

work:life

OBERPFALZ



DER
TEAM-
PLAYER

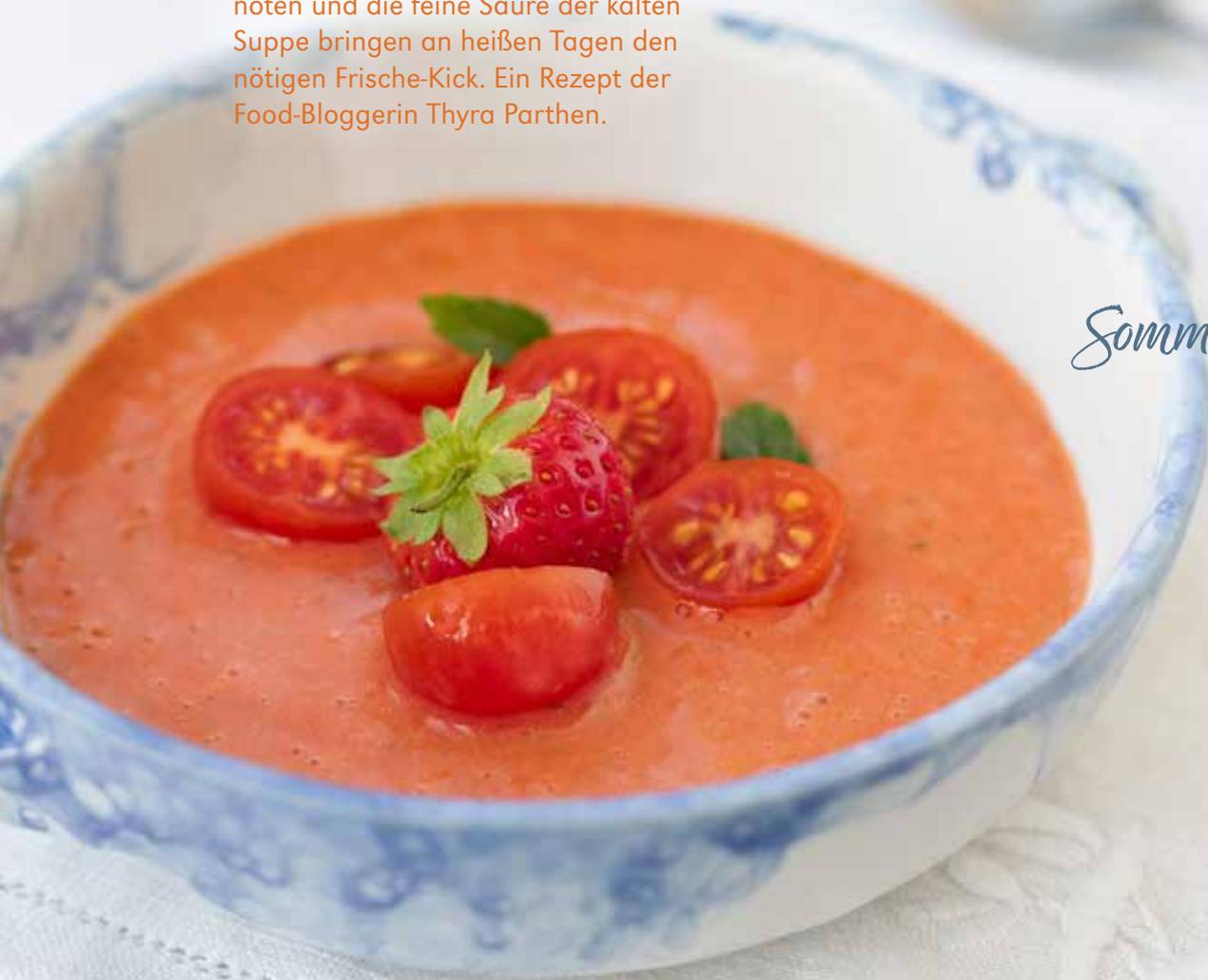
SPRACHE:
MEHR DIALEKT
IM BERUF?

ARBEIT:
MEHR SCHUTZ
VOR DER SONNE?

URLAUB:
MEHR RADELN
STATT RELAXEN?

Ein ungleiches Paar, aber Erdbeeren und Tomaten schmecken zusammen in einer Suppe wunderbar. Die Fruchtnoten und die feine Säure der kalten Suppe bringen an heißen Tagen den nötigen Frische-Kick. Ein Rezept der Food-Bloggerin Thyra Parthen.

Leichtes
Sommergericht



ERDBEER-TOMATEN-CREME

Foto: Thyra Parthen/dpa

Ca. 4 Portionen

**15–20 Minuten und etwa
30 Minuten Zeit zum Kühlen**

ZUTATEN

500 g Erdbeeren
(kalt aus dem Kühlschrank)
500 g Cherry-Tomaten
1 Handvoll Minze-Blätter
1/2 Zitrone (Saft)
1 EL Crema di Balsamico
(alternativ Aceto Balsamico)
1 TL Honig
1 TL grobes Salz
60 ml Olivenöl
frisch gemahlener Pfeffer

ZUBEREITUNG

Erdbeeren waschen, vier kleine Erdbeeren beiseitelegen, bei den restlichen den Strunk entfernen und sie nach Bedarf halbieren oder vierteln. Cherry-Tomaten waschen, halbieren und ein paar Hälften für die Deko beiseitelegen. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Es sollten 40 bis 60 ml Saft herauskommen. Wenn die Zitrone wenig Saft hat, dann beide Hälften verwenden.

Erdbeeren, Cherry-Tomaten, Minze, Zitronensaft und Honig mit dem groben Salz und einigen Umdrehungen aus der Pfeffermühle in den Standmixer geben und fein pürieren. Den Mixer auf eine niedrige bis mittlere Stufe stellen und langsam das Olivenöl dazugeben. Die Zutaten sollen sich gut verbinden und es dürfen sich hinterher keine Öltropfen auf der Oberfläche bilden.

Erdbeer-Tomaten-Creme für etwa 30 Minuten im Kühlschrank kalt stellen und vor dem Servieren noch einmal abschmecken. Die gekühlte Creme in vorgekühlten Suppenschalen anrichten und mit den restlichen Erdbeer- und Tomatenstücken garniert servieren. Dazu passt ein Ciabatta oder Baguette. (dpa)

04

Menschen

Florian Zellner:
Eis, Job und Familie



Foto: Sara Neidhardt

08 **Freizeit**
Ein Oberpfälzer
erradelt sich Europa

10 **6 Fragen**
Dialekt im Job?
Warum nicht?

11 **Familie**
Mit Gastschuljahr
Weichen stellen

12 **Beruf**
Bau & Co.
und Sonnenschein

14 **Gesellschaft**
Erben hat mit
Leistung nicht zu tun

IMPRESSUM

Redaktion:	Sabine Fuchs (verantwortlich), Reiner Wittmann
Grafik:	Sara Neidhardt
Fotografie Titel:	Sara Neidhardt
Anzeigen:	Ivana Zang (verantwortlich) Eva-Maria Irlbacher, 0961 85-212 eva-maria.irlbacher@ oberpfalzmedien.de
Herstellung Druck:	Oberpfalz Medien GmbH, Weiden

Die Erdbeere nach vorn!

Am Anfang war die Erdbeere. Nun, bei „work:life OBERPFALZ“ sind wir nicht ganz bibelfest. In aller Regel gilt bei uns: Am Anfang kommt das (Vor-) Wort, das Editorial. Doch Regeln darf man ja auch mal brechen. Und da eine Kollegin gerade von frischen Erdbeeren erzählte, die sie auf dem Feld gepflückt hat, haben wir flugs ein Rezept für eine feine Erdbeer-Tomaten-Creme nach vorne gepackt. Schließlich geht es im Magazin ja nicht nur um „Work“, sondern auch um „Life“.

Den Spagat zwischen Beruf und Privatem zu meistern ist nicht immer leicht. Dem Oberpfälzer Eishockey-Veteranen Florian Zellner gelingt es aber. Im Eisstadion plaudern wir mit ihm über Sport und Familie. In seinem Büro bei einem Baustoffhandelsunternehmen erzählt der sympathische Vertriebs-Mann, wie er das alles unter einen Hut bringt.

Freuen Sie sich auf den nächsten Seiten auf seine Geschichte und einen bunten Themen-Mix rund um „Work“ und „Life“!

Ihr Team von
„work:life OBERPFALZ“



Wir sind ein erfolgreicher und international agierender Hersteller von Wechselrichtern, Spannungswandlern, Lade-, Solar- und Lichttechnik.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt unbefristet, mindestens 30 h oder in Vollzeit (m/w/d):

- **Mitarbeiter Vertrieb (Innendienst)**
- **Marketing Manager**



Verspüren Sie Lust auf Veränderung? Dann bewerben Sie sich bei uns.

Detaillierte Informationen zu unseren Stellenangeboten finden Sie auf unserer Website www.ivt-hirschau.de/de/Karriere:_:230.html

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an Helmut Staudte, gerne auch per E-Mail: helmut.staudte@ivt-hirschau.de

IVT Innovative Versorgungstechnik GmbH
Dienhof 14 | 92242 Hirschau | www.ivt-hirschau.de



„Das erste Auflaufen mit der ersten Mannschaft im Heimstadion, das vergisst du nie.“

Zwischen Bad und Bande

■ Reiner Wittmann

Eishockey-Veteran Florian Zellner war bei den Blue Devils Spieler, Kapitän und Co-Trainer. Als „echter Oberpfälzer“ ist er seiner Heimat treu geblieben. Hier bringt er Sport, Job und Familie unter einen Hut.

Wer sich in der Oberpfalz für Eishockey interessiert, kennt Florian Zellner. Das Team von „work:life OBERPFALZ“ trifft sich mit ihm im Weidener Eisstadion. Auf der Fläche, auf der Zellner sonst mit seinen Mannschaftskollegen übers Eis fegt, zeigt sich nur blanker Beton. Seine Leidenschaft ist im Sommermodus.

Begeisterung steht dem 43-jährigen Oberpfälzer trotzdem ins Gesicht geschrieben. Das Stadion, es ist Heimat. „Ich bin schon mit sechs Jahren zum Eishockey gekommen. Das prägt.“ Er führt über das Gelände und lässt sich von der Fotografin für das Cover ablichten.

Florian Zellner ist heute in Personalunion Trainer und Spieler der „1b“, wie sie das höchstklassige Team des Stammvereins, 1. EV Weiden, hier nennen. Anders als die „1a“, die erste Mannschaft der „Blue Devils“, die in einer GmbH ausgegliedert und ein Profiteam ist, besteht die „1b“ aus Amateuren.

Als junger Spieler war Zellner selbst in der Profimannschaft. Er denkt gerne zurück: „Das erste Auflaufen mit der ersten Mannschaft im Heimstadion, das vergisst du nie.“ Für die Erstespielte er in der Landesliga, der Bayernliga (Regionalliga Süd), der Oberliga und 2. Liga. Vier Jahre war er sogar deren Kapitän.

Das große Geld?

Als Profispieler verdient man Geld mit dem Sport. „Du erhältst ein Monatsgehalt, kannst Prämien aushandeln, bekommst vielleicht sogar eine Wohnung und ein Auto gestellt.“ Vom Eishockey leben konnte Zellner selbst aber nie, das Eigengewächs der Weidener wollte Halbprofi bleiben. „Aber da kriegst du eben weniger Geld als die eingekauften Spieler“, meint der Ex-Spieler der Devils. „Da hätte ich schon meinen Verein wechseln müssen, was ich nicht wollte.“

Zellner arbeitet während seiner Eishockey-Zeit daher „neben dem Sport“ weiter. Nach vier Jahren bei der Bundeswehr bewirbt er sich in Weiden erfolgreich bei der Meier Baustoffe GmbH. In dem Unternehmen (damals noch als Bauzentrum Striegl bekannt) hatte er als Jugendlicher schon eine Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann absolviert. „Das war nicht nur eine finanzielle Entscheidung: Mir machte mein Brotberuf ganz einfach Spaß“, sagt Zellner heute.

Zweigleisig zu fahren, erweist sich als gute Entscheidung, denn nach einem Kreuzbandriss findet er nicht mehr zu alter Form zurück. Er beschließt seinen Ausstieg aus dem aktiven Profisport, begleitet die Blue Devils aber noch weitere vier Jahre als Co-Trainer.

Heute ist Florian Zellner bei der Meier Baustoffe GmbH in Weiden „Abteilungsleiter Fliese“, Vertriebsmann für das Fliesengeschäft. Mit Umsatz- und auch etwas Personalverantwortung. Seine Abnehmer sind Handwerker, Fliesenhändler, Bauherren. „Das ist genau das Richtige für mich. Ich komm’ viel raus, zu Kunden, und kann etwas verkaufen, was den Leuten Freude bereitet.“

„Man muss sich Ziele geben und alles daran setzen, sie zu erreichen.“

Florian Zellner, Vertriebler, Vater, Eishockey-Spieler



Fotos: Sara Neidhardt (4)

Links oben: Für das Fotoshooting mimte der Eishockey-Veteran den Tormann. Da gehört der Feldspieler tatsächlich aber gar nicht hin ...

Links unten: Zellner arbeitet bei einem Weidener Baustoffhändler im Vertrieb.

Rechts oben: Zu seinem Job gehört es auch schon mal, Fliesen für Kundenausstellungen zurechtzuschneiden und auf Displays zu kleben.

Fliese statt Puck

Das „work:life OBERPFALZ“-Team besucht Zellner auch am Arbeitsplatz. Er führt durch eine große Lagerhalle, zeigt auf endlose Regale, auf Paletten mit Fliesen aus Deutschland, Italien, aller Welt: „Du musst eine gute Auswahl dahaben“, sagt der Vertriebsmann, „schneller, besser sein als die Konkurrenz.“ Ihm, dem Vertriebler, dem Sportler, der den Wettbewerb auch auf dem Eis kennengelernt hat, gefällt dieses Einen-Schritt-voraus-sein-Wollen.

Überhaupt habe er vom Sport viel gelernt, was ihm im Beruf weiterhelfe: „Man muss sich Ziele geben und alles daran setzen, sie zu erreichen.“ Dabei gelte es, seine Rolle in der Mannschaft zu kennen. „Man muss sich fragen: Wie kann ich mich am besten im Team einbringen und diese Rolle dann zu 100 Prozent ausfüllen? Man darf sich dabei auch selbst nicht falsch einschätzen und als Verteidigungsspieler nicht losstürmen, sondern muss den Puck im rechten Moment abgeben. Der, der das Tor schießt, weiß, wer das vorbereitet hat.“

Menschenkenntnis mit Sport

„Der Sport hat mir gute Menschenkenntnis mitgegeben. Du kommst da ja mit unterschiedlichen Charakteren zusammen. Man muss nicht immer ‚best friends‘ sein, sich aber auf sein Gegenüber einstellen. Das gilt in einem Unternehmen, im Kontakt zum Kunden und im Zusammenspiel Kollegen-Kunde. Es gibt den Kunden, der ein Ziel hat, nämlich sein Traumhaus. Und es gibt das Unternehmensteam, das ein gemeinsames Ziel hat, nämlich Umsatz und einen glücklichen Kunden. Das muss alles zusammenpassen.“

Zellner nimmt man als primus inter pares wahr, als jemanden, der sich keine Sonderrechte herausnimmt, sehr wohl aber bereit ist, zusätzliche Pflichten zu übernehmen: „In der ‚1b‘ bin ich Spieler und Trainer. Im Betrieb ist es ähnlich, ich bin Teil der Mannschaft und trage doch auch Verantwortung anderen gegenüber.“ Das erfordere auch mal klare Ansagen.

Das, was er als Trainer auf dem Eis verstehen muss, dass nämlich die Menschen unterschiedlich sind, das gelte es auch im Beruf zu akzeptieren: „Es gibt eher introvertierte Menschen, andere sind extrovertiert. Keiner ist besser oder schlechter als der andere. Aber sie haben unterschiedliche Stärken und Schwächen, unterschiedliche Bedürfnisse.“

Alles muss passen

Und noch eines muss zusammenpassen im Leben: Arbeit und Privates. Zellners Arbeitgeber hat ihm gestattet, in ein leeres Büro Fitness-Equipment zu stellen, das alle Kollegen benutzen dürfen. So kann sich Zellner zwischendrin fit machen für das nächste Spiel oder das bevorstehende Kundengespräch.

Zellner brennt für seinen Sport, er brennt für seinen Job. Vor einem Jahr hat er sich sogar ein Haus gekauft, das ganz in der Nähe seiner Arbeit steht. Arbeit, Freizeit und Familie rücken damit noch enger zusammen. Ein Zufall. „Das ist aber okay so.“ Doch letztlich sind es seine drei Frauen, die ihm das Bedeutsamste sind im Leben. Zwei kleine, eine große Frau: Mit Mariella (4), Carlotta (5) und Theresa verbringt er am liebsten seine Zeit. Sportlicher und beruflicher Erfolg? Ja, wichtig. Familie? Am wichtigsten! Es muss eben alles stimmen im Leben.



Selbst in der Arbeit kann Florian Zellner Pausen für einen kleinen Workout nutzen.

RADREISEN

„Ein radikaler Bruch zum Alltag“

Der Weidener Politikwissenschafts-Student Daniel Hys (24) hat vor Jahren für sich das Radreisen entdeckt. Was ihn daran so fasziniert und woran man als Einsteiger denken sollte.

Daniel Hys erzählt, wie alles seinen Anfang nahm. „Meine erste Tour führte mich mit dem Flixbus und dem Tourenrad meines Vaters in die Niederlande. An Ausrüstung hatte ich nur dabei, was schnell zu greifen war. Ich schnallte mir einen Wanderrucksack auf den Rücken und radelte los. Das war alles improvisiert. Zudem musste ich in Amsterdam feststellen, dass Corona das Land quasi über Nacht in Besitz genommen hatte. Das traf mich ziemlich unvorbereitet.“

Solche Erlebnisse sieht Daniel Hys als Teil des Abenteuers: „Mit dem Rad verreisen ist ein radikaler Bruch zum Alltag. An der Uni weiß ich grob, was passieren wird, beim Bikepacking ist das anders. Es gibt immer Überraschungen!“ Und überhaupt: „Du kommst mit netten Menschen ins Gespräch, erfährst, wie sie leben, was sie denken.“ Auch die

Geschwindigkeit des Radfahrens ist für ihn genau richtig: „Es ist schneller als Wandern, trotzdem erlebt man die Natur und die Umgebung, sieht spannende Details.“ Bei der Routenwahl versucht sich Hys abseits von touristischen Gegenden zu bewegen: „Das ist vielleicht weniger spektakulär, aber man bekommt einen besseren Eindruck von der Realität des Landes.“

Es gibt auch Schattenseiten: „Ist man allein unterwegs, kann das auf Dauer etwas einsam sein. Darüber hinaus gibt es oft rücksichtslose Autofahrer. Der Verkehr ist die größte Gefahr unterwegs. Beängstigend sind für mich Hunde, die dich anbellern oder gar verfolgen.“

Welche Ausrüstung?

„Um das Radtrekking auszuprobieren, habe ich mir die Sachen am Anfang einfach zusammengeliehen oder das genommen, was eben da war. Natürlich sind ein hohes Gewicht und große Packmaße lästig. Andererseits findet man oft kreative Lösungen und wächst mit den Touren in diese Art des Verreisens hinein. Ich habe mir mittlerweile schon gute Sachen zugelegt, wie zum Beispiel ein leichtes Zelt, ein Tarp, einen warmen Schlafsack, eine gut isolierende Matte. Mir sind aber auch schon Bikepacker mit Schlappen auf Damenrädern und Ikea-Taschen auf dem Gepäckträger begegnet. Da kann man sich erden.“ Ganz wichtig: „In vielen Ländern ist nicht in jeder Stadt ein Radgeschäft. Ein extra Schaltzug, Flickzeug, Multitool – solche Dinge gehören immer dazu.“

Hys ist heute mit einem Crosser unterwegs, sagt aber: „Für mich hat sich mein Modell nicht als ideal erwiesen. Ich kann zum Beispiel keine breiten Reifen wie auf einem Mountainbike aufziehen.“ Was das passende Rad sei, sei daher individuell und hänge vom Einsatzzweck ab. Andererseits: „Ich bin mit dem zufrieden, was ich habe.“

Was kostet das Biketrekking?

Nach oben gibt es im Grunde kein Limit. Daniel Hys: „Ich habe mir mein ganzes Equipment schon vor Jahren gekauft und nutze es heute noch. Man muss die Sachen halt gut pflegen. Grob überschlagen habe ich rund 2000 Euro ausgegeben. Alles neu, aber viele Schnäppchen.“ Die Ausgaben für

■ Reiner Wittmann



die jeweilige Reise kommen dazu: „Das kann sehr variieren. Reist man mit dem Zug an? Mit dem Bus? Oder gleich mit dem Rad? In welches Land geht es?“

Wie plant man eine Radreise?

„Inspiration hole ich mir gerne auf www.bikepacking.com. Für die Routenplanung benutze ich Komoot und ein Fahrrad-Garmin. Das Handy verbraucht mir für die Orientierung zu viel Akku. Die Anreise organisiere ich meistens mit einem Flixbus. Da klappt die Radmitnahme in der Regel gut. Mit dem Zug ist es meiner Erfahrung nach teurer und es gibt nur wenige Fahrradplätze.“

Wenn Daniel Hys nicht gerade an der Regensburger Uni im Hörsaal sitzt, radelt er durch Europa.



Wohin geht es so?

„Ich habe schon Deutschlands Süden durchquert, Holland, bin von Wien bis zum Donaudelta geradelt, von Prag nach Riga und von Bologna nach Rom. Nach meiner Bachelorarbeit möchte ich als Nächstes ein paar Tage durch die Oberpfalz radeln. Mittelfristig soll es dann in die Pyrenäen gehen, in die französischen Alpen und auf den Balkan.“

Pause am Kap Kolka in Lettland. Dank seiner exponierten Lage der einzige Platz in dem baltischen Land, wo man sowohl den Sonnenaufgang als auch den Sonnenuntergang im Meer beobachten kann.

Wo schlafen?

Wer gerne andere Menschen kennenlernt, kann Hostels (zum Beispiel www.hostelworld.com) oder Couchsurfing in Erwägung ziehen (zum Beispiel www.couchers.org, explizit für Radreisende bietet sich etwa www.warmshowers.org an). Mit dem Zelt liegt der geschützte Rahmen eines Campingplatzes nahe. In Deutschland und anderen Ländern gibt es auch einfache Trekkingplätze, die im Wald versteckt sein können (Infos zum Beispiel auf www.trekkingtrails.de). In manchen Ländern ist mit dem Zelt auch Wildcampen möglich. In Europa ist das unter anderem in Estland, Lettland, Litauen, Finnland, Schweden und Norwegen erlaubt. Aber auch in diesen Ländern gibt es gesonderte Regelungen und zahlreiche Ausnahmen, etwa für Nationalparks, Naturschutzgebiete und speziell gekennzeichnete Flächen. Bei Privatgrundstücken heißt es ohnehin immer: fragen. In anderen europäischen Ländern kann man Glück haben und es wird toleriert. Es kann aber auch empfindliche Geldstrafen geben, wie etwa in Tschechien, der Slowakei, Slowenien, Ungarn, Kroatien, Italien, Spanien, Griechenland, Spanien und Portugal. (Infos dazu zum Beispiel auf www.reisereporter.de)

6

FRAGEN AN:
PROFESSOR DR.
LUDWIG ZEHETNER

■ Reiner Wittmann

Nice Colleagues oder miechade Kollegn?



Denglisch statt Dialekt. Der Siegeszug der Anglizismen scheint auch in der Arbeitswelt unaufhaltsam. Was sagt der Regensburger Dialektologe Ludwig Zehetner dazu?

1 Auch in vielen Oberpfälzer Firmen verdrängen Anglizismen deutsche Ausdrücke, die Bedeutung von Mundart verliert. Schmerzt das?

Professor Dr. Ludwig Zehetner: „Ja, das tut mir weh. Es nimmt uns etwas von unserer Identität.“

2 Dass sich Sprache wandelt, ist andererseits etwas Natürliches.

„Ja, schon. Sonst würden wir heute noch reden wie Karl der Große. Aber das Tempo, wie das amerikanische Englisch unsere Sprache verändert, ist schon rasant. Davor waren es über Jahrhunderte vor allem französische Einflüsse, die unsere Sprache verändert haben. Das ging im Mittelalter los und hat sich bis in die napoleonische Zeit fortgesetzt. Denken Sie an Ausdrücke wie merci, Rendezvous, Trottoir, Toilette, Allee oder retour.“

3 Der Einzelne kann sich aber dagegen stemmen und zum Beispiel im Betrieb bairisch sprechen.

„Man kann bewusst das Alte bewahren, ja. Das ist aber ein Nischenversuch. Ob das was bringt? Es müsste in den Kindergärten und Schulen angesetzt werden. Der Prozess ist aber letztlich nicht mehr zu stoppen.“

4 Bis wann wird das Bairische ausgestorben sein?

„Unsere Sprache verändert sich zwar, aber aussterben wird das Bairische noch lange nicht. Dafür ist es zu lebenskräftig.“

5 Bairisch ist eine Sammelbezeichnung für die Dialekte in Altbayern und Österreich. Was ist denn typisch für das Oberpfälzische?

„Einen Oberpfälzer Dialektsprecher erkennen Sie unter anderem an der Verwendung typischer Zwielaute, wie äi und ou. Während man in Oberbayern, wo ich aufgewachsen

bin, zum Beispiel ‚liaba Bua‘ sagt, heißt es hier ‚läiba Bou‘. Ein anderes Beispiel, der Oberbayer sagt: ‚In da Fria tuat ma da Fuas ned weh‘. Im Oberpfälzischen wäre das: ‚In da Fräi dout ma da Fous niad wäi‘. Übrigens, was man in der Bezirkshauptstadt Regensburg spricht, ist kein Oberpfälzisch. Da fließt das Niederbairische ein, das sprachliche Phänomen dieser Oberpfälzer Zwielaute ist dort weitgehend verdrängt: In Regensburg gibt es das Kuhgässel. Auf Oberpfälzisch würde man Kouhgassl sagen, auf Regensburgerisch heißt es aber Kuahgassl. So würde man das auch in Ober- und Niederbayern aussprechen.“

6 Was ist Ihr liebstes bairisches Wort?

„Mir gefällt der Ausdruck ‚hoalous‘, wie in ‚a hoalousa Drack‘. Das Wort kommt von ‚heillos‘. Als ‚hoalousa Drack‘ wird ein minderwertiger, gemeiner Mensch bezeichnet. ‚Hoalous‘ gefällt mir, weil es sowohl in Oberbayern verwendet wird als auch in der Oberpfalz, also meine frühere und meine heutige Heimat miteinander verbindet. Mir gefällt der Klang des Wortes und der Umstand, dass es meistens als ‚haarlos‘ fehlgedeutet wird. Radio Ramasuri hat bei einer Umfrage übrigens im Frühjahr 2025 ‚miechad‘ als oberpfälzisches Lieblingswort seiner Hörer identifiziert. Das Adjektiv bezieht sich auf eine Person, die man einfach mögen, also gern haben muss.“

Zur Person:

Prof. Dr. Ludwig Zehetner war Lehrer, ist Mundartforscher und Honorarprofessor der Universität Regensburg. Der „Dialekt-Papst“ ist gefragter Fachautor und Gesprächspartner für den Hörfunk. Er lebt seit über 50 Jahren in der Oberpfalz, stammt ursprünglich aber aus Oberbayern, wo er sich schon als Jugendlicher mit dem Thema Dialekt beschäftigte. Sein Buch „Bairisches Deutsch. Lexikon der deutschen Sprache in Altbayern“ erschien 2014 in der 4. Auflage.



Ein Gastschulaufenthalt in Tschechien kann ein richtungsweisender Baustein für die spätere Laufbahn eines jungen Menschen sein

Berufstätige mit Kindern denken nicht nur an die eigene Karriere, sondern frühzeitig oft auch an das Fortkommen ihrer Sprösslinge. Welche schulische Laufbahn ist die richtige? Welche Sprachen sollte mein Kind können? Englisch ist nicht alles. Auch andere Sprachen spielen eine Rolle für die Entwicklung und auch für die späteren Karrierechancen eines Menschen. Besonders dann, wenn sie ein Art Nischenwissen darstellen.

Das ist etwa beim Tschechischen der Fall: Obwohl es für uns Oberpfälzer im Grunde nur einige Kilometer bis zu unseren Nachbarn sind, interessieren sich erstaunlich wenige Menschen für Kultur und Sprache. Dabei kann das vollkommen neue Perspektiven eröffnen, meint Magdalena Becher, die bei der grenzüberschreitenden Organisation „Euregio Egrensis“ (Sitz der bayerischen Arbeitsgemeinschaft ist Marktredwitz) von deutscher Seite den bayrisch-tschechischen Schüleraustausch koordiniert.

Zwei bis drei Wochen

„Von bayerischer Seite reden wir in der Regel über zwei- oder dreiwöchige Aufenthalte während der Oster- und Pfingstferien. Die deutschen Schüler besuchen den Unterricht an einer tschechischen Schule und wohnen bei einer tschechischen Gastfamilie“, erklärt Becher. Die deutschen Teilnehmer erhalten die Reisekosten zum Zielort erstattet und den Besuch kultureller Veranstaltungen, die Gastfamilie erhält eine kleine Wochenpauschale für die Unterbringung.

Das Programm wendet sich an Jugendliche etwa im Alter von 16 bis 18 Jahren, die in der Regel eine Realschule oder ein Gymnasium besuchen. Tschechische Sprachkenntnisse sind nicht nötig: „Es geht einzig und allein, darum in die andere Kultur hineinzuschnuppern, Verständnis für unsere Nachbarn zu entwickeln und schöne Erlebnisse mit anderen Menschen zu haben“, betont Becher. (Aufgrund der in der Regel fehlenden Sprachkenntnisse nehmen die deutschen Schüler oft nur am Unterricht in Mathematik, Deutsch, Englisch, Sport und Musik teil.)



Hier gibt es Infos

Im Idealfall ergibt sich mehr. Neben persönlichen Freundschaften, die von Dauer sind, können das auch Erlebnisse sein, die den Anstoß geben vielleicht doch die Sprache zu erlernen. Das kann interessante berufliche Perspektiven eröffnen. So wie bei Magdalena Becher selbst, die, in Oberbayern aufgewachsen, heute zweisprachig ist und sich zwischen

den Kulturen hin- und herbewegt. Gerne erteilt sie weitere Auskünfte.

(www.euregio-egrensis.de,
E-Mail: magdalena.becher@euregio-egrensis.de,
Telefon: 09231 | 669215)

■ Reiner Wittmann

zwick Wir schaffen Verbindungen seit 1969
ingenieure

Werden Sie Teil einer der führenden Ingenieurgruppen der Oberpfalz. Seit 1969 sind wir Experten für die Bereiche Abwasserentsorgung, Wasserversorgung, Verkehrsanlagen und Städtebau.

Wir bieten Ihnen einen sicheren Arbeitsplatz mit besten finanziellen und fachlichen Entwicklungsmöglichkeiten.

Unser Team besteht aus 30 hochqualifizierten, geschätzten Mitarbeitern, die gerne mit Ihnen zusammenarbeiten!

Verstärken Sie unser Team als

Bauingenieur (m/w/d)

Bautechniker (m/w/d)

Bauzeichner (m/w/d)

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an:

Zwick Ingenieure GmbH

Kettelerstraße 11, 92637 Weiden i.d.OPf,

Telefon 0961/390930,

E-mail: kommzuuns@zwick-ingenieure.de



Arbeiten unter freiem Himmel ist ein Privileg. Gerade jetzt im Sommer sollten Bauarbeiter & Co. aber auch an den UV-Schutz denken.

Arbeiten im Freien ist schön

Im Sommer arbeiten Millionen von Beschäftigten draußen. Zum Beispiel Beschäftigte der Baubranche. Das ist für sie zumeist schön und viele ziehen es dem Schreibtisch vor. Doch die UV-Strahlung bringt auch gesundheitliche Risiken mit sich. Die wichtigsten Fragen und Antworten dazu.

Wird UV-Schutz unterschätzt?

Insbesondere in der Baubranche gibt es ein Bewusstsein dafür, dass Sonnenschutz wichtig ist. Darauf deutet zumindest eine

Umfrage der Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft (BG BAU) aus dem Jahr 2021 hin. Dort gaben 96 Prozent der Befragten an, dass sie die Gefahren von ultravioletten Strahlen beim Arbeiten im Freien kennen.

Und 85 Prozent stimmten zu, dass sie Sonnenschutz bei Arbeiten unter freiem Himmel wichtig finden. Befragt wurden fast 2500 Beschäftigte aus der Bauwirtschaft und den baunahen Dienstleistungen.

Nichtsdestotrotz: Das Thema Sonnenschutz unterschätzen immer noch viele. „Ein Grund dafür ist, dass UV-Strahlung nicht sicht- oder anderweitig durch den Menschen wahrnehmbar ist“, sagt Elke Biesel von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) in Berlin.

Schäden zeigen sich meist erst, wenn die Exposition bereits deutlich zu hoch war. Laut Biesel sind effektive Schutzmaßnahmen wie zum Beispiel das Tragen langärmeliger Kleidung bei vielen Menschen unbeliebt. Zum Teil liegt dies auch an falschen Annahmen.

Welche Mythen halten sich?

Da gibt es einige. „Ein verbreiteter Mythos lautet: Gebräunte Haut schützt vor UV-Strahlung“, erklärt Professor Frank Werner von der BG BAU. „Das stimmt nicht.“ Mit der Bräunung signalisiert die Haut eine starke UV-Belastung.

Treffen Sonnenstrahlen auf die Haut, bildet sich das dunkle Farbpigment Melanin. Es schirmt die Zellkerne ab und versucht so, das Erbgut vor der Strahlung zu schützen – ein Kraftakt für die Haut. Durch diesen Schutzmechanismus erreicht sie jedoch gerade mal einen Lichtschutzfaktor von circa 4.

Lieferung und Montage
von Porenbetonbauteilen



Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams einen

Bauleiter/Junior-Bauleiter (m/w/d)

- Aufgaben:
- Überwachung und Überprüfung der Bauleistungen
 - Koordinierung der Gewerke
 - Aufmaß, Rechnungsprüfung, Kostenkontrolle
 - Umsetzen der technischen und zeitlichen Planungen auf der Baustelle
 - Kalkulation und Angebotsbearbeitung

- Ihr Profil:
- Bauingenieur, Bautechniker, Handwerksmeister bzw. Absolventen Bauingenieurwesen/Architektur
 - Quereinsteiger
 - Erfahrungen auf Baustellen wünschenswert
 - Kommunikationsfähigkeit, Durchsetzungsvermögen
 - selbstständige Arbeitsweise, Reisebereitschaft

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte bevorzugt per Mail an: info@bbk-montage.de oder an BBK Montage GmbH, Industriestraße 27, 92237 Sulzbach-Rosenberg

Ein weiterer Mythos: Durch das Vorbräunen im Solarium verringert man die Sonnenbrandgefahr. „Dem ist nicht so“, sagt Frank Werner. Die Strahlenbelastung im Solarium entspreche ungefähr der einer Mittagssonne am Äquator, sagt er. Sie erzeugt eine Sofortbräune, die jedoch bald wieder nachlässt und kaum schützt. Dafür steige das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken. Solarien soll man seiner Meinung nach grundsätzlich meiden.

Wie kann man sich schützen?

Prinzipiell gilt: Alles tun, um eine Sonnenbestrahlung zu vermeiden. Die Schutzmaßnahmen sollten dem klassischen TOP-Präventionsprinzip folgen, rät Werner. TOP steht für technisch, organisatorisch, persönlich.

„Zu den technischen UV-Schutzmaßnahmen gehören beispielsweise Überdachungen, Bauwägen, Wetterschutzzelte und Sonnensegel, die für schattige Arbeitsplätze im Freien sorgen“, sagt er. Darum muss sich der Arbeitgeber kümmern.

Sind diese Maßnahmen nicht umsetzbar oder ausreichend, braucht es ergänzend organisatorische Schutzmaßnahmen. „So können Arbeiten in die frühen Morgen- und Vormittagsstunden verlegt werden, oder in die späten Nachmittagsstunden nach 16 Uhr, wenn die UV-Belastung geringer ist“, empfiehlt Frank Werner.

Auch das Rotationsprinzip kann helfen, die UV-Belastung zu reduzieren. Dabei wechseln Beschäftigte zwischen Tätigkeiten mit und ohne UV-Belastung, oder die Arbeit wird auf mehrere Leute verteilt.

Dann bleiben noch persönliche UV-Schutzmaßnahmen, etwa mit hohem Lichtschutzfaktor und langärmelige Kleidung mit UV-Schutz. Der UV-Standard 801 bietet hier Orientierung.

Was bringt Sonnencreme?

Hautbereiche, die nicht komplett mit Textilien verdeckbar sind, sollte man mit Sonnencreme schützen – etwa das Gesicht, die Ohren und die Handrücken. Frank Werner empfiehlt UV-Schutzcreme mit einem Lichtschutzfaktor von mindestens 30, besser 50.

„Dieser Schutz muss nach mindestens zwei



Sonnencreme ist kein Zeichen von Schwäche. Ganz im Gegenteil.

Stunden erneuert werden.“ Schwitzt die Haut, ist sie nicht ausreichend geschützt. Daher ist regelmäßiges Nachcremen entscheidend.

Wichtig ist, dass vor allem der Kopf, der Nacken, die Ohren und die Hände vor der Sonne geschützt sind. Handschuhe oder Helme mit Nackenschutz sind da hilfreich. Zum Schutz der Augen empfiehlt Werner zudem eine Sonnenbrille mit UV-Filterung.

Wo gibt es Unterstützung?

Berufsgenossenschaften und Unfallkassen bieten viele Informationen für Arbeitgeber und Beschäftigte an. Wer bereits berufsbedingte Hautprobleme hat, sollte frühzeitig Beratung seitens eines Hautarztes suchen. Die gesetzliche Unfallversicherung bietet dazu ein spezielles Hautarztverfahren an. Wer solche Angebote nutzt, sorgt für seine Gesundheit vor. (dpa/tt)



**WIR
SUCHEN
DICH!**



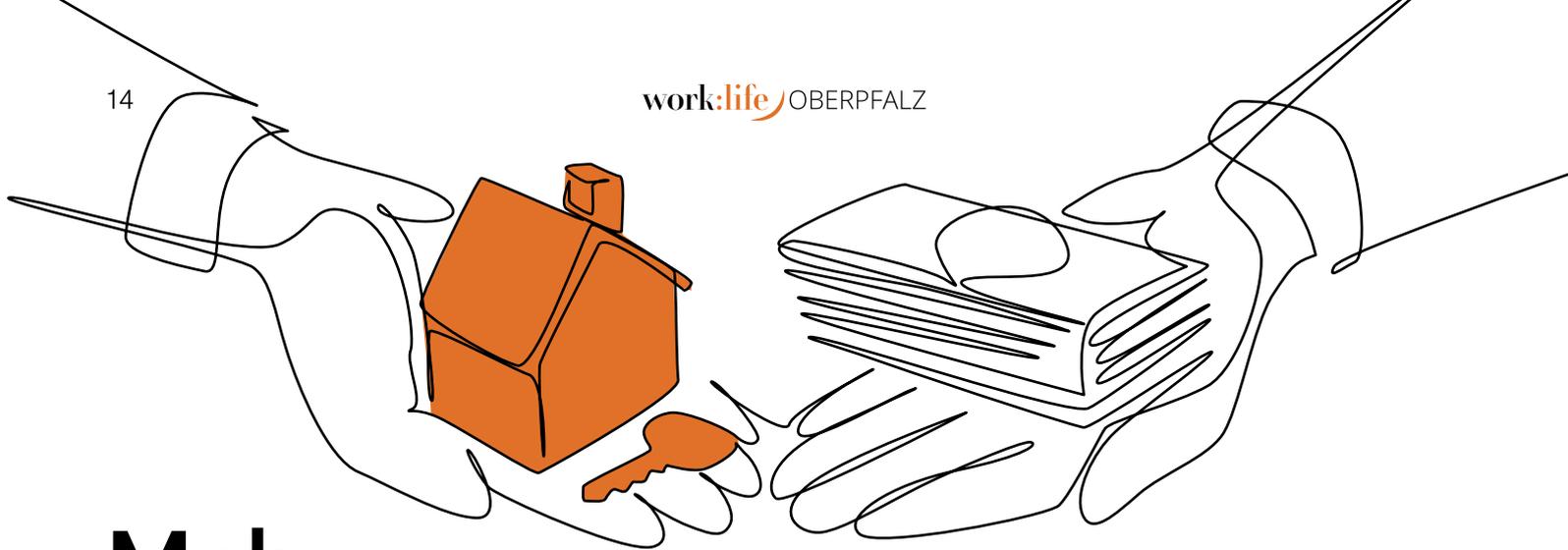
**Zur langfristigen
Verstärkung unseres
Teams suchen wir:**

**Polier (m/w/d)
Baufacharbeiter (m/w/d)
Bauhelfer (m/w/d)
Baggerfahrer (m/w/d)
LKW-Fahrer (m/w/d)**

Haben wir dein Interesse geweckt?
Dann sende uns gerne deine Bewerbung
zu, oder ruf einfach bei uns an.

Rubenbauer GmbH
Schwandorfer Straße 4a
92245 Kümmersbruck

Telefon 09621/250950
E-Mail: info@rubenbauer-task.de
www.firmengruppe-rubenbauer.de



Mehr Steuer aufs Erbe?

■ Reiner Wittmann

Eine renommierte Wissenschaftlerin erklärt, warum sie das für nötig erachtet.

Der Philosoph John Stuart Mill hat bereits im 19. Jahrhundert geerbtes Vermögen als „unverdientes Einkommen“ bezeichnet. Ähnlich sieht es die junge Politikwissenschaftlerin Martyna Linartas (34), die jetzt ein Buch dazu geschrieben hat (Unverdiente Ungleichheit, Rowohlt Verlag). In einem Interview mit der Wochenzeitung „Die Zeit“ sagt sie: „Deutschland entwickelt sich von einer Leistungsgesellschaft zu einer Erbesgesellschaft.“ Die Grundvoraussetzung für eine Demokratie sei aber, dass nicht der Zufall der Geburt über ein Leben entscheide.

Verdientes Erbe?

Das sehen und sahen auch andere so. Thomas Paine, einer der Gründerväter der Vereinigten Staaten. Oder Thomas Piketty, der sich ein Grunderbe für jeden Bürger wünscht, das 60 Prozent des Durchschnittsvermögens betragen soll. „Für Deutschland wären das aktuell etwa 190.000 Euro“, sagt Linartas. „Verdient ist es, wenn ich es schaffe, vom Einkommen, das ich für Lohnarbeit bekomme, etwas auf die Seite zu legen. Unverdient ist, was nicht durch Arbeit entstand, was einem ohne eigenes Zutun nur durch die Geburt als Erbe in den Schoß fällt.“

Die Entwicklung sieht sie sehr kritisch. „Die Erbesgesellschaft zerstört die Demokratie.“ In der Weimarer Republik habe man daher gleich zu Beginn die Erbschaftssteuer eingeführt. „Sie lag in den ersten Jahren bei bis zu 90 Prozent.“ Direkt nach dem Zweiten Weltkrieg, führt Linartas in der „Zeit“ an, habe die Erbschaftssteuer in Deutschland bis zu 80 Prozent betragen.

Davon sind wir heute weit entfernt. Besonders für große Vermögen fänden sich immer wieder steuerliche Schlupflöcher, kritisiert unter anderem der Verein „Finanzwende“ das bundesrepublikanische Besteuerungssystem. Linartas: „Seit den Neunzigern ging uns das historische Bewusstsein verloren, dass die Stärke einer Demokratie von Steuern als Instrument der individuellen Teilhabe und eines gerechten Vermögensaufbaus abhängt.“

Du wirst mit der Schule fertig und möchtest endlich zeigen, was du kannst? Am besten in einem Unternehmen, das viel zu bieten hat? Dann bist du bei uns genau richtig.

Wir sind die **MEIER Betonwerke** und produzieren mit unseren 280 Mitarbeitenden **Betonfertigteile** und **modernste Mauerwerksysteme**. Als mittelständisches Familienunternehmen liegt uns natürlich die Zukunft kommender Generationen sehr am Herzen. Um auch weiterhin erfolgreich zu sein, legen wir großen Wert auf die Ausbildung unserer eigenen Fachkräfte. **Deshalb bieten wir 1. September 2025 folgende Ausbildungsplätze (m/w/d) an:**

- › **Bauzeichner** Fachrichtung Ingenieurbau
- › **Kaufleute für Groß- & Außenhandelsmanagement** Fachrichtung Großhandel



Haben wir dein Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung.
Weitere Infos unter www.meier-betonwerke.de/karriere



MEIER
› **BETONWERKE**

Zur Schanze 2
92283 Lauterhofen

➔
Weiterführende Links

www.taxmenow.eu
www.finanzwende.de
www.netzwerk-steuergerechtigkeit.de

Bewerben in der Urlaubszeit



© Christian Horz – stock.adobe.com

Im Sommer gibt es keine Flaute bei Stellenausschreibungen. Während die einen am Strand die Sonne genießen, nutzen andere die Sommerzeit, um sich auf neue Jobs zu bewerben. Was dann bei der Bewerbung hilft, verrät ein Recruitment-Fachmann.

FLEXIBILITÄT BEWEISEN. Wer den Sommer für die Karriereplanung nutzt, zeigt Engagement gegenüber potenziellen Arbeitgebern. Bewerber, die sich aus dem Urlaub heraus bewerben, so erklärt der Karriereexperte Tim Verhoeven auf einem Stellenportal, sollten dies erwähnen und auf ihre Flexibilität hinweisen. Das geht etwa durch Erreichbarkeit per Telefon oder E-Mail und die Möglichkeit eines Video-Interviews. Falls

man sich in einer anderen Zeitzone aufhält, sollte man das in der Bewerbung angeben, um Koordinationsprobleme zu vermeiden.

NICHT ENTMUTIGEN LASSEN. Im Sommer kann sich der Bewerbungsprozess verlangsamen, da viele Entscheidungsträger im Urlaub sind. „Das sollte Jobsuchende nicht verunsichern. Viel mehr heißt es: dranbleiben!“, so Verhoeven.

Das heißt: Mails checken und Telefon anlassen. Bei längeren Wartezeiten, insbesondere nach zwei Wochen, ist eine freundliche Nachfrage angebracht, da dies ernsthaftes Interesse zeigt und den Prozess möglicherweise beschleunigen kann.

RESILIENZ STÄRKEN. Bewerbungsprozesse können herausfordernd sein und erfordern Ausdauer, vor allem bei mehreren Absagen. Resilienz kann jedoch trainiert werden: Jeder Teilerfolg zählt, und lange Wartezeiten sind nicht unbedingt negativ. Selbst Absagen, so sagt Tim Verhoeven, bieten Chancen zur Verbesserung – vor allem, wenn man sich Feedback einholt und das für zukünftige Bewerbungen nutzt.

BEWERBUNGEN POSITIV BETRACHTEN. Statt Bewerbungen als lästige Pflicht zu sehen, könne man sie als Chance betrachten, neue Perspektiven zu entdecken. Mit einem positiven Blick auf den Bewerbungsprozess lässt sich der Urlaub entspannter genießen.

(dpa/tt)



**STRACHOTTA & WEIZER
INGENIEURE**

WIR SUCHEN ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN ZEITPUNKT

- **BAUZEICHNER (M/W/D)**
MIT SCHWERPUNKT TIEF- UND STRASSENBAU
- **VERMESSUNGSTECHNIKER (M/W/D)**

JETZT BEWERBEN!

info@s-w-ingenieure.de
www.s-w-ingenieure.de
Georgenstraße 58, 92224 Amberg



work:life OBERPFALZ

Merken Sie sich schon jetzt
die Termine für 2025 vor:

26.09.2025
19.12.2025

**WORK & LIFE IN DER
HEIMAT VERBUNDEN.**

Interesse geweckt?



Melden Sie sich bei
Eva-Maria Irlbacher
Tel. 0961 | 85-212
eva-maria.irlbacher@
oberpfalzmedien.de

oberpfalz
medien

Bestattungshelfer m/w/d

gesucht!

Du bist

- zuverlässig & verantwortungsbewusst
- teamfähig & lernwillig
- psychisch & physisch belastbar
- flexibel & hast
- Führerscheinklasse B/BE
- gewillt, am Bereitschaftsdienst teilzunehmen

Dann bewirb dich bei uns.

Gerne auch als Quereinsteiger,
Voll- oder Teilzeit möglich.

Ausführliche Einarbeitung, faire
Bezahlung, gestellte Arbeitskleidung.

Bestattungsinstitut Monika Pregler

Röntgenstr. 5, 95478 Kemnath

Tel. 09642/8812 oder

kontakt@bestattungen-monika-pregler.de



Die **Gemeinde Ensdorf**, Landkreis Amberg-Weizbach
sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Mitarbeiter/-in (m/w/d)
für den **gemeindlichen Bauhof**

unbefristet und in Vollzeit.

Nähere Informationen hierzu erhalten Sie auf
unserer Homepage unter www.ensdorf.de und
in den gemeindlichen Aushangkästen.



Ihre schriftliche Bewerbung mit aussagekräftigen Unterlagen
richten Sie bitte bis spätestens 06.07.2025 an die Gemeinde
Ensdorf, Hauptstr. 4, 92266 Ensdorf oder per E-Mail an
zitler@ensdorf.de.



Dr. Stefan Kleinmayer
Zahnarzt

sucht zur Verstärkung
freundliche/n, engagierte/n
(m/w/d)

ZFA/ZMF

in **Vollzeit oder Teilzeit**
ab sofort, auch späterer
Zeitpunkt möglich.

gerne auch Wiedereinsteiger

Bewerbung bitte per Telefon
unter der

01718396500

oder per E-Mail an

claudia-kleinmayer@gmx.de

KEIN BOCK AUF LANGeweile?



PROMOTION FOR LIFE

Wir auch nicht!

Gemeinsam richtig durchstarten: Wir sind immer auf der Suche nach klugen Köpfen mit Visionen, die unser Team bereichern.



Bei uns in Sulzbach-Rosenberg bieten wir spannende Ausbildungsplätze in verschiedenen Bereichen an, die dir die Möglichkeit geben, deine Zukunft aktiv zu gestalten.

Interessierst du dich für Medientechnologie im Siebdruck? Oder ist Werkzeugmechanik genau dein Ding? Vielleicht liegt deine Leidenschaft aber auch in der Lagerlogistik, der Verfahrensmechanik oder im E-Commerce? Egal, wofür dein Herz schlägt, bei uns findest du den richtigen Ausbildungsplatz.



Unsere Ausbildungsprogramme sind darauf ausgelegt, dich optimal auf deine Karriere vorzubereiten. Du profitierst von einer praxisnahen Ausbildung, in der du von Anfang an Verantwortung übernimmst und Teil eines motivierten Teams wirst. Bei elasto legen wir großen Wert darauf, dass du nicht nur theoretisches Wissen erlangst, sondern auch praktische Erfahrungen sammelst, die dich in deinem Berufsleben weiterbringen.

Berufsbilder für Auszubildende (m/w/d).

Als anerkannter Ausbildungsbetrieb bieten wir spannende Ausbildungsplätze in den verschiedensten Bereichen:

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



elasto.de/karriere

Mehr erfahren?

Dann folge uns   



Hier könntest
DU sitzen!