

work:life

OBERPFALZ



MODEL MACHT MARKETING

GIRLS' DAY:
MÄDCHEN
KÖNNEN MINT

DISCGOLF:
SCHEIBEN
BRINGEN GLÜCK

SMARTPHONE:
FÜR KINDER
NICHT CLEVER

**MACHT SYN:
JEDER ANDERS
GEMEINSAM BESSER.**



SYNLAB 

SYNLAB Medizinisches Versorgungszentrum Weiden GmbH
Zur Kesselschmiede 4, 92637 Weiden
Tel.: +49 961 309-0, E-Mail: weiden@synlab.com

Work and Life and **happy** Birthday

Mit dieser Ausgabe feiert „work:life OBERPFALZ“ Geburtstag, seinen zweiten. Zu diesem Anlass haben wir die Inhalte in ein neues, handlicheres Format gepackt. Die Produktidee bleibt die gleiche, nämlich berufliche Themen und Themen „aus dem Leben“, aus Freizeit, Alltag und Gesellschaft, in einem Magazin zusammenzuführen. Mit dem kompakteren Layout haben wir Leser Anregungen aufgegriffen – und hoffen, es gefällt.

Ohnehin ist nichts so beständig wie der Wandel. Oder auf gut Englisch: The only constant thing in life is change. Womit wir schon bei einem der Themen dieser ersten „work:life OBERPFALZ“-Ausgabe des Jahres wären, den Anglizismen. Sie fluten unsere Sprache. Allenthalben treten sie in Erscheinung, bei uns sogar schon – auf dem „Cover“! Ist das nun gut oder schlecht, diese Sache mit den englischen Wendungen, Worten – und Werten? Ihre Meinung dazu hat Lea-Mareen Kuhnle in Worte gefasst. Der Titel ihres Beitrags, ein englischer: Lost in Translation.

Nicht nur die Sprache schwabbert über den großen Teich, hinüber zu uns, nach „good old Germany“: In unzähligen Sphären unseres Lebens ist die amerikanische längst zur Leitkultur geworden, der wir willfährig nacheifern. Auch hier die Frage: Ist das gut oder schlecht? Das kommt ganz d’rauf an. Gut, lautet unsere Antwort zum Beispiel bei einer Sportart, die in den Vereinigten Staaten wohl jeder kennt und jetzt auch bei uns begeistert: dem „Disc-Golf“. Disc-Golf macht nämlich viel Spaß. Worum es dabei geht und vor allem, wie es geht, das erklärt ein Oberpfälzer, der es wiederholt zu deutschen und europäischen Meisterschaftsehren gebracht hat.

Ja, überhaupt: Am faszinierendsten im Leben sind die Menschen. Solche, die ein ungewöhnliches Leben führen allemal, wie Ex-Model und jetzt Social-Media-Expertin Paulina Seggewiß. Ihr begegnen wir auf den nächsten Seiten.

Bitte umblättern, die Geburtstagsausgabe wartet darauf, entdeckt zu werden.

Ihr Team von
„work:life OBERPFALZ“

IMPRESSUM

Redaktion: Sabine Fuchs (verantwortlich), Reiner Wittmann
Lea-Mareen Kuhnle, Evi Wagner

Grafik: Sara Neidhardt

Titelbild: Sara Neidhardt

Anzeigen: Ivana Zang (verantwortlich)
Eva-Maria Irlbacher

Herstellung|Druck: Oberpfalz Medien GmbH, Weiden

Menschen

Vom Model zur Marketing-Expertin: Paulina Seggewiß



- 10** **Karriere**
Aus Mädchen werden Macherinnen
- 12** **Freizeit**
Unbekannte Flugobjekte in der Oberpfalz
- 14** **6 Fragen**
Jetzt wird's warm in Bayern
- 16** **Gesundheit**
Krankenkassen im Vergleich
- 18** **Kolumne**
Lea-Mareen Kuhnle ist „lost in Translation“
- 20** **Rezept**
Leckerer für Spargelfans
- 21** **Familie**
Smartphones sind nichts für Kinder
- 22** **Technik**
Dunkle Machenschaften im Internet

Karriereweg mit Model-Charakter

Kein Leben von der Stange: Früher stand Paulina Pažulinec vor der Kamera, heute drückt Paulina Seggewiß als Social-Media-Expertin selbst auf den Auslöser.

■ Reiner Wittmann

Sommer 2012, kurz nach ihrem Abitur. Diesen Tag wird Paulina Pažulinec nie vergessen. Beim Shopping in einer H&M-Filiale spricht sie ein Model-Scout an, ob sie sich vorstellen könne, als Curvy Model zu arbeiten. Mode für kurvige Frauen präsentieren? Klingt gut. Ausstrahlung und Konfektionsgröße passen, und auch das Angebot, das man ihr unterbreitet. Sie sagt zu.

Für die junge Oberpfälzerin beginnt damit ein neues, aufregendes Leben. Pažulinec hat Jobs in der ganzen Republik. Von Studio-Fotoshootings für Online-Shops, über „on-location“-Shootings für Magazine bis hin zu Fernsehauftritten bei Home-Shopping-Sendern und Laufstegjobs für Fashion-Shows. Selbst nach Spanien und Südafrika vermittelt die Agentur ihr Aufträge.

Spannende Modewelt

„Diese Modewelt ist schon etwas Besonders“, erinnert sich die heute 30-Jährige an spannende Jahre zurück. „Ich habe viele tolle Persönlichkeiten aus den unterschiedlichsten Ländern kennengelernt und Freundschaften geknüpft, die bis heute halten.“

Der Job als Model lässt sich zudem zeitlich gut vereinbaren mit dem Bachelor-Studium, das sie an der Universität in Regensburg aufnimmt. Sie schreibt sich dort für vergleichende Kulturwissenschaften und südslawische Philologie ein.

„Ich bin zwar in Weiden geboren und aufgewachsen, meine Eltern stammen aber aus Kroatien“, erklärt die mehrsprachige Deutsch-Kroatin ihre Studienwahl. „Durch das Studium konnte ich die Basics meiner Herkunft besser verstehen und zugleich kam es meinem Interesse an anderen Kulturen entgegen.“

Zwei Welten vereint

Ihre Arbeit in der Mode-Branche ermöglicht ihr neben dem Studium Einblicke in die Welt der Werbung. Sie beobachtet, wie Kampagnen ablaufen, lernt, wie ein Set gestaltet und welche Hardware benötigt wird, um in der realen Welt eine Illusion zu erschaffen, die Konsumwünsche weckt.

Marketing, genauer: Influencer-Marketing, das ist es, was sie fasziniert und zum Thema ihrer Bachelor-Arbeit wird. Der anschließende Master in internationaler Kommunikation und Moderation in München bündelt ihre Interessen – Werbung, Austausch mit anderen Menschen und fremden Kulturen – auf maßgeschneiderte Weise.

Aus Pažulinec wird Seggewiß

Doch wohin nach dem Studium? „Mir gingen anfangs schon große Metropolen durch den Kopf, wie Berlin oder Hamburg“, sagt

Einst Foto-Model, heute (auch) selbst
„Fotografin“: Paulina Seggewiß dreht mit
einem Smartphone für ihren Arbeitgeber
einen Beitrag für die Sozialen Medien.



„Kein Tag ist wie der andere. Mails checken, Video-Konferenzen mit den Kollegen am Firmensitz in Mainz, hausinterne Besprechungen, Reels drehen.“

„Diese Modewelt ist schon etwas Besonderes. Ich habe viele tolle Persönlichkeiten aus den unterschiedlichsten Ländern kennengelernt und Freundschaften geknüpft, die bis heute halten.“



© Sara Neidhardt



© Paulina Seggwiß



© Ralph Geiling

Links oben: Beim Dreh mit Auszubildenden.

Links unten: Aus Paulina Pažulinec wurde Paulina Seggwiß, mit ihrem Mann Jan teilt sie unter anderem das Interesse an exotischen Reisezielen.

Großes Bild: Ihre Model-Karriere hat Paulina Seggwiß gegen eine Marketing-Karriere getauscht. Missen will sie ihre Erfahrungen aus der Modewelt nicht.

sie. Dann geht sie mit einem jungen Mann zum Essen, den sie schon länger kennt: Jan Seggewiß, der Sohn des langjährigen Weidener Oberbürgermeisters Kurt Seggewiß. Es funkt, die beiden werden ein Paar, heiraten.

Aus Paulina Pažulinec wird Paulina Seggewiß. Jan und Paulina zieht es nun doch zurück in die alte Heimat. Er beginnt im Controlling eines mittelständischen Unternehmens, sie arbeitet zunächst in einer Werbeagentur. Seit Ende 2022 ist sie nun aber bei der SCHOTT AG in Mitterteich beschäftigt. Dort ist sie verantwortlich für die Außendarstellung des Unternehmens als attraktiver Arbeitgeber.

Posts, Print, Publicity

Ein sonniger Januar-Nachmittag in der nördlichen Oberpfalz. Im Foyer des SCHOTT-Zentralgebäudes in Mitterteich gibt Paulina Seggewiß zwei jungen Frauen und einem jungen Mann Instruktionen, „ein bisschen weiter nach links, bitte. Du in die Mitte. So ist's schön. Danke!“ Paulina Seggewiß filmt die drei Auszubildenden mit einem Handy und schneidet das Material später zu einem Reel, einem kurzen Film, zusammen, der auf Instagram gepostet wird.

„Solche Reels veröffentlichen wir mehrmals pro Monat auf Instagram und Facebook“, erklärt Seggewiß einen wichtigen Teil ihres Arbeitsalltags. Als Managerin für Social Media und HR-Marketing (wobei HR als gängige Abkürzung für Human Resources, also Personal steht) überlegt sie sich Redaktionspläne, plant Kampagnen und crossmediale Marketingaktivitäten. Dabei spielt sie die gesamte Klaviatur der Unternehmenskommunikation – von der Print-Anzeige, über den Post in den Sozialen Medien bis hin zur Präsenz auf regionalen Karrieremessen.

„Das ist ungeheuer spannend“, sagt Seggewiß. Sie brennt für den Job. „Kein Tag ist wie der andere. Mails checken, Video-Konferenzen mit den Kollegen am Firmensitz in Mainz, hausinterne Besprechungen, Reels drehen. Dann der Kontakt zu Agenturen und Dienstleistern. Da ist kein Leerlauf drin, so brauche ich das“, schwärmt sie.

Führend bei Spezialglas

SCHOTT produziert Glas für spezielle Anwendungen, etwa in der Industrie. Am Standort Mitterteich ist die „Business Unit Tubing“ angesiedelt, also der Geschäftsbereich für Rohrglas. Stellt man diese Wortzusammensetzung um, so werden Glasröhren daraus, was verständlicher klingt.

Behältnisse für Impfstoffe

Die in Mitterteich entwickelten und produzierten Glasröhren können je nach Einsatzzweck groß sein – oder auch eher klein. Wie etwa die Röhren aus Spezialglas, in die die Pharmaindustrie weltweit Medikamente verfüllt, prominentes Beispiel: Corona-Impfstoffe.

SCHOTT ist aber auch in vielen anderen Anwendungen von Spezialglas ein führender Global Player. „Das macht das Unternehmen zu einem breit aufgestellten Arbeitgeber mit vielen Optionen für die einzelnen Mitarbeiter_innen“, wirbt Paulina Seggewiß fürs eigene Haus.

Oberpfälzer „Way of Life“

Beruflich in der Welt zu Hause und privat in der Oberpfalz daheim. Ihr Oberpfälzer „Way of Life“ gefällt der jungen Frau, denn: „Leben und arbeiten in der Oberpfalz empfinde ich als sehr angenehm, weil Vertrautheit da ist. Man kennt jede Ecke, fühlt sich einfach wohl. Zugleich habe ich die Natur vor der Haustüre und bin schnell in Regensburg oder Nürnberg.“ Ihr Fazit: „Mir geht hier im Vergleich zur Großstadt nichts ab.“

Ihr Leben ist trotzdem anders geworden. Zeit für ihren Model-Job hat sie nicht mehr, „mein Fokus gehört ganz meinen Marketingaufgaben im Unternehmen.“ Müssen will sie freilich keine ihrer bisherigen Lebensstationen – denn irgendwie, so denkt man sich, hat sie alles richtig gemacht.

IM PORTRAIT

Gerresheimer: Karriere ganz nah

Das breite Spektrum an Produkten und Lösungen, die Gerresheimer anbietet, umfasst pharmazeutische Verpackungen sowie Produkte zur Verabreichung von Medikamenten. Das Unternehmen wächst damit kräftig und sucht in der Oberpfalz neue Mitarbeiter.



Gut 12.000 Menschen in 35 Werken arbeiten rund um den Globus gemeinsam am Erfolg des Unternehmens, etwa 1500 davon arbeiten für die Business Unit Medical Devices in Pfreimd, Wackersdorf und Regensburg.

Regensburg

Regensburg ist dabei Sitz der Geschäftszentrale der Gerresheimer Regensburg GmbH (die wiederum der Gerresheimer AG mit Sitz in Düsseldorf angehört). Funktionen wie Personal, Recht, Finanzen und Controlling sind hier zentralisiert.

Wackersdorf

In Wackersdorf (Kreis Schwandorf) befindet sich das Service-Center der Gerresheimer Regensburg GmbH. Es vereint Kompetenzen aus Forschung & Entwicklung, Vertrieb und Verwaltung. Daran angegliedert ist die Gerresheimer Werkzeugbau Wackersdorf GmbH. Dort werden hochkomplexe Spritzgussformen in höchster Präzision gefertigt, die für die Großserienproduktion im Reinraum geeignet sind.

Pfreimd

Diese Großserienproduktion erfolgt dann unter anderem in Pfreimd (ebenfalls Kreis Schwandorf), was den Standort zu dem mit den meisten Mitarbeitern des Unternehmens in der Oberpfalz macht. Gerresheimer produziert hier in einem modernen technologischen Umfeld Inhalatoren, Pensysteme, Infusionsets, Komponenten für nadellose Spritzensysteme, Küvetten, Lanzetten und vorfüllbare Spritzen aus Kunststoff. Abgedeckt wird am Standort die komplette Fertigungskette, vom Spritzgießen über die Montage und Kontrolle bis zur Verpackung der Produkte im Reinraum.

Mehr als nur Arbeit, Sinnfindung

Innovating for a better life, das Mission-Statement von Gerresheimer bringt das Streben des Unternehmens auf den Punkt: Neues schaffen, Dinge produzieren und zum Menschen bringen, die deren Leben oft entscheidend verbessern. Wer für Gerresheimer arbeitet, arbeitet für die Gesundheit des Menschen. Das gibt der Arbeit einen Sinn, der über den Alltag hinausreicht.

Wer sich bei Gerresheimer als (neuer) Mitarbeiter einbringen will, dem bieten sich an den Oberpfälzer Standorten ausgezeichnete Einstiegsmöglichkeiten und Perspektiven. Am Standort Pfreimd beispielsweise werden Fachkräfte und Auszubildende für die Produktion gesucht, zum Beispiel als „Kunststoff- und Kautschuktechnolog“ (vormals „Verfahrensmechaniker Kunststoff“).

Was macht die Arbeit dort besonders attraktiv? Nicht nur der Sinn! Gerresheimer bekennt sich zur Tarifbindung und sieht darin eine faire Basis für das Verhältnis zwischen Arbeitnehmer und Arbeitgeber. Ein leistungsgerechtes Entgelt mit Urlaubs- und Weihnachtsgeld ist so eine Selbstverständlichkeit. Selbstverständlich sind bei Gerresheimer auch individuelle Förderung und regelmäßige Weiterbildung. Obsttage, Hausmasseur? Das gehört selbstredend dazu. Und klar, dass beim Mitarbeiterfest die Angehörigen auch eingeladen sind!

Gerresheimer ist ein erfolgreiches Unternehmen. Es bewegt sich in einem stetig wachsenden Markt, dem Markt der Me-



© Gerresheimer (2)

Arbeiten bei Gerresheimer (wie hier im Reinraum am Standort Pfreimd) bedeutet arbeiten in einem modernen, von Hochtechnologie geprägten Umfeld.

medizinprodukte. Das schafft für die Beschäftigten äußerst positive langfristige Perspektiven. Daher läuft in Pfreimd die Produktion auf Hochtouren, 24/7. Die Produktionsmitarbeiter arbeiten im Voll-Schicht-Modus. Das bedeutet einerseits wechselnde Arbeitszeiten. Andererseits schafft dies Freiräume, die andere Menschen nicht haben: Statt eines klassischen Wochenendes gibt es am Standort Pfreimd fünf freie Tage am Stück. Außerdem kann man auf einem Langzeitkonto Arbeitszeit ansammeln und sie später zum Beispiel für ein Sabbatical nutzen. Oder für Vorruhestand und Altersfreizeit. Das bringt mehr Flexibilität in die Berufs- und Lebensplanung, erlaubt mehr Balance zwischen „work“ und „life“ oder ermöglicht einen (Un-)Ruhestand nach Maß.

Nach Maß kann bei Gerresheimer bereits der berufliche (Neu-) Anfang gelingen. Junge Menschen können nach der Schule eine klassische Berufsausbildung beginnen, reifere mit Vorkenntnissen direkt einsteigen oder mit attraktiven Konditionen eine Fast-track-Ausbildung durchlaufen. Und das „ganz in der Nähe“: Der Standort Pfreimd ist direkt an der Autobahn zwischen Weiden und Regensburg gelegen, der Standort Wackersdorf nur wenige Kilometer davon entfernt – und damit leicht zu erreichen!

1

Karriere in einem Wachstumsmarkt: Der Markt der Medizinprodukte wächst, und mit ihm Gerresheimer. Sowohl beim Umsatz als auch beim Gewinn verzeichnet das Unternehmen im abgelaufenen Geschäftsjahr Zuwächse im zweistelligen Prozentbereich.

Lokal, global: Bei Gerresheimer sind Karriere-Chancen zum Greifen nah. Zum Beispiel in Pfreimd, direkt neben der Autobahn. Mit einer Fast-track-Ausbildung kann es dort für Quereinsteiger auch ganz schnell gehen. Wer es doch eher international mag, kann sich im Unternehmensverbund auch im Ausland weiterentwickeln.

2

3

Ein Unternehmen, viele Vorteile: Gerresheimer legt Wert auf Tarifbindung und viele Benefits. Einige davon sind im nebenstehenden Artikel erwähnt, alle anderen auf der Webseite des Unternehmens.

Mission MINT: Die Innovationskraft von Frauen stärken

■ Evi Wagner



Um Deutschland als wettbewerbsstarken Wissenschafts- und Wirtschaftsstandort weiter voranzubringen, müssen insbesondere für die innovationstreibenden akademischen Berufe im MINT-Bereich (Mathematik, Informatik,

Naturwissenschaft und Technik) alle Talente gewonnen und langfristig gehalten werden“, ist auf der Homepage des Bundesministeriums für Bildung und Forschung zu lesen. „Das Potenzial von Frauen wird jedoch in diesen für die Handlungsfelder der Zukunfts-

strategie der Bundesregierung wichtigen Bereichen bisher nicht hinreichend genutzt. Die Expertise und Kreativität von Frauen muss in naturwissenschaftlich-technische Forschungs- und Innovationsprozesse stärker eingebunden werden, wenn wir weiterhin zukunftsfähige Lösungen in Deutschland entwickeln wollen.“

Fakt ist: Ein Problem wurde erkannt, gelöst ist es jedoch noch lange nicht. Denn auch, wenn der Frauenanteil in den MINT-Studienfächern in den letzten Jahren insgesamt gestiegen ist, sind Frauen weiterhin unterrepräsentiert. Rund 35 Prozent der MINT-Studienanfängerinnen und -anfänger waren laut statistischem Bundesamt im Jahr 2022 Frauen. Hoffnung macht dagegen die Zahl der Auszubildenden zum Fachinformatiker oder zur Fachinformatikerin, diese ist innerhalb der vergangenen zehn Jahre zumindest um 70 Prozent gestiegen. „Ich wundere mich jedes Mal, wenn ich höre, Informatik sei nichts für Mädchen“, sagt Tatyana Ivanovska, Professorin für Künstliche Visuelle Intelligenz an der OTH Amberg-Weiden. „Denn bei meinen Projekten stelle ich immer wieder fest, dass diese beim Programmieren viel besser sind. Sie haben mehr Ausdauer, geben nicht so schnell auf, kommen Schritt für Schritt zum Erfolg.“

Wo bleibt sie also, die weibliche MINT-Revolution? Die gute Nachricht ist: Es gibt sie, die Frauen in technischen Berufen, die Informatikerinnen, Mathematikerinnen oder Biologinnen. Im MINT-Frühjahrsreport 2023

Elektronikerin für Betriebstechnik | Mechanikerin für Instandhaltung

Seltmann
Weiden

Jetzt anmelden!

#girlsday
seltmann.com

#seltmannliebt
starke Frauen.

Noch immer studieren viel weniger Frauen MINT-Fächer und arbeiten in technischen Berufen als Männer. Auch wenn in den vergangenen Jahren zwar durchaus Fortschritte gemacht wurden, ist trotz aller Kampagnen der Frauenanteil in MINT-Berufen noch immer niedrig. Oder besser gesagt: zu niedrig. Etwas, das sich endlich ändern muss.



© BalanceFormCreative | Seventyfour – stock.adobe.com

stellte das Institut der deutschen Wirtschaft fest, dass mittlerweile mehr als eine Million Frauen in MINT-Berufen (Stand: Quartal III/2022) tätig sind. Das ist immerhin ein Anteil von 16,0 Prozent. Zwar keine wirklich beeindruckende Zahl, aber zumindest ein erster Fortschritt. Dieser ist sicher auch der zahlreichen MINT-Kampagnen, die sich gezielt an Frauen und Mädchen richten, zu verdanken. Diese rufen unter anderem dazu auf, sich in naturwissenschaftlichen Fächern mehr zuzutrauen. Denn verschiedene Studien zeigen: Frauen schätzen ihre schulischen Leistungen in Mathematik häufiger als Männer als unterdurchschnittlich ein und wünschen sich seltener eine Karriere in technischen Berufen. Männer wiederum schätzen

ihre eigene Leistung häufiger als überdurchschnittlich ein.

Also alles nur eine Frage der falschen Selbsteinschätzung? Fakt ist: Wenn also Mädchen früh erfahren, dass sie sich genauso für Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik interessieren dürfen wie Jungen, dann profitieren alle. Verschiedene Kampagnen tragen inzwischen ihren Teil dazu bei, das Image der MINT-Fächer zu verbessern und Netzwerksynergien zu erzeugen, von denen vor allem Frauen und Mädchen profitieren können. Da gibt es zum Beispiel die „MINT-Magie“ vom Bundesministerium für Bildung und Forschung, die sich an Schülerinnen richtet. Oder den „MINT-Aktions-

Beim „Girls' Day“ am 25. April 2024 können Mädchen MINT-Ausbildungsberufe und -studiengänge kennenlernen.

plan“, ebenfalls vom Bundesministerium für Bildung und Forschung, speziell für Jugendliche. Nicht zu vergessen den „Girls' Day“ – der Tag, an dem Mädchen in verschiedensten Unternehmen in technische Berufe schnuppern dürfen. Und dann im Idealfall feststellen, dass Informatikerin, Industriemechanikerin oder Mechatronikerin durchaus Berufe sind, die richtig Spaß machen. Und zwar jenseits aller Geschlechterklischees.



Standort Nabburg

Zerspanungsmechaniker (m/w/d)

Voraussetzungen:

Mathematische und physikalische Kenntnisse
Analytisches und logisches Denkvermögen

Ausbildungsinhalte:

Werkstofftechnik
Instandhaltung
Drehen, Fräsen, Schleifen
Programmieren CNC
Betriebsmittel

ZUM 1. SEPTEMBER 2024 SUCHEN WIR DICH.

Mechatroniker (m/d/w)

Voraussetzungen:

Handwerkliche Begabung
Technisches Verständnis

Ausbildungsinhalte:

Elektrotechnik
Mechanik
Programmieren SPS
Fehlerdiagnose
Instandhaltung



Notenprämie



Kostenloser Azubibus von Nabburg nach Vohenstrauß



Arbeitsbekleidung



Ausbildungsvergütung nach IG Metall



Weihnachts- & Urlaubsgeld



Internationale Karriere





© Michael Kobella (4)

DiscGolf

Mit einer **Wurfscheibe** glücklich werden

In vielen Ländern längst populär, hat DiscGolf das Potenzial, sich auch bei uns zu einer Trendsportart zu entwickeln. Gespräch mit einem Oberpfälzer Ex-Europa-Meister.

■ Reiner Wittmann

Stefan Minkwitz aus dem Landkreis Regensburg ist schon seit Jahren faszinierter DiscGolfer. Der Unternehmer hat es sogar zum mehrfachen Deutschen und Europa-Meister gebracht und ist Vorsitzender des Vereins DiscGolf Ostbayern.

Im Gespräch mit „work:life OBERPFALZ“ erklärt er, worum es bei diesem Sport geht, warum er ihn so liebt und was man wissen sollte, wenn man selbst einsteigen will ...

Was ist DiscGolf?

Disc für Scheibe, Golf für Golf. Das erklärt schon (fast) alles: Statt wie beim Golf einen Ball in ein Loch zu treffen, gilt es beim DiscGolf eine Kunststoff-Scheibe in einen Metallkorb zu werfen. Je weniger Würfe dazu benötigt werden, desto besser.

DiscGolf wird regulär auf einem Parcours mit mehreren Wurfbahnen gespielt. Am Ende einer jeden Bahn befindet sich als Ziel ein Fangkorb. Die Wurfbahnen sind dabei unterschiedlich lang, und auch ihre Anzahl variiert. „Klassisch wäre ein Parcours mit 18 Körben. Es können aber auch weniger sein, häufig beispielsweise 9“, erklärt Minkwitz. „Bahnen mit einer Länge von etwa 30 bis 60 Metern sind vor allem für Anfänger ideal geeignet. 70 bis 90 Meter sind typische Bahnlängen für Fortgeschrittene, und die Professionals spielen gerne lange Abwürfe, so ab 100 Meter, und zum Teil auch deutlich darüber.“

„DiscGolf wird mit einer Wurfscheibe gespielt, die einer Frisbee-Scheibe ähnelt, aber anders geformt, kleiner und schwerer ist.“ Bei jedem neuen Wurf darf die Scheibe gewechselt werden. Daher gibt es DiscGolf-Scheiben mit unterschiedlichen Flugeigenschaften. Driver sind für längere Distanzen gedacht, Midrange für mittlere Wurfweiten und Putter für kurze Entfernungen in der Nähe des Korbes.

Ähnlich wie beim Golf sind auch beim DiscGolf die Bahnen in Schwierigkeitsgrade ein-



Stefan Minkwitz



Wer einfach mal einen Eindruck bekommen will,
hier geht's zum Kennenlern-Video:



geteilt. Die Schwierigkeit hängt dabei neben der Bahnlänge von der Geländestruktur ab. „Par 4“ beispielsweise bedeutet: Ein durchschnittlicher Spieler benötigt vier Würfe, um die Scheibe im Korb zu platzieren. Benötigt man tatsächlich mehr Würfe als veranschlagt, spielt man „über Par“, benötigt man weniger, wurde „unter Par“ gespielt.

Was macht daran so viel Spaß?

„Das Schöne am DiscGolf: Es ist wahnsinnig leicht zu spielen und Anfänger machen sehr schnell Fortschritte“, wirbt Minkwitz für den Trendsport. „Außerdem ist man draußen, in der Natur.“ Und: „Es ist jederzeit möglich, alleine eine Runde zu spielen, aber meist kommen Spieler in kleinen Gruppen, den sogenannten Flights, zusammen. Auch Unbekannte kommen so schnell ins Gespräch – ganz nach dem Motto: Darf ich bei euch mitspielen?“

Für regelmäßig spielende DiscGolfer hat der Umgang mit der Scheibe daneben einen hohen Eigenwert, erklärt Minkwitz: „Es spielen so viele Faktoren eine Rolle: Woher kommt der Wind? Ist es nass? Wie ist die Scheibe geformt? Das geht fast in Meditation über.“

Für wen ist DiscGolf geeignet?

Für nahezu jeden. „DiscGolf wird daher von jung und alt gespielt. Die meisten Spieler dürften so zwischen 20 und 50 Jahre alt sein. Allerdings stellen wir schon eine Tendenz zu jugendlichen Spielern fest“, sagt Minkwitz. „Auch die Kosten sind für die meisten Menschen keine Hürde. Eine Einsteigerscheibe bekommt man schon ab ungefähr 15 Euro,



© wellphoto – stock.adobe.com

und die meisten Parcours befinden sich auf öffentlichem Gelände und sind kostenlos spielbar.“

Muss man in einen Verein?

„Nein. Wer allerdings Gleichgesinnte kennenlernen möchte und sich weiterentwickeln will, ist beim DiscGolf Ostbayern e.V. gut aufgehoben. Bei uns kostet die Mitgliedschaft 15 Euro jährlich und im ersten Jahr gibt es kostenlos ein professionelles Einsteigerset dazu. Wir unterstützen aber gerne auch Sportvereine in der Region, die eine eigene Abteilung aufbauen möchten.“

Wo kann man DiscGolf spielen?

„Im Grunde werden nur eine Scheibe, eine Wiese und ein Korb benötigt. Wer es ernst betreibt, will sich natürlich auf einem

echten Parcours ausprobieren.“ Solche gibt es etwa in Wenzenbach bei Regensburg, in Gößweinstein in der Fränkischen Schweiz sowie in der Nähe von Eger und Marienbad. „Bei unseren tschechischen Nachbarn ist die Sportart schon verbreiteter als bei uns. Das ist in vielen Ländern so. In Finnland spielt beispielsweise die Hälfte der Bevölkerung DiscGolf.“ Aber auch für Ostbayern und die Oberpfalz rechnet Minkwitz mit mehr Plätzen: Wir sind in Gesprächen mit etlichen Kommunen und stoßen vielerorts auf offene Ohren. Die Investitions- und Unterhaltskosten sind denkbar gering, aber der Mehrwert für eine Gemeinde ist hoch.“

Weitere Informationen:
discgolf-ostbayern.com; die genauen
Spielregeln gibt es auf www.discgolf.de.

6

FRAGEN
AN: ANDY
NEUMAIER

Dieser Sommer wird es keinem recht machen ...

Wie das Wetter im kommenden Sommer wird, weiß Wetterexperte Andy Neumaier so lange im Voraus nicht. Aber das Klima, das wird immer wärmer. Und darauf sollten wir uns vorbereiten, mahnt er.

■ Reiner Wittmann

1 Was gefällt Ihnen besser, ein kalter, sonniger Wintertag oder ein trüb-schwüler Juli-Abend?

Andy Neumaier: Ein kalter, sonniger Wintertag. Ich finde, schwitzen ist das viel blödere Gefühl als frieren. Gegen das Frieren kann ich was anziehen, gegen das Schwitzen nicht.

2 Wie wird denn das Wetter in diesem Sommer?

Es wird mit Sicherheit wieder heiße Tage geben, und es wird mit Sicherheit wieder regnen. Und es wird mit Sicherheit so sein, dass man es keinem recht machen kann. Im Ernst: Man kann das Wettergeschehen zwar modellieren, aber das ist reine Theorie. Wetter kann man letztlich über solche Zeiträume nicht vorhersagen. Klimaprognosen dagegen lassen sich schon treffen. Und die sagen auch für uns voraus: Es wird immer wärmer.

3 Ab welcher Temperatur müssen auch jüngere Menschen aufpassen?

Einen Richtwert dafür vorzugeben, wann's gefährlich wird, ist schwer. Es kommt darauf an, wie man körperlich beieinander ist. Mir persönlich genügen 25 bis 28 Grad Lufttemperatur vollkommen. Was darüber ist, ist mir zu warm. Aber, das ist halt bei mir so. Manche legen sich ja selbst bei 45 Grad noch in die Sonne. Man sollte aber auf Warnzeichen achten: Steigt der Puls? Habe ich Durst? Wenn letzteres der Fall ist, sollte ich auch trinken und das nicht abtun. Vielleicht nicht unbedingt einen Wodka-Red-Bull.

4 Mountainbiken am Wochenende, ja oder nein? Mit welchen Apps lässt sich schnell klären, ob das Wetter mitspielt?

Die handelsüblichen Handy-Apps sind für die nächsten Stunden meistens ganz tauglich. Ich nutze zum Beispiel gerne

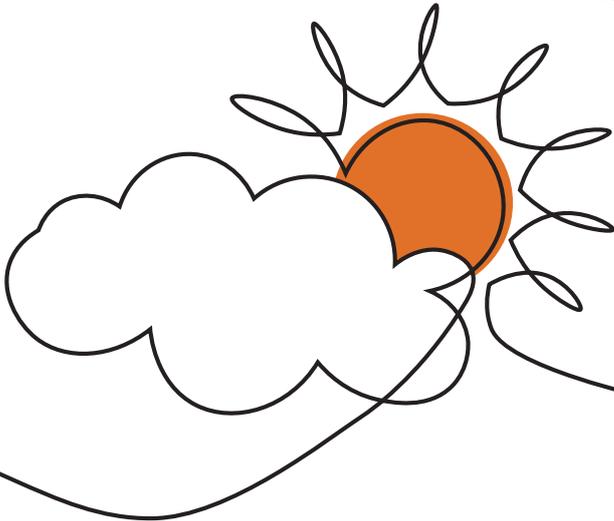
Wetteronline.de oder die App im I-Phone. Mein Favorit ist aber Kachelmann-Wetter als App oder über den Webbrowser. Für mich ist es wichtig, ein Regen-Radar zu haben. Das sagt mehr aus als die Piktogramme mit Wahrscheinlichkeitsangaben, Regentropfen oder Sonnenstrahlen. Prinzipiell muss man wissen, dass die Apps unterschiedliche Wettermodelle nutzen. Die prognostizieren das Wetter mit unterschiedlichen Parametern und unterschiedlicher Genauigkeit im Raum.

Vereinfacht gesagt: Die Amerikaner treffen ihre Wetterprognosen anders als der Deutsche Wetterdienst. Kachelmann nutzt eine Vielzahl von Wettermodellen, legt die übereinander und errechnet damit einen Trend. Damit ist man dann schon nah am echten Wetter. Wetterlagen wie Hochnebel machen aber auch hier lokale Prognosen sehr schwer. Gottseidank, sonst wäre ich irgendwann mal ohne Arbeit.

Meteorologe Andy Neumaier ist in Tirschenreuth geboren und in Mitterteich aufgewachsen. Er erstellt Wetterprognosen unter anderem für die Bundeswehr und Medienunternehmen, insbesondere für Oberpfalz-Medien (donnerstags online auf www.onetz.de/owetter).

Für „work:life OBERPFALZ“ erklärte er bereits in der Ausgabe von April 2022 die Funktionsweise von Wetter-Apps:





5 Apropos Arbeit: Die Klimaveränderungen werden Einfluss auf den Arbeitsmarkt haben. Wo denken Sie, werden sich für jüngere Menschen dadurch Chancen auftun?

Eines vorweg: Den Klimawandel werden wir nicht verhindern. Es gibt viel zu viele Länder, die ihre Einsparungen nicht hinkriegen. Also sollte man sich anpassen, Länder anschauen wie Spanien, Italien. Die haben das Wetter,

das wir kriegen werden, schon lange. Ist künftig eine Siesta vernünftig? Dann gibt es halt am Nachmittag länger frei.

Anderes Extrem: Wenn es in Frankfurt drei Zentimeter schneit, dann fallen gefühlt 500 Flüge aus. Wie machen das denn die Skandinavier? Ohne ein Wirtschaftswissenschaftler zu sein, denke ich, dass sich aus solchen Anpassungsüberlegungen heraus neue berufliche Chancen ergeben werden.

6 Mit Ihrem Wissen als Wetter- und Klimabeobachter: Was würden Sie einem Menschen raten, der in den nächsten Jahren ein Haus bauen möchte?

Die Sonnenstunden sind in der Oberpfalz mittlerweile oft über dem langjährigen Mittel. Das ist ein eindeutiger Trend in meinen Auswertungen. Daher würde ich spontan sagen: Solar aufs Dach und gut dämmen.



DAS EINZIGARTIGE KARRIERE- UND STARTUP-EVENT IN DER OBERPFALZ

Mit mehr als 500 Teilnehmenden bei der Premiere 2023 konnte ein großartiger Magnet für Karriere- und Startup-Begeisterte in der Nordoberpfalz initiiert werden.

Mit dem Namen „DENK.career“ findet auch 2024 ab 12:00 Uhr ein Karriere-Event statt, das Studierenden, Auszubildenden und Schülern eine exklusive Gelegenheit bietet, Unternehmen hautnah kennenzulernen und sich über potenzielle Karrieremöglichkeiten zu informieren.

Ab 16:00 Uhr sind spannende Keynotes von hochkarätigen Referenten aus der Gründerszene geboten, bevor acht Start-ups vor einer Fachjury im Modus von „Die Höhle der Löwen“ ihre Geschäftsmodelle vorstellen

und um 15.000 Euro Preisgeld kämpfen. Die Siegerehrung geht nahtlos über in eine Party für alle Teilnehmenden, bei der bis in die Nacht in Weiherhammer gefeiert wird.

Netzwerkeffekt für Partner

Die Veranstaltung ist gerade für regionale Firmen interessant, da zum einen der Kontakt zu potenziellen Nachwuchskräften durch digitale und analoge Kanäle hergestellt und zum anderen der Kontakt unter den Firmen auf der Recruiting-Ebene gefestigt wird. „Es geht um ein Miteinander für die Region“, so der Vorstandsvorsitzende der Lars und Christian Engel (LUCE) Stiftung Prof. Dr. Erich Bauer.

Horizont Richtung Start-ups erweitern

Mit Fokus auf das Gründen erhalten außerdem

alle Partner des Events exklusive Einblicke in die stark wachsende Startup-Szene. Fachkundige Vertretende der Startup-Welt sind zum Beraten und Ermutigen der Oberpfälzer vor Ort, um Neues zu wagen und um Partnerschaften einzugehen.

WERDEN SIE PARTNER!

Haben Sie Interesse als Partner am DENK.summit 2024 präsent zu sein? Sprechen Sie uns an:
Severin Hirmer
E-Mail: denkevents@c4trends.de
Telefon: 09605/9199606



■ Reiner Wittmann

Geld sparen mit der richtigen Krankenkasse

Mit der Wahl der richtigen Krankenkasse kann ein Durchschnittsverdiener mindestens 200 Euro im Jahr sparen. Das hat der Geldratgeber Finanztip (www.finanztip.de) in seinem Vergleich der gesetzlichen Krankenkassen herausgefunden.

Zahlreiche Versicherte haben in diesem Jahr ihren Zusatzbeitrag angehoben, weshalb viele Versicherte von einem Wechsel zu einer günstigen Krankenkasse profitieren können.

Bonusprogramme?

Finanztip hat die gesetzlichen Krankenkassen untersucht und die Kassen mit dem besten Preis-Leistungsverhältnis gekürt. Ein Wechsel lohnt sich, denn viele Krankenkassen haben ihre Beiträge erhöht. „Hohe oder niedrige Beiträge lassen aber nicht unbedingt Rückschlüsse auf gute oder schlechte Leistungen zu“, sagt Barbara Weber, Krankenversicherungsexpertin bei Finanztip. Sie rät bei der Wahl der Krankenkasse daher neben dem Preis auch genau auf Zusatzleistungen und Bonusprogramme zu schauen. „Diese können schnell mehrere hundert Euro zusätzliche Vorteile bedeuten“, so Weber.

Die Handelskrankenkasse hkk führt im Finanztip-Vergleich mit einem Zusatzbeitrag von 0,98 Prozent, während die Audi BKK ebenfalls durch die Senkung ihres Zusatzbeitrags auf 1,0 Prozent punkten konnte.

Versicherte mit einem Durchschnittsgehalt von 4.100 Euro können jährlich rund 180 Euro beim Beitrag vor Steuern sparen, wenn sie von einer Krankenkasse mit 1,7 Prozent Zusatzbeitrag zu einer günstigen Krankenkasse wechseln. Der Wechsel ist einfach: Versicherte melden sich bei der neuen Krankenkasse an, die erledigt den Rest.



Stadtplatz 6
92660 Neustadt/WN
Tel. 09602/920801

Stadtmühlweg 15
92637 Weiden
Tel. 0961/4017801

www.hoergeraete-greindl.de



Wir suchen ab
1. September 2024
Auszubildene zum
Hörakustiker
(m/w/d)



Zusätzliches Geld bringen die Bonusprogramme der Kassen. Bei den Spitzenreitern des Finanztip-Tests können sich Versicherte 35 bis 130 Euro zurückholen, wenn sie einmal jährlich zu Vorsorgeuntersuchungen erscheinen, Impfungen machen lassen und ins Fitnessstudio gehen. Auch Vitalwerte wie einen Blutdruck im Normbereich belohnen die Krankenkassen.

Mit Zusatzleistungen sparen

„Wer eine Krankenkasse wählt, die zu den eigenen Bedürfnissen passt, kann noch mehr sparen“, sagt Weber. Die hkk übernimmt etwa die Kosten für eine professionelle Zahnreinigung bei ausgewählten Zahnärzten. Die anderen Finanztip-Empfehlungen beteiligen sich zumindest teilweise an den Kosten. „Eine Zahnreinigung ist bis zu 120 Euro wert“, erklärt Weber mit Verweis auf Zahlen der kassenärztlichen Vereinigung.

Reisebegeisterte, die viele Impfungen benötigen fahren gut mit der hkk, Audi BKK und Big direkt gesund, sie übernehmen die gesamten Kosten. Für Familien und werdende Eltern bietet die Energie-BKK umfassende Leistungen. Gute Vorsorgeleistungen gibt es ebenfalls bei der Energie-BKK und hkk, aber auch bei der HEK. Wer dagegen vor allem Wert auf eine Erreichbarkeit vor Ort legt, wird bei der Techniker Krankenkasse und ihrem bundesweiten Filialnetz gut aufgehoben sein.

Finanzierungsloch stopfen

Finanztip testet jedes Jahr die bundesweit zugänglichen Krankenkassen und empfiehlt solche, die ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis haben. Viele Krankenkassen haben in diesem Jahr wieder ihren Zusatzbeitrag angehoben. Grund dafür ist ein milliardenschweres Loch in der gesetzlichen Krankenversicherung. Das Bundesgesundheitsministerium hatte daher einen erneuten Anstieg des durchschnittlichen Zusatzbeitrag von 1,6 auf 1,7 Prozent prognostiziert. (www.finanztip.de)

Im Jahr 2023 belief sich der **durchschnittliche Beitragssatz** in der gesetzlichen Krankenversicherung in Deutschland auf **14,6 PROZENT.**

Quelle: Statista



© Martin Schlecht | contrastwerkstatt – stock.adobe.com



Ihr Optiker in Nabburg
Seilergasse 14
92507 Nabburg
www.ihr-optiker-nabburg.de



Nicht nur unsere Brillen,
auch unsere Jobangebote sind absolut

SEHENSWERT!

Augenoptiker oder Augenoptiker-Meister
(m/w/d) – ab sofort

Auszubildenden zum Augenoptiker
(m/w/d) – September 2024



Lost in Translation: Wenn der Bürojargon zur Fremdsprache wird



© Christian Horz – stock.adobe.com | Sara Neidhardt

Wir kennen sie alle: Buzzwords, die das berufliche Leben einfacher machen sollen. Networking, Deadline, Remote Work ... zu oft wird das Verwenden der englischen Sprache in Form von Anglizismen und denglischen Sätzen in modernen Unternehmen aber auf die Spitze getrieben.

■ Lea-Mareen Kuhnle

Ausdrücke wie Workflow, Performance, Key Facts und Roll-out sind fest verankerte Begriffe in den meisten deutschen Unternehmen – zumindest den modernen. Einerseits ist das das Ergebnis der stetig voranschreitenden Sprachentwicklung und der Einfluss der jüngeren Generationen. In vielen Fällen sind Anglizismen aber auch einfach konkreter und besser verständlich. Jeder Beteiligte versteht genau, worum es geht. Deutsche Begriffe sind oft umständlicher und umschreibender. So finde ich beispielsweise „Brainstormen“ um einiges griffiger als den Ausdruck „gemeinsam mit anderen Ideen zu einem vorgegebenen Thema sammeln“. Nicht ohne Grund wurde dieser Begriff in den Duden aufgenommen. Die neueste Ausgabe des Duden, die 2020 erschien, ist nicht nur um 3000 neue Wörter stärker – viele davon sind zudem Anglizismen.

„Bullshit-Kommunikation“

Ja, mischt man Englisch und Deutsch kann man jung, modern und aufgeschlossen wirken. Das Ganze kann aber auch schnell nach hinten losgehen. So kann jemand, der viele Anglizismen verwendet, fast schon witzig und nicht ernstzunehmend wirken. Auch die sogenannte „Bullshit-Kommunikation“ wird dadurch gefördert. Dieses Phänomen tritt oftmals in Führungsriege auf. Chefs verwenden so viele aneinandergereihte Anglizismen und Buzzwords, dass der Satz oder das ganze Gespräch am Ende nur noch aus leeren Phrasen besteht und eigentlich keine Kernaussage beinhaltet.

Außerdem: Nicht immer verstehen alle Gesprächsteilnehmer alle genannten Buzzwörter. Was zu einer Ausgrenzung führen kann – oft von älteren oder neuen Kollegen, manchmal aber auch von kompletten Abteilungen.

„False Friends“

Nicht zu vernachlässigen sind auch die „False Friends“. So werden Anglizismen bezeichnet, die wir in der deutschen Sprache ganz selbstverständlich verwenden, die aber im Englischen etwas anderes bedeuten. Der Klassiker ist das Handy. Bezeichnet es bei uns das Mobiltelefon, so wird man von englischen Muttersprachlern nur komisch angeguckt. Das Gleiche gilt für den Ausdruck

Hotline. Im Deutschen steht das Wort für die Warteschleife eines Kundentelefonats. Im Englischen gibt es diesen Begriff nicht. Hier verwendet man das Wort Helpline. Bei einer Unterhaltung auf Englisch sollte man also gut aufpassen, damit sich keine enttarnenden falschen Freunde einschleichen, die das Gespräch unverständlich machen.

Reine Abwägungssache

Wie in vielen Bereichen des beruflichen Lebens gilt auch hier: Das Maß muss stimmen. Ein gewisser Anteil an Anglizismen im normalen Sprachgebrauch ist meiner Meinung nach legitim, lockert Unterhaltungen auf und vereinfacht viele Gespräche. Zu verwachsenes Denglisch, dem man häufig in neomodischen Start-ups begegnet, macht einen hingegen zur Witzfigur und führt zu einer unnötig erschwerten Kommunikation. Denn „Wollen wir heute Mittag zusammen Essen gehen?“ ist doch auch viel persönlicher und ehrlicher als „Kannst du ein Lunchedate für uns schedulen?“.

Über die Autorin:

Lea-Mareen Kuhnle
ist Content Creator
bei Oberpfalz
Medien, Agentur
PR & Content.



IM PORTRAIT

Hashtag Oberpfalz Medien

Auf dem Karriere-Portal kununu wird Oberpfalz Medien von seinen Mitarbeitenden als Top-Arbeitgeber bewertet. Bei einem brancheninternen Arbeitgeber-Vergleich belegt das Unternehmen im deutschen Sprachraum sogar einen Spitzenplatz.



Podcasts und Videos für Social Media, ein cooles Layout für den Werbekunden oder die spannende Reportage für ein Magazin. Das Unternehmen bietet vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten. Abwechslung garantiert.

Die Mitarbeitenden von Oberpfalz Medien fühlen sich im Unternehmen wohl und zeigen es unter anderem mit sehr guten Bewertungen auf dem Karriere-Portal kununu: Zum dritten Mal in Folge wurde Oberpfalz Medien dort als „kununu Top Company“ ausgezeichnet.

Spitze in der Branche

Auch das Ergebnis eines Rankings bei „kress pro“, einem führenden Informationsdienst der Kommunikationsbranche, lässt aufhorchen. Bei der Suche nach „den besten Arbeitgebern in der Medienbranche“ erzielte Oberpfalz Medien in der Kategorie „Zeitung regional“ den dritten Rang. Für das Ranking zog die Redaktion von „kress pro“ die kununu-Bewertungen von 37 Unternehmen aus dem deutschen Sprachraum heran und verglich die jeweiligen Empfehlungsquoten. Das Ergebnis für Oberpfalz Medien: 88 Prozent der Mitarbeitenden empfehlen das Unternehmen als Arbeitgeber weiter. Nur bei 2 Unternehmen lag dieser Wert höher, bei 34 hingegen niedriger. Das Ranking ist neutral und nicht mit monetären Gegenleistungen verbunden. Die Zeichen stehen bei Oberpfalz Medien auf Zukunft und die Mitarbeitenden honorieren dies. Sie bringen sich

in ein äußerst vielfältiges Unternehmen ein, schreiben für die Zeitung, für Magazine, erstellen Podcasts und Videos für Online-Portale und Social Media, arbeiten in der IT, im Marketing, im Key-Account-Management, im Druck oder in der Logistik. Sie haben Raum, Bewährtes weiter zu verbessern und Neues auszuprobieren.

Wertschätzende Kultur

Mit 6 Standorten und rund 400 Mitarbeitenden, die u.a. in Weiden und Amberg beschäftigt sind, ist Oberpfalz Medien als inhabergeführtes Unternehmen fest in der Region verwurzelt. Seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bietet es faire Arbeitsbedingungen, zeitgemäße Benefits und vielfältige Karriereperspektiven.

Mit der hausinternen Organisationsentwicklung wird der Innovationsprozess im Unternehmen nun weiter vorangetrieben, zum Beispiel mit einer modularen Führungskräfteentwicklungsreihe und Open-Space-Formaten, bei denen sich alle Mitarbeitenden freiwillig einbringen können. Ein offenes Miteinander und eine wertschätzende Unternehmenskultur begleiten dabei den Wandel. Denn jeder ist wichtig, auf jede kommt es an.

1 Oberpfalz Medien ist ein beliebter Arbeitgeber, mit fairen Konditionen und vielen Benefits. Auf dem Karriere-Portal kununu wird das Unternehmen von 88 Prozent der Mitarbeitenden als Arbeitgeber weiterempfohlen.

Oberpfalz Medien steht für Wandel und Innovation. Auf den Einzelnen kommt es **2** im Unternehmen genauso an wie auf das große Ganze. Ein wertschätzendes Miteinander und eine offene Führungskultur stehen dabei an oberster Stelle.

3 Oberpfalz Medien ist „mehr als Zeitung“. Mit einem breiten Produktportfolio ist das Unternehmen wirtschaftlich solide aufgestellt. Das verschafft seinen etwa 400 Mitarbeitenden und ca. 1.500 ZustellerInnen und freien BerichterstatteInnen vielfältige Entwicklungsmöglichkeiten.

Spargelfrikassee



Bald ist wieder
Spargelzeit

Wer ein echter Spargel-Freund ist, der kann es kaum erwarten, das feine Gemüse wieder auf dem Teller zu haben. „work:life OBERPFALZ“ präsentiert schon mal ein leckeres Gericht, mit dem man auch bei Gästen punkten kann. Guten Appetit!

Etwa 4 Portionen

Zubereitung: 40 Minuten

ZUTATEN

800 g weißer Spargel
400 g Champignons
1 Schalotte
40 g Butter oder Margarine
20 g Weizenmehl
150 g Crème fraîche
3 hart gekochte Eier (Größe M)
2 EL gehackte glatte Petersilie
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
Limettensaft
Kurkuma

ZUBEREITUNG

Spargel schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser etwa sieben Minuten garen. Spargel mit einem Schaumlöffel herausnehmen, Spargelkochwasser beiseitestellen. Champignons putzen, je nach Größe halbieren und in Scheiben schneiden. Schalotte abziehen und in Würfel schneiden.

Butter oder Margarine in einem Topf erhitzen, Champignons und Schalotte darin etwa vier Minuten dünsten, etwas Salz und Pfeffer darauf geben. Mehl darüber streuen, erhitzen, etwa 250 Milliliter Spargelkochwasser einrühren und kurz kochen lassen.

In das Spargel Frikassee Crème fraîche einrühren, mit Limettensaft, Kurkuma, Salz und Pfeffer abschmecken. Spargelstücke zufügen, kurz erhitzen und anrichten.

Eier pellen, vierteln und mit gehackter Petersilie auf dem Frikassee verteilen.



Wir stellen ein:



Serviceberater (m/w/d)

Assistent Geschäftsleitung (m/w/d)

Lackierer (m/w/d)

Mechatroniker LKW/PKW (m/w/d)

Karosseriebauer (m/w/d)

KFZ-Meister (m/w/d)

Autohaus Friedl GmbH

Jetzt bewerben unter karriere@autohaus-friedl.de
Telefon 09631 7053-0 | WhatsApp 0160 94847742

Mercedes-Benz



FRIEDL
STERN-SERVICE AUS TRADITION

Autohaus Friedl GmbH
Autorisierter Mercedes-Benz PKW und
Transporter Service
Äußere Regensburger Str. 89 | 95643 Tirschenreuth

Handys sind kein Spielzeug für Kleinkinder

Wenn kleine Kinder mit dem Handy spielen, wirkt sich das negativ auf die Entwicklung ihrer sprachlichen, motorischen und sozialen Fähigkeiten aus, zeigen aktuelle Studien.

Es mag ganz lustig ausschauen, wenn sich das Baby am Handy erfreut. Vielleicht gibt es dann ja auch Ruhe und quengelt nicht mehr so herum. Praktisch für gestresste Eltern. Eine gute Idee ist es trotzdem nicht, den Nachwuchs mit dem Handy oder Tablet spielen zu lassen. Das kann nämlich nachhaltig seiner Entwicklung schaden.

Eine japanische Studie (August 2023) hat die Entwicklung von über 7000 Kindern über längere Zeit beobachtet und im vergangenen Jahr die Ergebnisse veröffentlicht. Grundlegende Erkenntnis: Wenn einjährige Kinder demnach täglich bis zu vier Stunden auf den Bildschirm eines Smartphones oder Tablets schauen, erhöht sich ihr Risiko einer Entwicklungsverzögerung in Sachen Kommunikation, Feinmotorik sowie persönliche und soziale Fähigkeiten um den Faktor drei.

Offenbar wird den Kindern durch diese Form des Medienkonsums der Antrieb für die eigene Sprachentwicklung genommen. „Die Zeit am Bildschirm kann auch dazu führen, dass Kleinkinder seltener mit Gleichaltrigen und Erwachsenen interagieren, was für ihre soziale Entwicklung wichtig ist“, heißt es beispielsweise in einem Beitrag der Deutschen Welle.

Mithin ersetzt das Smartphone das aktive Spiel, Erkunden und das kreative Denken. Gerade aber das ist für die Entwicklung entscheidend. Der Smartphonekonsum geht

dann in der Regel mit Bewegungsmangel einher. Hinzu kommt mit den Jahren das Suchtpotenzial, das von den kleinen „Helfern“ ausgeht. Experten empfehlen daher, dass Kinder unter zwei Jahren überhaupt keine Zeit an Smartphones und Tablets verbringen, Kinder zwischen drei und sechs Jahren sollten demnach maximal eine halbe Stunde bis zu einer Stunde am Smartphone sein.

Kinder lernen bekanntlich auch von Vorbildern, in erster Linie also den Eltern. Fachleute raten daher, in Anwesenheit des Nachwuchses nicht ständig zum Handy zu greifen.

In einer schweizerischen Studie aus dem Jahr 2021 heißt es: „Fachleute raten, eine anhaltende, absorbierte Nutzung in Anwesenheit des Kindes zu vermeiden und sich bewusst zu machen, dass auch Eltern das Ausmaß ihrer kognitiven Absorption tendenziell unterschätzen. Sinnvoll ist es bestimmt, stark absorbierende Tätigkeiten auf dem Smartphone in Anwesenheit des Kindes zu vermeiden, wie beispielsweise Spiele zu spielen, Filme zu schauen oder Mails zu beantworten.“

■ Reiner Wittmann

Zur Verstärkung unseres professionellen multidisziplinären Teams an den Standorten **Plößberg** und **Weiden** suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt:

Lohnbuchhalter/in (m/w/d)

Ihre zentralen Tätigkeiten:

1. Erstellen von Lohn- und Gehaltsabrechnungen
2. An- und Abmelden von Mitarbeiter:innen bei Sozialversicherungsträgern
3. Alle Arten von Meldungen im Bereich der Sozialversicherung
4. Führen von Lohnkonten
5. Erstellen von Buchungsbelegen
6. Bearbeiten und Versenden gesetzlich geforderter Meldungen
7. Beraten von Mandant:innen zu allen relevanten Fragestellungen im Lohnbereich

Gewünschte Ausbildung bzw. Anforderungsprofil:

1. Einen Hauptschul- oder einen vergleichbaren allgemeinbildenden Schulabschluss
2. Eine abgeschlossene Berufsausbildung im kaufmännischen/steuerlichen Bereich
3. Eine mindestens fünfjährige Berufserfahrung in dem genannten Bereich

Bewerben Sie sich schnell und unkompliziert über unser Online-Portal:
<https://www.kanzleibbp.de/die-kanzlei/karriere>

BÄUMLER, BÄUMLER & PARTNER

Steuerberatung | Unternehmensberatung

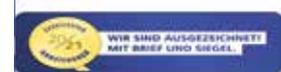
Partnerschaftsgesellschaft, AG Weiden i.d. Opf., PR 24
Gütestelle nach Bayerischem Schlichtungsgesetz

info@kanzleibbp.de | www.kanzleibbp.de



Tannenbergr. 35a
92637 Weiden
Tel.: 0961/310 60
Fax: 0961/3810865

Dreihöfer Straße 14
95703 Plößberg
Tel.: 09636/555
Fax: 09636/558





© faithie – stock.adobe.com

Was sind Dark Patterns?

Websites und Apps wollen uns nur allzu oft manipulieren. Zum Beispiel mit Dark Patterns. Schon mal gehört?

Wortwörtlich übersetzt sind Dark Patterns, „dunkle Muster“. Gemeint sind manipulative Prozesse oder Designs, die die Nutzer zu einer bestimmten Handlung bewegen sollen. „Dark“ trägt in diesem Kontext also eher die Bedeutung von sublim, versteckt, verborgen.

Ein Beispiel dafür, dem man in dieser Form oft begegnet, ist ein Entscheidungsfenster, ein Cookie-Banner, das auf dem Bildschirm aufgeht, verbunden mit der Frage „Möchten Sie unsere Cookies akzeptieren?“. Eine

Antwortoption lautet dann beispielsweise „Einstellungen“, die andere „Alle Cookies akzeptieren“. Wenn dann die zweite Option größer erscheint als die erste und/oder farblich hervorgehoben ist, handelt es sich um ein Dark Pattern.

Ein weiteres Beispiel: In einem Webshop wird die Knappheit eines Produktes erfunden, es heißt „Nur noch 2 Stück verfügbar!“, obwohl noch viel mehr Exemplare erhältlich wären. Das kann unnötigerweise zum schnellen Kauf verleiten.

Ist das erlaubt?

Kommt ganz darauf an. Welches Dark Pattern erlaubt oder ungesetzlich ist oder sich in einer Grauzone bewegt, darüber wird derzeit heftig diskutiert. Entschieden werden kann darüber nur im Einzelfall.

Weil Dark Patterns rechtlich nur schwer einzuordnen sind, empfiehlt die Verbraucherzentrale auf ihrer Webseite fünf Vorsichtsmaßnahmen:

- 1. NICHT ZU SCHNELL AUF BUTTONS KLICKEN:** Schauen Sie sich bei jedem Pop-Up genau an, welche Optionen Sie haben.
- 2. CHECKBOXEN ÜBERPRÜFEN:** Achten Sie bei Formularen genau auf die Formulierungen von Texten.
- 3. WARENKORB ÜBERPRÜFEN:** Sehen Sie sich alle Produkte im Warenkorb vor Abschluss der Bestellung noch einmal an.
- 4. ÜBEREILEN SIE DIE KAUFENTSCHEIDUNG NICHT:** Auch wenn angeblich nur noch wenige Artikel vorhanden sind oder anscheinend viele Nutzer sich den gleichen Artikel anschauen, sollten Sie sich nicht zu einem Kauf drängen lassen.
- 5. LASSEN SIE SICH KEIN SCHLECHTES GEWISSEN MACHEN.**



- » **Mitarbeiter* Arbeitsvorbereitung / Produktionsplanung**
- » **Kfm. Mitarbeiter* Rechnungswesen und Personal**
- » **IT-Systemadministrator***
- » **Zerspanungsmechaniker***
- » **Mechatroniker***

Detaillierte Angaben zur Stellenbeschreibung sowie **weitere spannende Jobs** im Bereich Konstruktion, Softwareentwicklung, Service und Einkauf finden Sie unter deprag.com/jobs

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

* Personenbezogene Formulierungen betrachten wir geschlechtsneutral.

DEPRAG
machines unlimited

DEPRAG SCHULZ GMBH u. CO. KG
Carl-Schulz-Platz 1 | D-92224 Amberg
deprag.com/jobs



„Dark Patterns – die dunklen Machenschaften der Unternehmen“: Die Verbraucherzentrale klärt in einem Podcast auf.



Ups, bin ich gut genug für den Job?



Ein Studium, mehrere Jahre Berufserfahrung und am besten sprechen Sie drei verschiedene Fremdsprachen? Stellenausschreibungen klingen häufig sehr fordernd. Doch es kann sich lohnen, sie genauer zu lesen.

Der ausgeschriebene Job klingt gut, doch alle Anforderungen aus der Stellenausschreibung erfüllen Sie nicht? Auch dann kann sich eine Bewerbung lohnen. Denn für deren Erfolgsaussichten spielt es vor allem eine Rolle, ob die Voraussetzungen, die man nicht erfüllt, zu den sogenannten Muss- oder zu den Kann-Anforderungen zählen, heißt es auf dem Karriereblog eines bekannten deutschen Personaldienstleisters. Muss-Anforderungen sind demnach elementare Fähigkeiten und Qualifikationen, die als Grundvoraussetzung für eine bestimmte Stelle gelten. Üblicherweise lassen sie sich anhand von Zeugnissen nachweisen.

Auf Formulierungen achten

Auch bestimmte Formulierungen in der Stellenausschreibung weisen darauf hin, dass es sich bei den Anforderungen um ein Muss handelt, ohne die eine Bewerbung möglicherweise weniger erfolgversprechend ist. Diese lauten beispielsweise: „Sie verfügen über nachweisli-

che Erfolge in“ einem bestimmten Bereich, „Sie bringen ein erfolgreich abgeschlossenes Studium“ in einem definierten Fach mit, oder „Sie haben hervorragende Kenntnisse“ in einem näher beschriebenen Feld.

Sogenannte Kann-Anforderungen, die als Zusatzqualifikation gern gesehen werden, aber nicht zwingend erforderlich sind, werden dagegen weicher formuliert. Entsprechende Formulierungen in Stellenausschreibungen lauten etwa: „Wünschenswert sind Kenntnisse in“ einem bestimmten Bereich, „Wir freuen uns über zusätzliche Kenntnisse“ in einem Feld, oder „Hilfreich ist eine Affinität für“ ein näher beschriebenes Gebiet.

Generell gilt laut dem Blogbeitrag: Die wichtigste Frage, die sich Jobsuchende vor einer Bewerbung stellen sollten, lautet nicht, ob sie alle Anforderungen erfüllen. Vielmehr gehe es darum, ob sie mit ihren Qualifikationen und Erfahrungen in der Lage sind, die im Angebot beschriebene Arbeit gut auszuüben.

(dpa/tt)

work:life OBERPFALZ

oberpfalz
medien

Merken Sie sich schon jetzt die Termine für 2024 vor:

21.06.2024

27.09.2024

20.12.2024

Interesse geweckt?



WORK & LIFE IN DER HEIMAT VERBUNDEN.

Melden Sie sich bei **Eva-Maria Irlbacher**

Tel. 0961 | 85-212, eva-maria.irlbacher@oberpfalzmedien.de

Die Verwaltungsgemeinschaft Tannesberg sucht folgende Mitarbeiter (m/w/d)

- **Kämmerer - Leitung der Finanzverwaltung**
- **Sachbearbeiter für die Bauverwaltung**
- **Bautechniker, Fachrichtung Hoch- und/oder Tiefbau**
- **Verwaltungsfachangestellte/n oder Beamten/in der 2. QE**



Des Weiteren sucht der Markt Tannesberg zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

- **Bauhofmitarbeiter (m/w/d), unbefristet, in Vollzeit**

Vollständige Ausschreibungstexte und Bewerbungsfristen unter: www.taannesberg.de oder www.leuchtenberg.de

Wir suchen zur Unterstützung unserer Feinkostproduktion :

- **Produktionshelfer (m/w/d)**

520,- Euro Basis

- **Bürokräfte (m/w/d)**

für den Vertrieb

520,- Euro Basis

- **Verkäufer (m/w/d)**

für unsere Marktstände

- **Reinigungskraft (m/w/d)**

für Privathaushalt

- **Heimwerker (m/w/d)**

Gerne auch ab 50 oder 60 Jahren. Bitte Ihre schriftliche Bewerbung an

Ehenbachtaler Spezialitäten

Galgenbühlstrasse 5

92253 Schnaittenbach

Wir suchen in Teilzeit
**kaufmännischen
Mitarbeiter/in**
für Büro

Schriftliche Bewerbung an
Biller Naturmittel
Hans und Ursula Biller,
Am Scherhübel 6, 92253 Schnaittenbach

**Sie suchen einen
guten, sicheren Job?
Wir brauchen
Verstärkung!**

Wir suchen für die Amerikanischen Schulen in Vilseck, Grafenwöhr, Netzberg

**Landschaftsgärtner
und Helfer (m/w/d)**

unbefristet

zur Reinigung und Pflege von Wegen, Plätzen und Grünflächen und für den Winterdienst.

Wir bieten eine attraktive Vergütung und ein freundliches, schlagkräftiges Team.

Interesse geweckt?...

**Kontakt: CE GmbH
Telefon: 0152 - 049 598 21**

M ELEKTRO
MAUEL GMBH

Wir suchen

- **Büroangestellte**
- **Tech. Innendienst**

(m/w/d) zum nächstmöglichen Zeitpunkt.

Wir bieten

- **unbefristete** Anstellung
- **überdurchschnittliche** Vergütung
- **attraktive** Arbeitszeiten
- **private Zusatz-Krankenversicherung**
- und vieles mehr

Ihre Bewerbung senden Sie an
info@elektromauel.de
oder persönlich unter 09621/76740

Boschstraße 2, 92245 Kümmersbruck



BE THE

ONE.



GESTALTE DEINE
ZUKUNFT SELBST.

Bewirb dich jetzt!
schott.com/ausbildung



SCHOTT
glass made of ideas