.de | Tel. 09269/980500
sowie bei NT-Ticket und allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Die erfolgreichste Musicalgala mit den Starsolisten der Musicalszenen
Die NACHT der MUSICALS
Das Original!!!
FROZEN • TANZ DER VAMPIRE • MOULIN ROUGE • PHANTOM DER OPER • CATS
KÖNIG DER LÖWEN • MAMMA MIA • SISTER ACT U.V.M.
2025
19.02. WEIDEN MAX-REGER-HALLE BEGINN 20:00 UHR
23.03. AMBERG AMBERGER CONGRESS CENTRUM
eventim TICKETS: eventim Vorverkaufsstellen, alle örtlichen Vorverkaufsstellen

Anzeigen-Service 0961/85-502 oberpfalz medien

Jetzt
kostenlos
anmelden



Ein Angebot von
oberpfalz
medien

PARTNER & FREIZEIT

Freundschaften

Frau, Ende 70, geistig fit, tier- u. naturliebend, mobil, su. eine nette, zuverl., ehrl. Frau, 70 - 75 J., Führerschein wäre von Vorteil (keine Intim. od. finanz. Absichten) f. sinnv. Gespräche, Kaffee-Plausch, Sonntags-Essen od. sonst. Nur ernstgem. Zuschr. Nr. W47574Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Wiedersehen

Wiedersehen
Hallo da aus Windischeschenbach. Wir saßen am 4. 9 im Wartezimmer im Ukr Rgb. Würde dich gerne wiedersehen. Zuschr. Nr. W47564Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Reisebegleitung

Reisepartner(w/m) gesucht für Reisen nah und fern von aktiver Seniorin. Email: fridaschu@gmx.net

Er, 84 J. su. Sie bis 60 J. als Reisebegleitung nach Griechenland für 2025. ☎ 09621/1789813

Bekanntschaften

Singlertamtsch Weiden Bist Du Single ab 45 und kontaktfreudig, dann komm zu uns. Wir treffen uns 14-tägig und Unternehmungen sind regelmäßig geplant. Kontakt: singlertamtsch-wen@gmx.de

Suche Frau, zw. 60 und 70 Jahren mit Führerschein für gemeinsame Zukunft und Unternehmungen. Bitte melde dich. Zuschr. Nr. W47563Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Er sucht Sie

Hallo Silvia, 69 J., deine Anz. v. 11./12.10. spricht mich an, möchte dich gerne o. PV kennen. Bin Witwer, 69 J., NR/NT, bei Sympathie könnten wir den Lebensweg gemeinsam gehen. Wenn du eine natürliche Frau bist, die Liebe, Treue, Vertrauen u. Ehrlichkeit noch schätzt. Freue mich auf deine Zuschrift. Bild wäre schön. Zuschr. Nr. W47572Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Bestand hat nur was auf Liebe beruht – und nichts geht von dem verloren, was wir mit unserem Herzen berühren. Suche dich, eine nette, schlanke Frau, die bereit ist für gemeinsamen Weg in Liebe, Treue, Vertrauen und Ehrlichkeit. Bin 69, NR, NT, 1,84 m und schlank, natürlich, offen und ehrlich. Freue mich auf deine Zuschrift. Zuschr. Nr. W47553Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Er, 70 J., 1,82 m, 96 kg, sucht Partnerin zum Kaffeetrinken, Ausgehen usw. im Raum AS. Zuschr. Nr. AZ47559Z an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre

Pensionist, 77 Jahre, geschieden, ohne Anhang, sucht Frau ab ca. 60 Jahre für gemeinsame Unternehmungen, Ausflüge, Theaterbesuche, Restaurant, gegenseitige Wertschätzung wünsche ich mir für eine dauerhafte Beziehung. ☎ 0961/4706235 ab 18 Uhr oder Zuschr. Nr. W47573Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Heben Sie Ihre Anzeige hervor!
Roter Rahmen für nur 7,50 €*
Einfach telefonisch oder schriftlich unter: **0961/ 85-502**
anzeigen@oberpfalzmedien.de
*Preis versteht sich inkl. MwSt.
Nur gültig für Privatkunden

Er, 57, NR/NT, sucht Dame zum Verwehnen, Tandramassage/Erotik, alle was gemeinsam Spaß macht. Absolut diskret und streng vertraulich. ☎ 0151/50840844

Sympathischer Er, 54 J., 1,87 groß, schlank, blond, sucht nette Sie bis Mitte 50 (gerne aus Osteuropa), nur ernste Anfragen. ☎ 0160/3765875 oder SMS

Suche dominante fetischinteressierte Frau. ☎ 0160/7018214

Sie sucht Ihn

Martha (78) Witwe, liebevoll, natürlich, häuslich, nicht ortsgelassen, mit PKW, sucht üb. PV netten Lebenspartner. ☎ 0162-7939564

Sabine, 67 J., bin ehrlich, treu u. zärtlich, gutauss., auch meine schöne frau. Figur habe ich behalten. Sitzen Sie auch tagein, tagaus allein zu Hause? Wir könnten uns zusammen tun u. müssten nicht mehr einsam sein. Bin eine sichere Autofahrerin u. könnte auch zu Ihnen ziehen. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorengrüß ☎ 0800-7774050

Rosemarie, 75 J., gelernte Kindergärtnerin zuletzt war ich noch 21 Jahre in der Amb. Altenpflege tätig, suche einen zuverlässigen Mann (Alter egal) pv, hier aus der Gegend. Ich bin fleißig, zärtlich, häuslich, eine gute Autofahrerin, Köchin u. saubere Hausfrau. Gerne würde ich zwecks Verabredung mit einem sympathischen Mann telefonieren. ☎ 0157 – 75069425

Dorothea, 73 J., zierliche, blonde Witwe, war viele Jahre in einem Pflegeberuf tätig. Seit dem Tod meines Mannes vor einigen Jahren, fühle ich mich sehr allein. Welcher ehrliche Mann fühlt sich ebenso und möchte auch noch einmal glücklich werden? Für ein Kennenlernen bitte gleich üb. PV anrufen, herzliche Grüße. ☎ 0176-57889239

Sie möchte nicht mehr alleine sein! 70 jung, naturverbunden, gebildet, vielseitig interessiert, sucht Ihn, seriös, klug, ehrlich, für ein gemeinsames Leben. Gerne mit Bild! Zuschr. Nr. W47557Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Mein Geburtstagswunsch: Noch ein wenig Zweisamkeit, bin anspruchsvoll und agil, 70+, wer traut sich? Zuschr. Nr. AZ47508Z an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre

Jung gebliebene Witwe, 170 cm groß, 71 Jahre alt, sucht netten, warmherzigen Herrn für gemeinsame Unternehmungen, mindestens 175 cm groß. Zuschrift BmB: partner2024@freenet.de

ICH Simone 49 J., schlank, hübsch, liebevoll, mit Humor, mag Natur, schöne Abende bei Holzofenwärme, bin zuverlässig, koche gern und wünsche mir den Mann fürs Leben. Bist Du bodenständig und träumst von ehrlicher Liebe ü. pv? **Habe Mut! Anruf o. SMS ü.** ☎ 0171-7592033

oberpfalz
medien

Leserreisen

Unsere Reisebegleitung*
ist stets für Sie da!

Busreise



Advent in Ulm
Ulmer Münster,
Barock & Teddybären
29.11. – 01.12.2024

Leistungen:

- Busfahrt ab/bis Ihrer gebuchten Zustiegsstelle
- 2 Übernachtungen inkl. Frühstück im COMFOR Hotel Ulm in der Ulmer Innenstadt
- Stadtführung in Ulm mit Besuch des Ulmer Münsters
- Tagesausflug mit Besichtigung des Klosters Wiblingen mit Orgelkonzert, Uhrzeitmuseum und des Blautopfs in Blaubeuren
- Eintritt/Führung bei STEIFF
- M-TOURS Reisebegleitung

Buchbar bis 25.10.2024 ☎ – 10,- € p.P. ab **399,- €**

Flusskreuzfahrt



Luxuskreuzfahrt im Advent
Rhein & Mosel
01.12. – 05.12.2024

Leistungen:

- Zugfahrt i.d. 2. Klasse inkl. Sitzplatzreservierung
- 4 Übernachtungen inkl. Vollpension an Bord des Luxusschiffs MS GRACE ab/bis Köln
- Stadtrundgänge Cochem inkl. großer Winzer-Weinprobe und 4 Gläser Wein pro Person, Bernkastel-Kues und Koblenz
- Weihnachtliches Konzert an Bord
- Audio-Guides bei allen Ausflügen ab/bis Schiff
- M-TOURS Kreuzfahrtleitung und Reisebegleitungen

p.P. ab **869,- €**

Flugreise



Flughafentransfer inkl. Haustürabholung zubuchbar

Faszinieren des Kuba
Salsa, Zigarren und Kolonialarchitektur
24.01. – 04.02.2025

Leistungen:

- Flug ab/bis München nach Havanna
- 10 Übernachtungen inkl. Frühstück in landestypischen 4- bis 5-Sterne-Hotels, Mittag- und Abendessen
- Führung durch das koloniale Alt-Havanna
- Besuch des Revolutionsmuseums
- Panoramatour durch das Mogote-Tal in Viñales
- Besuch bei einem Tabakbauern/Führung Tabakfabrik
- Cocktailkurs mit Rum- und Zigarrenkunde
- M-TOURS Reisebegleitung, u.v.m.

Buchbar bis 02.12.2024 p.P. ab **4.899,- €**

Grüne Woche Berlin

16.01. – 19.01.2025
p.P. ab **509,- €**
Buchbar bis 02.12.2024

New York zur Weihnachtszeit

15.12. – 19.12.2024
p.P. ab **2.499,- €** ab 2.777,- €
Buchbar bis 22.10.2024

Semperoperball in Dresden

06.02. – 08.02.2025
p.P. ab **529,- €**

Traumhafte Amalfiküste

25.03. – 01.04., 01.04. – 08.04.,
09.04. – 16.04.2025
p.P. ab **1.679,- €**

Entdecken Sie unsere
Reisevielfalt ONLINE!
www.leserreisen-onetz.de



Weitere Reisen unter www.leserreisen-onetz.de | Infos und Buchung unter der Nennung des Codes #GI unter 0961/85 298 (Mo. – Fr.: 9 – 16 Uhr)

E-Mail: leserreisen-onetz@m-tours.de Die M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Puricellstraße 32, 93049 Regensburg, tritt als Veranstalter auf. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Angebote solange der Vorrat reicht.

☎ Vorteilscard-Rabatt ☎ Frühbucherrabatt *Gilt nicht für Reisen, die nicht von M-TOURS Erlebnisreisen veranstaltet werden.

M-TOURS
ERLEBNISREISEN