

**AUSGABE NORD** 

Rezept der Woche

Jetzt ist Kürbis-Zeit: Bei OWZ-Küchenchef Michael Schiffer gibt es Fettuccine aus Vollkornreis mit Linsen und Kürbis

► Seite 2



oberpfalz

Oberpfälzer Wochenzeitung

Rezept zum Glück

Nicht nur Kindern macht es Spaß, in Pfützen zu springen. Probieren Sie es auch mal, rät die Glücksexpertin.

► Seite 4

Europas NR.1 in HOLZ und ALU

**AUSSTELLUNG** 

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne...

Nur nach Terminvereinbarung! Ausstellung – Am Gewerbepark 10 92670 Windischeschenbach



Woche 44 | 31. Oktober 2025

Toranlagen

Markisen

## Holzäffchen basteln

Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen: Der Ursprung der drei Affen liegt in Japan. Bei uns wird das geflügelte Wort zu einer netten Deko im Regal.

► Seite 3



#### ortrag am Freitag, 14.11.25/ <u>ab 19 Uhr</u>

Balkone

· Zäune

#### Herzgesundheit (Herz stärken, Blutdruck natürlich senken, mehr Ruhe, weniger Druck länger gesund leben)

**Ort: Cafe Eger Hauptstraße 20** 92709 Moosbach

Die klügere Medizin, Wolfgang Endres **DEM MANGEL AUF DER SPUR** Tel: 0157 56552989



## Bestatter-Meisterbetrieb

92637 Weiden - Zur Centralwerkstätte 20 · Tel (0961) 3 40 50



www.onetz.de/owz

## Ausstellung "Künstliche Kreativität" in Speinshart

**Speinshart.** (exb) Im Kloster Speinshart eröffnet am 2. November um 13.30 Uhr unter dem Titel "Künstliche Kreativität" eine neue Ausstellung. Die an digitalen Jacquard-Webstühlen gefertigten Gewebe (Gloria Sogl) und mediale Installationen (Johannes Kiel) laden dazu ein, Kreativität neu zu denken. Die Ausstellung verspricht einen vielschichtigen Dialog über die Bedingungen

des Schöpferischen im Zeitalter des maschinellen Lernens. Vernissage mit Einführung ist am Sonntag, 2. November, um 13. 30 Uhr. Die Ausstellung ist bis 25. Januar zu sehen. Geöffnet ist sie

mittwochs von 9 bis 15 Uhr, sonn- und feiertags von 13.30 bis 17 Uhr sowie auf Anfrage unter Telefon 09645/60193-801. Infos zu den Künstlern auf www.gloriasogl.com und www.johanneskiel.de.



SCHLAFZIMMER-PROGRAMM, Front und Korpus graphit, Absetzung Bianco-Eiche Nachbildung, best. aus: 6-trg. Kleiderschrank, ca. B306/H220/T65 cm, Futonbett mit Kunstleder-Polsterkopfteil, Bezug: 74% Polyvinylchlorid, 26% Baumwolle, Liegefläche ca. 180x200 cm, 2 Hänge-Nachtkonsolen mit 1 Schubkasten, ca. B60/H43/T43 cm.

Ohne Lattenrost, Matratzen, Bettzeug

Ruoffstraße 20

92224 Amberg

Möbel und Küchen

info@frauendorfer.de

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





# Fettuccine aus Vollkornreis mit Linsen und Kürbis

Kürbis ist ein vielseitiges Gemüse. Der OWZ-Küchenchef Michael Schiffer hat ein Rezept für ein herbstliches Pasta-Gericht. Wer mag verfeinert am Schluss mit würzigem Olivenöl und Pecorino.

Zubereitung: Für die Gemüsebrühe das Wasser in einen Topf geben und das gewaschene und geputzte Gemüse hineingeben. Das Ganze etwa 20 Minuten bei mäßiger Hitze kochen. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und fein würfeln. In einer Kasse-



Michael Schiffer

... wusste schon mit zehn Jahren, dass er Koch werden möchte. 35 Jahre führte er in Bonn ein großes Restaurant. Der passionierte Jäger lebt in Parkstein.

Kontakt: redowz@oberpfalzmedien.de



Fettuccine aus Vollkornreis mit Linsen und Kürbis serviert OWZ-Küchenchef Michael Schiffer.

rolle mit schwerem Boden zwei Esslöffel Olivenöl erhitzen, und die Zwiebel darin glasig dünsten. Den in kleine Würfel geschnittenen Kürbis und die gründlich gewaschenen Linsen hineingeben. Den Tomatensaft, 800 Milliliter

Gemüsebrühe sowie den grob zerpflückten Salbei und Lorbeer dazugeben.

Salzen und circa 20 bis 25 Minuten garen. "Bei Bedarf noch etwas Gemüsebrühe zugeben", rät OWZ-Küchenchef Michael Schiffer. Nach Ablauf der Kochzeit die ein wenig zerkleinerten Fettuccine dazugeben und weitere zehn bis zwölf Minuten kochen. "Servieren Sie das Gericht heiß", empfiehlt Schiffer, "und nicht ohne es zuvor mit einer schönen Runde

Olivenöl extra vergine und nach Geschmack mit geriebenem reifen Pecorino vollendet zu haben." (dt)



#### **ZUTATEN**

#### Fettuccine aus Vollkornreis mit Kürbis

Rezept für vier Personen.

- > 150 Gramm Fettuccine aus Vollkornreis
- > 150 Gramm getrocknete Linsen
- > 150 Gramm küchenfertiger Kürbis
- > 200 Milliliter Tomatensaft mit Basilikum
- > 50 Gramm Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- > 2 Esslöffel Olivenöl
- > 2 bis 3 Salbeiblätter
- ) Gemüsebrühe
- Salz
- Olivenöl extra vergine
- > reifer Pecorino

#### Für die Gemüsebrühe:

- 1 Liter Wasser
- 1 Karotte
- 1 Stängel Staudensellerie
- 1 Zwiebel
- 1 Stängel Petersilie

Gesundheit

ANZEIGE

# Stars schwören auf Kollagen – Klinische Studie liefert Belege

Kollagen ist längst mehr als ein Hollywood-Hype – auch hierzulande setzen Millionen auf das Schönheitsprotein, darunter Supermodel Eva Padberg. Denn: Ein Löffel Kollagenpulver täglich soll der langersehnte Ausweg für viele Beauty-Probleme sein. Und tatsächlich: Eine klinische Studie belegt, dass spezielle Kollagenpeptide die Haut spürbar verbessern können.

Der Blick in den Spiegel und endlich zufrieden sein – für viele scheint dieser Wunsch dank Kollagen wahr geworden zu sein. Im Netz findet man zahlreiche positive Rezensionen wie diese: "Meine Haut sieht hervorragend aus." Das sind erstaunliche individuelle Aussagen. Doch wie viel Wahrheit steckt dahinter? Und was sagt die Wissenschaft?

Fakt ist: Ab dem 25. Lebensjahr produziert der Körper immer weniger Kollagen – die Haut verliert an Spannkraft. Fältchen entstehen, Haare und Nägel werden schwächer.

#### Klinisch bestätigt: sichtbare Effekte

Eine Doppelblindstudie mit Frauen zwischen 35 und 55 Jahren zeigt: Die tägliche Einnahme von
10 g Kollagenpeptiden über acht
Wochen verbesserte die Hautelastizität um 17%, die Hautfestigkeit
um 11% und die Hautfeuchtigkeit
um 14%.¹ Auch die Teilnehmerin-

nen berichteten von glatterer, bes-

ser durchfeuchteter Haut.

Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen darüber hinaus, dass Kollagenprodukte die Kollagenreserven auffüllen können. Man sollte jedoch auf ein hochwertiges Präparat achten, welches der Körper optimal verwerten kann.

#### Die Nr. 1\* aus der Apotheke: pureSGP Kollagen Peptide

**ELASTIZITÄT** 

**FEUCHTIGKEIT** 

Klinische Studie bestätigt: Nach täglicher

Einnahme spezieller

Kollagenpeptide zeiger

sich Verbesserungen bei

Hautfestigkeit, -elastizität

und -feuchtigkeit.

Genau hier setzt der pharmazeutische Hersteller von pureSGP Kollagen Peptide an. pureSGP setzt auf hochreines, zertifiziertes Premium-Kollagenhydrolysat, das aus natürlichen und

kollagenreichen Materialien und durch ein streng kontrolliertes Verfahren gewonnen wird. Das Besondere:
Durch eine enzymatische Verarbeitung entstehen kleine, bioaktive Peptide, die vom Körper leicht aufgenommen und effektiv verwertet werden können. Ergänzend enthält es Vitamin C, was der Körper für die Kollagensynthese benötigt.<sup>2</sup> Biotin, Zink und Kupfer unterstützen zusätzlich Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe.<sup>3</sup>

Das geschmacksneutrale Pulver löst sich leicht in Kaffee, Tee oder Smoothies auf und ist einfach dosierbar – ein Löffel täglich genügt. Erhält-

lich ist pureSGP Kollagen Peptide in Apotheken oder online. Sollte Ihre Apotheke das Produkt nicht vorrätig haben, kann es innerhalb weniger Stunden bestellt werden.





\*Kollagenpulver, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 06/2025 • 'PB Leiner: The effect of SOLUGEL® collagen peptides intake on skin conditions: a randomized double-blind clinical trial. • 'Pullar JM et al. The Roles of Vitamin C in Skin Health. Nutrients. 2017 Aug 12;9(8):866; Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normaler Funktion der Blutgefäße, Haut, Knochen und Knorpel bei • 'Zink trägt zum Erhalt normaler Knochen, Haut und Nägel bei, Biotin trägt zum Erhalt normaler Haut und Haare bei, Kupfer trägt zum Erhalt von normalem Bindegewebe bei.

# Die drei Affen – ein kreatives Bastelprojekt mit Bedeutung

"Nichts sehen, nichts hören, nichts sagen" — die drei Affen gelten als Symbol für Weisheit. Schritt für Schritt verraten wir, wie Sie die berühmten Affen aus Holz und Draht selbst basteln können. Ideal als Dekoration oder Geschenk.

Von Anja Andraschko

- Für die drei Affen benötigen Sie folgende Materialien:
- Kanthölzer (3 Stück, Größe nach Wunsch, zum Beispiel 10 x 6 x 4 Zentimeter)
- Holzkugeln (12 Stück, Durchmesser circa 1 Zentimeter)
- Halbierte Holzkugeln (6 Stück, Durchmesser circa 1 Zentimeter)
- Biegsamer Draht (zum Beispiel Basteldraht oder Blumendraht)
- Heißkleber oder Holzleim
- Eisstiele aus Holz oder Ähnliches
- Zange, Bohrer, Rundhobel und Seitenschneider
- Filzstift

#### Und so geht es:

Als erstes widmen wir uns dem Körper der Affen. Schneiden Sie dafür das



Anja Andraschko

... ist Messe- und Onlinemarketing-Managerin. Ihre kreative Ader lässt die Edelsfelderin auch zu Hause erblühen. Sie liebt es, Neues zu kreieren und sich dabei immer wieder neu zu erfinden. "Es gibt Millionen Möglichkeiten und jedes gebastelte Stück sieht anders aus."

Kontakt: redowz@oberpfalzmedien.de



Frisch gebohrt und mit Mund versehen, lassen sich die drei Affen mit viel Fantasie schon erahnen.

Kantholz in gleich lange Stücke und schleifen Sie diese gut zu, damit keine Splitter abstehen.

"Ich habe zusätzlich die Ecken etwas abgerundet und mit einem Rundhobel eine kleine Vertiefung links und rechts im oberen Drittel erzeugt, um Kopf und Körper etwas anzudeuten", so Anja Andraschko.

Bevor wir die Affen zusammenbauen können, benötigen wir Bohrlöcher für die Arme und Beine. Nutzen Sie dafür einen Bohrer, der etwas dicker ist als der Drahtdurchmesser – so lassen sich die Gliedmaßen aus Draht gut einstecken.

Für die Arme bohren wir die Löcher seitlich in die Mitte des Holzkörpers und für die Beine mittig unten auf die Vorderseite.

Im Anschluss schneiden wir die Eisstiele rundlich zu, damit unsere Affen einen Mund erhalten und kleben diese mit Holzleim oder Heißkleber fest.

Nun schneiden und biegen wir unseren Draht zurecht und formen die Arme und Beine nach Wunsch, um die charakteristische Geste der drei Affen zu erhalten:

Affe 1: "Nichts sehen" – Arme nach oben biegen und Hände über die Augen legen.



Halbierte Holzkugeln lassen sich gut als Affenohren nutzen. Sie werden mit Holzleim fixiert.

- Affe 2: "Nichts hören"
   Hände über die Ohren führen.
- Affe 3: "Nichts sagen"
   Hände vor den Mund halten.

An dem Endstück der Drähte befestigen wir mit Heißkleber je eine Holzkugel.

Für die Affenohren kleben wir seitlich oben am Holzkörper links und rechts je eine halbierte Holzkugel fest.

Als nächstes kleben wir die Arme und Beine in die vorgebohrten Löcher und fixieren die Holzkugeln an den Augen und Ohren beziehungsweise am Mund des jeweiligen Affen.

Mit einem dünnen Filzstift malen wir einfache Gesichter auf das Kantholz. Ich habe mich für minimalistische Augen und Münder entschieden.

Diese DIY-Version der drei

Affen passt perfekt in moderne Wohnräume – natürlich, rustikal oder skandinavisch. Sie eignet sich auch als

Sie eignet sich auch als Geschenk mit Symbolkraft oder als Statement-Piece auf dem Schreibtisch.

Mit wenig Material und etwas Kreativität entstehen aus schlichtem Kantholz und Draht drei Charakterfiguren mit Tiefgang.

Die drei Affen erinnern uns im Alltag daran, bewusst mit dem umzugehen, was wir sehen, hören und sagen.

### Aktionstag Sucht

Tirschenreuth. (exb) Am 13. November werden sich viele Passanten fragen, warum kleine grüne Türen die Dreifaltigkeitssäule und das Schmeller-Denkmal zieren.

An diesem Datum veranstaltet die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. den Aktionstag Suchtberatung unter dem Schwerpunkt "Sucht betrifft uns alle – Hilfe auch!". Suchtberatungsstellen in ganz Deutschland nehmen an diesem Aktionstag teil.

Auch die Suchtberatung der Caritas Tirschenreuth-Wunsiedel möchte an dem Tag mit ihren Türen auf ihr vielfältiges Angebot aufmerksam machen und steht von 9 bis 11 Uhr mit einer Offenen Sprechstunde in der Ringstraße 55 in Tirschenreuth zur Verfügung.

Sucht kennt kein Alter und keine Schicht. Laut DHS leiden fast 10 Millionen Menschen in Deutschland unter einer Abhängigkeitserkran-

kung. Die Fachambulanz für Suchtprobleme der Caritas bietet ein Gesamtangebot für Menschen mit Problemen im Umgang mit Alkohol, illegalen Drogen und anderen Formen suchtartigen Verhaltens. Dazu gehört auch die Beratung von Personen mit Essstörungen oder die Beratung von Angehörigen. "Mit dieser Aktion wollen wir signalisieren, dass unsere Tür immer offen steht für Hilfesuchende", erklärt Myriam Peschek, Leitung der Fachambulanz.



Nur noch die letzte Holzkugel festkleben und schon ist der "Nichts sehen"-Affe fertig.

Bild: aj











08. November 2025 | SAMSTAG

08. November 2025 | SAMSTAG DIE LANGE SAUNANACHT

GRUSEL-SAUNANACHT – PARTY, AUFGÜSSE & BEATS
Erlebt thematische Saunaaufgüsse mit Gänsehaut-Faktor, genießt leckere
Drinks & Snacks im Bistro und feiert mit uns bis tief in die Nacht!

- Textilfreies Baden ab 18 Uhr
- DJ Heiko H. liefert die passenden Beats
- Verlängerte Öffnungszeiten geöffnet bis 1 Uhr
  Tageseintritt inkl. Sauna: nur 25 Euro
- Tageseintritt inki. Sauna: nur 25 Eu

95448 Bayreuth | Kurpromenade 5 Tel. 0921 79240-0 | www.lohengrin-therme.de



Tageskarte inkl. Sauna

25,00€





Nicht nur Kindern macht es Spaß, in Pfützen zu springen.

# Es gibt kein schlechtes Wetter

Sind Sie happy und gut gelaunt, wenn die Sonne scheint? Und sind Sie lustlos und niedergeschlagen, wenn es draußen trüb ist? Es gibt eine Lösung, diesen Stimmungsschwankungen ein Ende zu bereiten. Wir müssen nur unsere Einstellung ändern.

"Puh, es regnet schon wieder." "Dieses Grau in Grau macht mich fertig." "Wann scheint endlich wieder die Sonne?" Gehören Sie auch zu Menschen, denen schlechtes Wetter schnell aufs Gemüt schlägt? Keine Sorge, mit diesem Problem sind Sie nicht allein. Für diese wetterbedingten Stimmungsschwankungen gibt es sowohl eine biologische als auch eine psychologische Erklärung.

Aus biologischer Sicht soll ten wir immer bedenken, dass sich unser Körper – basierend auf dem Sonnenlicht

- jeden Tag selbst synchronisiert. Mehr Licht ist immer ein Zeichen dafür, dass ein neuer Tag beginnt. Weniger Licht hat zur Folge, dass sich der Körper auf die Erholungsphase der Nacht vorbereitet. Graue, bewölkte Tage führen also oft dazu, dass wir uns müde, apathisch und lustlos fühlen.

Dazu kommt, dass unsere

Gedanken und unser Verhalten an solchen Tagen oft die-Niedergeschlagenheit noch verstärken. Wir ziehen uns mehr in uns selbst zurück, sind weniger aktiv und konzentrieren uns auf das, was wir heute nicht machen können. Statt zu bemerken, auch Regenwetter durchaus seine Vorteile hat. "Vorteile?", fragen Sie jetzt vielleicht. "Welche sollen das denn bitteschön sein?"

Wenn es draußen regnet, müssen wir nicht das Gefühl haben, draußen irgendwas zu verpassen. Wir können endlich mal in Ruhe ein Buch lesen, einen spannenden Film anschauen, uns einen Tee oder eine heiße Schokolade kochen - oder einfach den Tag im Bett verbringen und

hinträumen. uns Schlechtes Wetter ist ideal, um unsere Akkus wieder so richtig aufzuladen.

"Ich habe aber keine Lust darauf, den ganzen Tag in der Wohnung zu verbringen", sagen Sie nun vielleicht, wenn Sie zu den aktiven Menschen gehören. Doch auch dann gibt es gute Nach-



Evi Wagner

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

Kontakt: redowz@oberpfalzmedien.de richten für Sie: Ein Spaziergang im Regen kann tatsächlich sogar richtig glücklich machen.

Ja, da haben Sie schon richtig gelesen. Denn Regentropfen haben nachweislich nicht nur eine enorm beruhigende Wirkung, Forscher der New Yorker Columbia-Universität fanden außerdem heraus: Bereits ein halbstündiger Regenspaziergang hat den gleichen Effekt wie Antidepressiva. Der Energielevel steigt, wir empfinden pure Lebensfreude.

Also fassen wir doch einfach den Beschluss, uns von schlechtem Wetter nicht mehr die Laune vermiesen zu lassen. Denn wie sagte Schriftsteller John Ruskin einmal so schön: "Sonnenschein ist köstlich, Regen erfrischend, Wind fordert heraus, Schnee macht fröhlich. Im Grunde gibt es kein schlechtes Wetter, nur verschiedene Arten von gutem Wetter." (ewa)



#### **OWZ-STERNSTUNDEN**

1. bis 7. November 2025

(21. 3. bis 20. 4.)

Ein Streit, der Ihnen auf der Seele liegt, lässt sich nun bereinigen. Nutzen Sie die Zeit gut aus. Sie schaffen mehr, als Sie anfangs vermuten.

(21. 4. bis 20. 5.)

Sie dürfen nicht alles glauben, was erzählt wird. Vieles ist nur Gerede und könnte so gut wie gar keinen Wahrheitsgehalt aufweisen.

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

Ihre etwas unkonventionelle Arbeitsmethode dürfte nicht den gewünschten Anklang finden. In der Partnerschaft klappt es dafür umso

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

Bei unterschiedlicher Interessenslage kann schon einmal ein Wort schärfer formuliert werden als gewollt. Sie sollten unbedingt gelassen bleiben.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Sie laufen Gefahr, sich im Ton zu vergreifen, also lieber zurückhalten. Was jüngst noch als problematisch empfunden wurde, verliert an Gewicht.

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

Seien Sie mutig und sprechen Sie Probleme offen an. Sie werden sich wundern, wie schnell sich eine Lösung finden lässt.

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

Sie erkennen die Konkurrenz jetzt besser. Gebrauchen Sie Ihren klaren Verstand. Im Grunde ist alles ganz einfach zu lösen.

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

Die Reaktionen auf Ihre Äußerungen könnten unterschiedlicher nicht sein. Sie scheinen ins Schwarze getroffen zu haben.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Talente kommen jetzt ans Tageslicht. Sie scheinen nun auch viel empfänglicher für tiefgehende Weisheiten zu sein. Vertrauen Sie Ihrem Gefühl.

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

Seien Sie nicht traurig, wenn sich noch nicht der erträumte Weg abzeichnet. Pflegen und genießen Sie Ihre Freundschaften und gehen Sie hinaus.

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

Richten Sie Ihren Blick auf Ihre Stärken, anstatt nur das zu sehen, was Ihnen nicht leicht von der Hand geht. Das stärkt das Selbstwertgefühl.

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

Wenn Sie meinen, dass Sie Kritik üben müssen, dann bitte so, dass sich niemand verletzt fühlt. Das dürfte für Sie aber ein Leichtes sein.

#### **NOTFALLNUMMERN**

Polizei/Notruf Feuerwehr Notarzt/Rettungsdienst Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117

Giftnotruf 089/19240 Zahnärztlicher Notfalldienst 0941/5987923 0941/9440 (Uni)

Telefonseelsorge 0800/1110111 Kinder-/Jugendtelefon 0800/5458668

**Donum Vitae** 0800/0066737 0800/343434 Weißer Ring **Notruf für Eltern** 0800/1110550

Notruf für Frauen und Mädchen (SkF) 09621/22200 Frauenhaus Burglengenfeld 09471/7131

Frauenhaus Weiden

0961/3893170 Frauenhaus Amberg

09621/487272

Kartensperr-Notruf 116116 **ADAC-Pannenhilfe** 0180/2222222 Festnetz:

Handy: **ACE (Autoclub Europa)** Pannenhilfe 0711/530343536

#### OWZ-REDAKTION UND VERTEILUNG

OWZ-Zentralredaktion:

0961/85-480 Fax: 0961/85-555-323 E-Mail:

redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-Verteilung:

0961/85-501 Telefon: Anzeigen-Service: Telefon:

0961/85-502 09621/306-130

#### **KURZ GEMELDET**

#### Session beim **Jazz-Zirkel Weiden**

Weiden. (exb) Beim Jazz-Herbst des Jazz-Zirkels findet traditionell eine Session statt. Am Freitag, 7. November, steht um 20 Uhr das Instrumentarium mit Schlagzeug, Flügel und Soundanlage im Bistrot Paris bereit und wartet auf spielfreudige Musiker. Der Eintritt ist frei.

#### **Workshops im "Haus** der Kräuter" in Nagel

Nagel. (exb) Im "Haus der Kräuter" finden zwei Kurse statt. "Quitte und andere Schätze nach Hildegard von Bingen" heißt es am 8. November von 10 bis 12.30 Uhr. Quitte, Edelkastanie, Mispel, Kornelkirsche und Maulbeer-

baum, in all diesen Früchten stecke viel vergessene Heilkraft mit hochwertigen Nährstoffen. Und was sagt die Mythologie und Hildegard von Bingen zu diesen Schätzen? Wie man die Herbstgeschenke der Natur zu einer kleinen Hausapotheke, Kosmetik und Weihnachtsgeschenke Quitten-Balsamico verarbeiten kann, zeigt die Kursleiterin. Der zweite Kurs findet am 8. November von 13 bis 15 Uhr statt: "Die Kraft steckt in der Wurzel". Die Referentin erklärt, wie die Wurzeln von Alant, Baldrian, Beinwell, Blutwurz, Engelwurz, Karde und noch viele mehr geerntet und verarbeitet werden und wie man daraus Tee, Tinkturen, Heilöl, Salbe, Pulver, Wein und Mischungen zum Räuchern herstellen kann. Die Workshops kosten je 59 Euro, inklusive Material. Anmeldung spätestens drei Tage vor Kursbeginn bei Marie Swakowski, Zertifizierte Kräuterführerin, Telefon 0157/829 893 91 per SMS oder per Emarie.swaan kowski@yahoo.com.

#### Schnitzkurs bei der **VHS Tirschenreuth**

Tirschenreuth. (exb) Schnitzen ist mehr als Handwerk – es ist eine ruhige, meditative und kreative Tätigkeit. In einem neuen Kurs der Volkshochschule lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unter der Leitung von Siegfried Rahner den sicheren Umgang mit kurzen, spitzen Schnitzmessern (z.B. Rosenmesser oder umfunktioniertes Küchenmesser) und gestalten eigene kleine oder größere Holzprojekte. Schritt für Schritt werden Technik, Werkzeugschärfen, Vorbereitung der Rohlinge und der kreative Entwurf vermittelt. Auch die farbliche Gestaltung der fertigen Werke ist möglich. Der Kurs eignet sich für Einsteiger ebenso wie für Fortgeschrittene – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Schnitzkurs beginnt am Freitag, 14. November. Er findet sechsmal von 16 bis 19 Uhr im Krippenzimmer der Krippenfreunde Tirschenreuth e.V. in der St.-Peter-Straße 38 (Ostflügel, 1.OG links) statt. Der Kurs kostet 84 Euro, dazu kommen Materialkosten nach Verbrauch ab 12 Euro. Anmeldung bei der Volkshochschule, Telefon 09631/ 88-205, E-Mail vhs@tirschenreuth.de. Internet: www.vhs-tirschenreuth.de.

#### **IMPRESSUM**



Die Ausgabe OWZ Nord und OWZ Süd erscheint mit einer aktuellen Gesamtauflage von 153.968

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

Zentrale Redaktionsleitung

Kai Gohlke (verantw.) Sandra Schmidt (stelly.) E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de

Technische Gesamtherstellung: Oberpfalz Medien GmbH Weigelstraße 16, 92637 Weider

vöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr

Anzeigenschluss: Mittwoch, 16 Uhr Anzeigenpreise: It. Preisliste Nr. 60 1. Januar 2025

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

Für den Anzeigeninhalt ist der Auftraggebe selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden Anzeigen Keine Häftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Die der Zeit bis Zunf Abdauf des Verlages, das Werk zu gewerblichen Zwecken des Verlages, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugän-gig zu machen und/oder in elektronische oder andere Datenbanken aufzunehmen. Für unverlangt eingesendete Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr.

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

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

foand kosterijoser BVDA





Als Beitrag zum Umweltschut ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt

## **VERANSTALTUNGEN**







WVK: SchlagerTickets.com, Der neue Tag Tel. 0961-85550 Gticket.de & an allen bek. VVK-Stellen www.THOMANN-Management.de | Burgebrach



19.03.2026 AMBERG
AMBERGER CONGRESS CENTRUM // 20:00 UHR
TICKETS: eventim Vorverkaufsstellen, alle örtlichen Vorverkaufsstellen





O1.03.2026 WEIDEN MAX-REGER-HALLE // 20:00 UHR

Zoigl
mit Brotzeiten
Frida 2419 bis Source 96 19 2005

Freitag, 24.10. bis Sonntag, 26.10.2025 1/2 gebackener Karpfen Sonntag: Braten

### **Binnerlind**

92702 Kohlberg, Raiffeisenstraße 1 Tel. 09608/923677 od. 09608/923525 Fr. und Sa. ab 16 Uhr, So. ab 10 Uhr www.zoigl-stubn-kohlberg.de

**ANKAUF/** 

**VERKAUF** 

Alles fürs Kind

Kinderbettstadl, beige/grau, neuwertig,

Bekleidung

Ihre Artikel ietzt mit einem Bild

Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:

anzeigen@oberpfalzmedien.de

He.-Loden-Mantel, Gr. 52, dkl.-grau, echter He.-Leder-Mantel, anthrazit, Gr. 52, He.-Trachtenjacke, Gr. 52, Jungen Winterjacke, Buffalo, Gr. 164/170, Pr. VB. 

□ 09621/1775668

Brennstoffe

Brennholz zu verkaufen. Trocken, 1m

lang, gespalten 60€ je Ster. 33cm lang 75€ je Ster. Tel. 09637-215 von 12.30Uhr bis 13.30Uhr oder ab 18Uhr

Ofenfertiges Brennholz, Kiefer, Fichte, 40 cm gespalten, in 1m³ Bigpacks, trocken, Selbstabholung 60,- €, mit Lie-

ferung 70,- €. **□ 0151/65067960** 

hervorheben! Bildpreis nur 10,50 €\*

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

1,40 m x 0,70m/0,75 m, neue Matratze, zu verkaufen. ☎ 0171/7838062 Unsere Magazine für Sie. onetz.de/magazine

## Einrichtung/Haushalt



Küche von Nolte: 4 Jahre alt und wegen Umzug zu verkaufen. Front: 3 m x 0,60 m, Insel: 2,40 x 1,00 m, kann ab sofort abgegeben werden, Selbstabbau! VB 6.200,-€ Mobil 01708123780



Wohnzimmergarnitur Modulmaster Garnitur, Bezug Saddle silber, 254x202 cm, Federkern mit Hocker u. Alu-Glastisch, 75x75 cm, Top Zustand, VB: 450,00 Euro. ☎ 09681/3166



Esstischgarnitur, Tisch Eiche hell NB, ausziehbar, 130 (180)x90x75 cm, 6 Stühle Bergen-VK, Stoff schwarzmeliert, Gestell Edelstahl flach, Top Zustand, VB: 400,00 Euro, \$\pi\$09681/3166

Neuwertiges Jugendbett, helles Holz mit Nachtkästchen, 1,80x2 m, inkl. Lattenrost und Matratze, sehr gut erhalten, bei Selbstabh. AM 140,-€ ☎ 09621/63362 oder 0176/61410181

Alles mögliche für Haus und Garten, Möbel, Geschirr, Hausrat vieles zu verschenken. Am 25.10.2025 Verkauf und Abholung ab 9.00 Uhr, Etzenrichter Str. 21, 92637 Weiden

"Schillig" Couchgarnitur, Leder, 3-Sitzer, 2-Sitzer und 1-Sitzer zu verkaufen, €150,- €☎ 0160/7213821

#### Gartengeräte/-bedarf



Hochbeet zu verkaufen ca.150 Euro. 
© 0160/92408273

#### Vor

Heimwerkergeräte

#### Kaufgesuche

Suche Modelleisenbahn und altes Spielzeug Sammlung Anlage alle Spurgrößen alt, neu Auch Bausätze Rennbahn Dampfmaschinen Modellautos Panzer Soldaten Cowboys Ritter Indianer auch Lego und Playmobil-Tel.09634/2008

Historiker sucht: Fotos, Fotoalben, Wehrpässe, Soldbücher, Orden, militärische Nachlässe, Uniformen aus dem I. und II. Weltkrieg. Tel.: 0160/ 97810053

#### **Kaufe Metalle**

Kupfer, Messing, Aluminium, usw. Fa. Üblacker, Flossenbürg, ☎ 09603/462, auch samstags 9–13 Uhr geöffnet

Suche Holzkreissäge, Blatt 70 cm, evtl. m. Motor und Benzin-Rasenmäher, 50 cm breit. ☎ 09651/2532

Suche privat Geschirr von Hutschenreuther oder Rosenthal. ☎ 0177/2721821

Suche gut erh. Gefriertruhe, 120 cm breit. 20 0176/96361466

Hochwert. **Handtaschen** u. **Reisekoffer** gesucht. **2** 0157 86951950.

#### Musikinstrumente

#### Smartphones/Handys

Neues Samsung Galaxy S25 FE, aus Vertrag in dunkelblau, f. 550,- € in AM zu verkaufen, Garantie vorhanden. 11/59975352

#### Schmuck/Uhren

Bringen Sie Farbe ins Spiel!
Farbiger Hintergrund für
nur 7,50 €\*
Einfach telefonisch oder schriftlich unter
0961/85-502
anzeigen@oberpfalzmedien.de

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

#### **Tickets**



Bilder sagen mehr als Worte! Ein Bild für nur 10,50 €\* Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an: anzeigen@oberpfalzmedien.de

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

Verkaufe 2 Eintrittskarten f. Amigos, ACC Amberg, 31.10.25, 16 Uhr, R 4. <sup>©</sup> 0171/7564470

#### Verkäufe

2/Bajonette m. Scheide 150,- €,
100 x Feldpost (2.Weltkrieg) 50,- €,
Märklin Lokom. m. Schachtel 80,- €,
Kirmes Lokom. Märklin m. SchaustellerAnhänger m. Schachtel 40,- €, PIKO
Diesellok 30,- €, Lokom. m. Tenter 20,€, Geldscheine 85 St. (1922) 50,- €, 25
Schachteln Tabak Zigarren + Zigaretten
50,- €. ☎ 0151/72537990

Hahn in Ruh¹ Vollausstattung für Beobachtung und Schuss Jahnke DJ8 1x25, Sort. 1, LK2 mit Datenblatt. Jahnke Vorsatz Objektiv 4x60. Laserluchs LA850-50-pro-II Festmontage an ZF. Schaftverlängerung alles unbenutzt in Bereitschaftstasche Preis VB. 

101621846533

Ölbilder Abverkauf 50% - 70% Nachlass verstorbener Maler Fritz Fischer. Große Kappl, Basilika Waldsassen, Landschaftsbilder, Stilleben, Stadt Tirschenreuth und Aquarelle, versch. Formate, 50 €/70 €/90 €, VB. ☎ 01739453261

Herrenkleidung, teilweise neu, sehr günstig: Hemden, Langarm, Gr. 40, Hemden Kurzarm, Gr. 40, Lederjacken, Freizeitjacken, Sackos, Hosen, Pullis, alle Gr. 48-50. ☎ 09621/71620

Biete 2-m-Stangen PE-Rohrisolierungen in grau, 27 Stück, insges. 54 m, Ø 22 x 25 mm, 10 Stück, insges. 20 m, Ø 28 x 25 mm., VK-Preis Euro 50,-. © 0152/33667804

Trachtenbekleidung Herren gepflegt Größe 58 – 62, Lederware Hosen, Jacken, Hemden, etc. ☎ 0157 788 178 64



#### Flusskreuzfahrt auf dem Rhein intensiv – Rheinromantik im Herzen Europas

Freuen Sie sich auf eine unvergessliche 11-tägige Entdeckungsreise entlang des Rheins. Von der lebendigen Kultur und charmanten Städten bis hin zu den bekannten Weinregionen im Mittelrheintal und malerischen Landschaften des Elsass.

#### Ihre Inklusivleistungen

- An- und Abreise im komfortablen
   Reisebus ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 10 Übernachtungen inkl. Vollpension an Bord des komfortablen Superior Schiffs
- MS GLORIA

   Gala Dinner mit festlichem Menü
- inkludierte Landausflüge: Koblenz mit allen Sinnen | Speyer entdecken | Zeitreise in Straßburg | Colmar | Köln uvm.





Ihr Reisetermin 11.05. – 21.05.2026

Reisepreis p. P. in Zweibettkabine ab <del>2.489</del> ab **2.389 €** 



## Frühlingserwachen auf Mallorca 26.02. – 05.03.2026

#### Ihre Reisehighlights

- Flug ab München nach Palma de Mallorca und zurück
- 7 Übernachtungen inkl. Halbpension im 4-Sterne-Hotel El Cid
- Ganztagesausflüge Valdemossa, Südwestküste uvm.

Buchbar bis 17.12.2025



#### 5. November 2025

ab 17.30 Uhr (Einlass 17 Uhr)

Verlagsgebäude Neuer Tag in Weiden



Infos und Buchung: **0961 – 85 298** (Mo. bis Fr. 8 – 17 Uhr) www.leserreisen-onetz.de | leserreisen-onetz@m-tours.de

Die M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Puricellistraße 32, 93049 Regensburg tritt als Veranstalter auf. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. Vorteilscard-Rabatt C Frühbucherrabatt

Bildnachweise: v.l.n.r.: © Scylla AG, © Dominik Ketz, © DaLiu/Shutterstock.com, © Circumnavigation/Shutterstock.com







#### Verkäufe

Massageliege zu verschenken 

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

**Verkaufe verzinkte Gitter- Faltboxen,** L 1000 x B 800 x H 850, Stck. 110,-€. **☎** 0170/3160956

Kaffee- und Speiseservice für 12 Personen "Arzberg", weiß mit braunem Rand, zu verk. ☎ 09682/1210

2-Spänner-Pferdekutsche (auch zur Personenbeförde zu verkaufen. ☎ 09655/786

Rosenthal Gläser, Karaffen, div. Schall-

Haushaltsauflösung in Weiden Bei Interesse Terminvergabe unter: **☎** 0151/17965679 od. 0151/28562325

Schöne Birnen Quitten zu verkaufen.

Ca. 1000 m³ gebrochener Aushub in III-

Kaufe ungespritze Winteräpfel.



#### Verschiedenes

agdessen 2025 Hohenkemnath Gaststätte Erlhof Erras Erlheim 30.10.2025 19:00 Gruss Jagdpächter:

#### Dienstleistungen

Gelernter Maler erledigt ihre Maler- und Lackierarbeiten, sowie kleinere Verputzarbeiten. Telefon 0170 | 8191245

SATIN - Sandstrahlungen aller Art, vom Auto bis Zaun. ☎ 0961/61156

## Handwerker

Bauunternehmen, Meisterbetrieb, übernimmt Neubau-, Umbau-, Renovierungs-, Maler-, Fliesenleger- u. Bodenbelagsarbeiten, auch kleine Aufträge, ach exciscione in a 0.151/67.0040.27 



Haustiere

Zwei junge Hunde suchen jeweils ein

**Zuhause** 1-jähr. kleiner Rüde Brigo u. 1-jährige mittelgroße Mischlingshündin

Lotte; kinderl., katzenverträgl; kastr; stu-benr; bei Regensb; ☎ 0151/56912149

Nutricia Nutilis Powder Dickungsmittel





Nina, 3jährige Mixhündin Nina ist eine kleine, unkomplizierte Hündin. Gerne darf sie auf ihrer PS in WEN besucht werden, 490,-€. ☎ 0177 4931492

## **SENIOREN**

#### Seniorenbedarf

für Speisen u. Getränke Restbestand 670g Dose a´10€ Tel: 09631 5487







### **HOCHZEITSPLANER**

# Wenn zwei sich trauen

Worauf es bei der Hochzeitsplanung wirklich ankommt



Der Hochzeitstag will gut geplant sein.

Bild: Serhii

stock.adobe.com

ie Hochzeit ist für viele im Voraus ausgebucht. Wer sich ältere Gäste oder Spielangebote Rolle. Viele Paare entscheiden Paare ein ganz besonde- rechtzeitig kümmert, hat nicht für Kinder? Ein durchdachter sich bewusst für eine Feier in ih-

voller Emotionen, Begegnungen und Erinnerungen. Doch bevor das Ja-Wort gesprochen Budget und Prioritäten wird, steht eine Phase der Plaben lang nachklingt.

#### Früh anfangen, klar bleiben

Der erste Schritt ist oft der werden, wie viele Gäste sollen eingeladen werden, und in welchem Stil soll die Hochzeit stattfinden? Ob klassisch-elegant, rustikal-ländlich oder modern und minimalistisch – die Entscheidung für ein Konzept hilft, Eine Hochzeit ist auch ein Fest Regionale Verbundenheit den roten Faden zu finden. Da- für Familie und Freunde. Des- als Stärke bei lohnt es sich, frühzeitig mit halb lohnt es sich, bei der Plaund Musiker sind oft Monate ze, Rückzugsmöglichkeiten für matverbundenheit eine große Liebe getroffen werden. (exb/tt)

auch weniger Stress.

onstalent, sondern auch Finger- das Budget. Hochzeiten können spitzengefühl verlangt. Denn ei- schnell teuer werden - vor alne gelungene Hochzeitsfeier ist lem, wenn man sich von Pinte- Emotionen statt weit mehr als ein schönes Fest: rest-Ideen und Hochglanzmaga-Sie ist Ausdruck der Persönlich- zinen inspirieren lässt. Deshalb keit des Paares und ein Mo- ist es wichtig, Prioritäten zu set- Bei aller Planung sollte eines ment, der im besten Fall ein Le- zen: Was ist dem Paar wirklich nicht verloren gehen: die Emotischwierigste: Wo soll gefeiert die nicht nur Kosten sparen, Tag oft erst richtig lebendig. Prozess. Sie fordert Kommuni-Note einbringen.

#### Die Gäste im Blick behalten

rer Meilenstein – ein Tag nur mehr Auswahl, sondern Ablauf, kleine Aufmerksamkei- rer Heimatgemeinde, mit regioke oder persönliche Platzkarten len Bräuchen und vertrauten und eine gute Mischung aus Orten. Programmpunkten und Freinung, die nicht nur Organisati- Ein weiterer zentraler Punkt ist raum sorgen dafür, dass sich al- Ob ein Sektempfang vor der le wohlfühlen.

#### Perfektion

wichtig? Ist es das exklusive on. Der Moment, in dem sich Menü, die Liveband oder die zwei Menschen das Ja-Wort ge- Gemeinsam planen, Dekoration? Viele Paare ent- ben, ist einzigartig – und lebt **gemeinsam feiern** scheiden sich heute bewusst für nicht von Perfektion, sondern regionale Anbieter, nachhaltige von Echtheit. Kleine Pannen ge-Konzepte oder DIY-Elemente, hören dazu und machen den nung auch ein gemeinsamer sondern auch eine persönliche Wer sich nicht in Details verliert, kation, Kompromissbereitschaft sondern den Blick auf das We- und manchmal auch Geduld. sentliche richtet, erlebt eine Hochzeit, die berührt und ver- Doch gerade darin liegt eine

ten wie Willkommensgeschen- nalen Spezialitäten, traditionel-

Dorfkirche, ein Fest im Gasthaus um die Ecke oder eine freie Trauung im eigenen Garten - die Nähe zur Heimat schafft eine besondere Atmosphäre, die Gäste und Gastgeber gleichermaßen berührt.

Am Ende ist die Hochzeitspla-

große Chance: Wer gemeinsam plant, wächst zusammen – und legt den Grundstein für ein gemeinsames Leben, das nicht nur aus großen Momenten beder Planung zu beginnen. Be- nung auch an die Gäste zu den- Gerade in ländlichen Regionen steht, sondern auch aus vielen liebte Locations, Fotografen ken: Gibt es genügend Sitzplät- wie der Oberpfalz spielt die Hei- kleinen Entscheidungen, die mit









www.forsterhof-konnersreuth.de

### Wohnen & Leben



#### Nutzen Sie unsere Erfolgskombination für private Immobilien-Kleinanzeigen:

- ✓ Tageszeitung (Mittwoch + Samstag in der Gesamtausgabe)
- ✓ Oberpfälzer Wochenzeitung OWZ
- ✓ Internet (2 Wochen lang online unter www.immo.onetz.de)

**Oberpfalz Medien GmbH** 

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



Immobilienkaut

2-Zi.-Eigentumswhg.

Suche in Waldsassen 2 Zi.-Appartement zu kaufen, ca. 40 m², EG oder 1. Etage mit Süd-Balkon. Zuschr. Nr. W48988A an Der neue Tag, Postf.

Immobilienkauf

Grundstück Mariahilfberg Heimatver-

bundene Ambergerin sucht Baugrund-stück auf dem Mariahilfberg. Zuschr. Nr. AZ48968Z an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre

Vermietungen

1-2-Familien-Häuser

EFH in Bad Neualbenreuth zu vermie

Stellplatz.

nreuthhome@gmail.com

ten, 144qm, 6 Zimmer, Einbauküche, ideal für Familien, A+, großer Garten, ruhige Lage, Doppelgarage, Balkon. Separat zu vermieten: ELW 40qm, Terras-

Verm. möbl. älteres EFH, 80 m² Wfl., Wohnzi. mit Eßecke (EBK), Schlafzi., Ki.-Zi., Du./WC, extr. WC, Balk., Garten,

Keller, Stellpl., nur Holz-/Kohleheizung

SAD, 690, + NK. Zuschr. Nr. AZ49012A an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201

**5** 09638/9399651

Weiden

Grundstücke

92603

onetz.de/chiffre

#### **Immobilienverkau**t Immobilienverkauf

#### www.ofen-goetz.de

#### Immobilienverkau<sup>1</sup> 1-2-Familien-Häuser

Wunderschönes gepflegtes EFH B 1957 (2003 renoviert) in ruhiger Orts-randlage von Su-Ro mit sehr guten öf-Verkehrsanbindungen Wohnfläche 180m² (7 Zimmer, 2 Bäder, Gäste WC.) Doppelgarage mit Carport, Grdst. 635 m² Exposé auf Anfrage.

Familienfreundliches Reihenmittelhaus in Vilseck-Schlicht: Baujahr 1987 gepflegter Zustand, 127 qm Wohnfläche auf drei Etagen, 4 Zimmer, Küche, 2mal Bad, zus. Toilette, kleiner Garten, Kfz-Stellplatz- Tel. 09662 - 1274

### **Immobilienkau** Immobilienankauf

Suchen freie Eigentumswohnungen zum Kauf – gerne auch renovie-rungsbedürftig. Wir garantieren eine schnelle & unkomplizierte Abwicklung, keine Makler – privat von privat. Wenn Sie überlegen zu verkaufen oder jemanden kennen, der seine Wohnung abgeben möchte, freuen wir uns über Ihre 

SUCHE ETW od. MFH in WEN/AM/TIR. 

### **Immobilienkauf** 1-2-Familien-Häuser

Familie sucht Haus zum Kauf Ab 100m² mit Garten, kein Neubau, entwe-der saniert oder sanierungsbedürftig. Tel 015172500870

Vorteile nutzen, besser einkaufen!





### **Vorteilscard**

Obernfalz Medien GmbH 0961/85-501

leserservice@oberpfalzmedien.de



#### Vermietungen 2-Zi.-Wohnungen

Kü.-Bruck: Sonnige, neuw., 2-Zi.-Whg., DG (Maisonette), m. gr. Blk., ZH (Erdgas 114 kWh), ca. 68 m², Wohn-/ Esszi., Kü. m. neuer EBK, Bad, Abstellr., Diele, Schlafzi, im Spitzboden, KM 590.-€ + 170,- € NK. ☎ 0152/33328557

Vohenstrauß: 2-3 Zi.-Mansarden-Whg., Küche, Bad, 57-68 m², KM: 290 €, ab sofort. Zuschr. Nr. W48935Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

3 Zi, DG, 1. Stock, Küche, Bad, ca.70 m<sup>2</sup> warm 650,-€, Garage, Gartenanteil, keine Haustiere **Raum Hahnbach,** ab sofort. **2** 09664-679

Suche 2 ZKB in Amberg oder nähere Umgebung, gerne Balkon od. Terrasse, gesichertes Einkommen vorhanden, ca. 50-60 m², NR. 20176/24226003

Eschenbach: Sehr schöne helle 2-Zimmer-Wohnung, mit EBK, 1. OG, Südbalkon. ☎ 09645/921918

#### Vermietungen 3-Zi.-Wohnungen

Verm. barrierefreie 3-Zi.-Whg. mit Ter rasse und Garten inkl. Garage in Wackersdorf, 81 m², KM inkl. Garage 870 €, NK 160 €, Kaution 3 MM, für eine Besichtigung muss ein gültiger Arbeitsver-trag mit Einkommensnachweis bzw. Rentenbescheid vorgelegt werden, ab 1.11. frei. ☎ 0170 583 73 33

Charmante EG-Wohnung in Am/Eisberg-Viertel für nette Singel oder Pär-chen ab 50; ca. 60qm, 3Z plus WK; € 580 KM, EA vorh.; keine Tiere, NR Zuschr. Nr. AZ49006A an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder Postf. 1340, 92603 Weiden onetz.de/chiffre

Whg. in AM, Raigeringer Höhe, 85 m², 3 ZKB (EBK), an alleinsteh. Person, 1. Stock, möbliert, 700,- € + NK, zu verm. 

→ 09621/14162 AB od. **☎** 0171/3855988

AM/Dreifaltigk.: 3-Zi.-Whg., 54 m², Kü., Flur, Bad mit Wanne, Balk., Speicher und Kellerabteil, kleiner Kaminofen, Stellplatz, gute Infrastruktur, ab 1.2.26, 560,- kalt, ca. 50,- NK. ☎ 0170/2994569

Schmidmühlen: 3 Zimmer, EBK, Bad, extra WC, Diele, 100 m², gr. Balkon, 1. OG, NR, keine Haustiere, Stellplatz, KM 480 € + NK + 1 MM Kaution, 

AM/Zentrum: große 3-Zimmer-Wohnung, neu renoviert, Balkon, Kellerab-

Weiden: 3-Zi.-Whg., mit Balkon, ca. 80 m², ab Febr. 2026 od. evtl. früher zu verm., EBK, Dachkammer, Keller, Dachbodenanteil, Garage im Mietpreis enth., KM 690,- €. fuchsu@aol.com

3-Zimmer EG-Wohnung, 86 m<sup>2</sup>, sonnige Lage, Poppenricht, mit Balkon und Stellplatz ab sofort zu vermieten, neu renoviert, teilmöbliert, KM 950 €

Waidhaus: 3 Zi.-Wohnung, 80 m<sup>2</sup>, DG, 

**Whg. in Hahnbach** zu verm., 1. OG, 98 m² m. Wi.-G. u. 20 m² Balkon, 850.- € + NK. ☎ 0172/9303537

## Vermietungen

4-Zi.-Wohnungen u. größer

- vord. Rehbühl: Vermiete **75qm Wohnung,** 2. Stock, mit Balkon, monatl. 495,- € einschl. NK. Zuschr. Nr. W48986A an Der neue Tag, Postf. 92603 Weiden onetz.de/chiffre

**Schöne Wohnung,** 86 m², in Speinshart zu vermieten, KM VB 750,- €. zu vermieten,

#### Vermietungen Garagen/Stellplätze

Carport in Schwarzenbach zu vermie**ten,** Hauptstr. 2. Länge 5,60m, Breite 4,80 m, Höhe 2,50m ≈ 09644 689494

#### Mietgesuche Mietgesuche

Soldatin sucht 2-3 Zi-Wohnung Ich bin 29 Jahre, Offizierin und in KBR stationiert. Schön wäre eine mind. 60-80qm Wohnung mit EBK, Bad m. Fenster + Dusche, Balkon/Terrasse, WM bis 700,- WICHTIG: Hund erlaubt. \$\pi\$ 015203006033

Whg. gesucht! Berufst. Physio/Reha-Trainer (NR, keine Tiere) sucht ruhige 2-3 Zi.-Whg. in Amberg oder Umgebung bis 7km. Solvent, zuverlässig. **☎** 017653578899

#### Mietgesuche App./1-Zi.-Wohnungen

Suche dringend kleines möbliertes **Zimmer** in Waidhaus, warm bis zu 450 €/Monat. Zuschr. Nr. W49004Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden

oder onetz.de/chiffre

#### Mietgesuche 3-Zi.-Wohnungen

3 Zimmerwohnung am Rehbühl ge-sucht Wir, dass sind mein Sohn, ich und unsere liebe, kleine Hündin (Bichon Frisé) suchen eine gemütliche 3-Zim-mer-Wohnung am Rehbühl – mit Balkon im Erdgeschoss oder 1. Stock. Wir wünschen uns ein schönes, langfristiges Zu-

Rentner Nichtraucher, keine Haustiere,

Wohnungssuche-Rehbuel@gmx.de

### Verpachtungen Pachtgesuche

Verpachtungen/Pachtgesuche

Verpachtung Acker+Wiesen á 5 ha in Brünst. Angebot an Chiffre. Zuschr. Nr. W48969A an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Schöner Weiher 4400m² Wasserfläche südl. v. W-ESB an zuverlässige Person zu verpachten. ☎ 09681 1340



## **ZUM EHRENTAG FÜR** OMA UND OPA!

Am Mittwoch, 12. November 2025 ehren wir unsere Omas und Opas!

Ob ein persönlicher Gruß oder ein Dankeschön – lassen Sie Ihre Botschaft in Form einer Anzeige glänzen!

Oberpfalz Medien GmbH

Telefon: 0961/85-502

E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de



# mmo.onetz.de

die Spezialisten für Immobilien in der Oberpfalz



Das große Immobilienangebot



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



**Sparkasse Amberg-Sulzbach** 

Marienstraße 10 92224 Ambero Telefon 09621/3 00 24 33 E-Mail: immobilien@sparkasse-amberg-

sulzbach.de www.sparkasse-amberg-sulzbach.de



**Sparkasse Oberpfalz** Nord **Immobilienteam** 

Herr Braun, Herr Kestel Sparkassenplatz 1, 92637 Weiden Telefon 0961/83-205

immobilienabteilung@sparkasse-

oberpfalz-nord.de Web: www.sparkasseoberpfalz-nord.de/immobilien



ImmoCenter | **FinanzCenter GmbH** 

Schloßgraben 8 92224 Ambera Telefon 09621 78772 44 Telefax 09621 78772 49

E-Mail info@immocenter.de Web www.immocenter.de Mitglied im Immobilienverband Deutschland IVD



Hannelore Sommer 92637 Weiden Liebigstraße 5

Telefon +49 961 39 161 990 +49 961 39 161 997 www.SOMMER-Immobilien.eu

**SOMMER Immobilien** 



GREGOR

**IMMOBILIEN** 

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



Werden auch Sie Partner von immo.onetz.de und profitieren Sie von den Vorteilen! Mehr Infos auf www.immo.onetz.de oder bei Oberpfalz Medien GmbH unter Telefon 0961/85 481.

#### | Lebensfreude | Entdecken | | Erleben | Kunstgenuss

Zum 9. Mal steiat die Winterszeit Schloss Eyrichshof (6. - 9. November 2025)

Ein magischer, inspirierender Wintermarkt mit über 130 ausgesuchten Ausstellern, Fire & Light Show, Live-Musik, erstklassigen Künstlern, Klassischen Konzerten, viel Kinderprogramm und hochwertiger Gastronomie. Jeder Besucher ist eingeladen, in eine wunderschöne Winterwelt einzutauchen, die - spätestens mit Einbruch der Dunkelheit -"magisch" wird.

Alle Informationen und Tickets online.





# Hilfetelefon "Gewalt gegen Frauen"

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





#### TRAPEZBLECHE

direkt ab Werk - sofort verfügbar oder über uns verbundene Händler

schnell - aünstia - fair

11 verschiedene Trapezprofile

· Lieferservice & Maßanfertigung Sandwichpaneele, Kantteile Zahnbleche & Befestigungszubehör zu fairen Preisen großes Abhollager

Feilmeier AG Trapezblechwerke Bayern - Thüringen

Tel: 09932/4008-0 Fax: -50 info@feilmeier.com www.feilmeier.com

#### Bekanntmachungen



vom 25.10.2025 Liebe Kinder! Der Allmächtige

Monatliche Botschaft

hat mich in Seiner Güte euch ge geben, um euch auf den Weg des Friedens zu führen. Viele haben geantwortet und beten, aber viele Geschöpfe haben keinen Frieden und haben den Gott der Liebe nicht kennengelernt. Deshalb, meine lieben Kinder, betet und bildet Gebetsgruppen damit ihr euch zum Guten anregt Ich bin bei euch und bete für eure Bekehrung. Danke, dass ihr meinem Ruf gefolgt seid! (Mit kirchlicher Erlaubnis)

Info: www.medjugorje.de

#### Viel mehr als ein Stück Papier

Gutes tun mit







BMW iX1 eDrive20 Neuwagen mit Automatik, Navigation, Rückfahrkamera uvm.

Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH (27 Monate/5.000 km p.a.):

1.477.36 FUR Anschaffungspreis: 37.227,54 EUR Leasingsonderzahlung: 9.550,36 EUR **27 mtl. Leasingraten à: 299,00 EUR** Gesamtpreis:

Angaben zu WLTP Energieverbrauch & WLTP CO<sub>2</sub>-Emissionen:

Energieverbrauch kombiniert: 15,5 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO2-Klasse: A; WLTP Elektrische Reichweite (EAER): 473 km, Leistung: 150 kW (204 PS)

Leidenschaft beginnt mit Lell

Schwandorf | J. B. Lell e.K., Industriestraße 18+20 Kümmersbruck J. B. Lell GmbH & Co. KG, Vilstalstraße 25-29 Weiden J. B. Lell GmbH & Co. KG, Zur Centralwerkstätte 5 Wunsiedel | J. B. Lell GmbH, Luisenburgstr. 45



Unverbindliches Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH, Lilienthalallee 26, 80939 München. Gültig bei Kauf und Zulassung bis 31.12.2025, solange der Vorrat reicht. Zzgl. Fracht i.H.w. 1.090,00 EUR. Preise inkl. MwSt. Ist der Leasingnehmer Verbraucher, besteht ein gesetzliches Widerrufsrecht. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung, für das Fahrzeug eine Vollkoskoversicherung obzuschließen. Abb. zeigt Sonderausstattung. Druzkfehler, Irtümer und Änderungen vorbehalten. [Die Informationen zum Energieverbrauch erfolgen gemöß der Pkw-Energieverbrauchskennzeichnungsverordnung (Pkw-EnVKV). Die angegebenen Werte wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren WLTP (Worldwide harmonised Light-duty vehicles Test Procedures) ermittelt. Weitere Informationen zum Messverfahren finden Sie unter www. bmw.de/witp [ Die My BMW App ist mit allen BMW Fahrzeugen ab dem Modelljühr 2014 kompatibel. Voraussetzungen sind die Ausstattung ConnectedDrive Services und ein passendes Smartphone. Die Verfügbarkeit und die Funktionen der My BMW App sind marktabhängig.

## **PARTNER & FREIZEIT**

Jetzt auch im Internet: www.onetz.de/anzeigen



#### Seriöse Partnervermittlung

## Den Partner fürs Leben finden

Reinhold Lang vermittelt Akademiker genauso erfolgreich wie Arbeiter

Seit über 4 Jahren war der Diplomingenieur Wolfgang (Name geändert) nach der Scheidung von seiner Frau allein, ohne feste Partnerin. Mit dem Wunsch, daran etwas zu ändern, wandte er sich an Fortuna-Lang Partnervermittlung in Weiden.

Es kommt zu einem ersten Gespräch, zu einer Partner-Analyse. "Ich muss die Vorgeschichte kennen", so 39 Jahre erfolgreich im Dienste der zudem Interessen, Partnervorstellungen, Beruf usw. Es



der Inhaber Reinhold Lang, Kunden: Reinhold Lang, Fortuna Partnervermittlung. Bild: exb

Lang. Vielmehr zählen inne- ersten Kontakte hergestellt. net: www.pv-fortuna.de

Netter Mann Ende 50, sucht eine liebe.

Gleich mehrere Damen wollen Wolfgang kennenlernen. Sie verabredeten sich telefonisch. Eine davon ist ein

Damit zeigt sich: Reinhold Lang ist mit seiner 39-jährigen Erfahrung die richtige Adresse für Partnersuchende. Seit 1986 eine Adresse auf die Verlass ist.

#### Fortuna-Lang Partnervermittlung

Schabnerstraße 36, Weiden Tel. 0961/5320, täglich von kommt nicht darauf an, ob re Werte. Erst nach umfang- 9.00 bis 20.00 Uhr (auch der Partner reich ist, weiß reichen Analysen werden die Samstag und Sonntag), Inter-

#### Freundschaften

Witwe 77 Jahre sucht Freundin, im Milwe // Janre sucht Freundin, im Raum Amberg und Umgebung, die Zeit und Lust hat für gemeinsame Unternehmungen, kleine Reisen, Kino, Theater. Zuschr. Nr. AZ49000Z an Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre

#### Affäre

Er, 59 Jahre, NR/NT, sportlich, durchtrainiert, sucht Freundin, von 45 - 70 Jah-ren, für alles was Spaß macht, zum Reden. Kaffee trinken, usw., Raum NEW, TIR, WEN. = 0151/50840844

#### Er sucht Sie

Heben Sie Ihre Anzeige hervor! Roter Rahmen für nur 7,50 €\* unter: 0961/ 85-502 anzeigen@oberpfalzmedien.de

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

**Lieben - leben - lachen - Er 45 J.**Familienmensch, unkompliziert, spontan, liebevoll, zärtlich, romantisch, Kinder und Tier lieb, Naturverbunden, suche dich auch m. Kind/ern gerne auch Bäuerin. Bin gern in Natur und Garten würde mich freuen, von dir zu hören. Vielleicht bis bald. 🕏 0151/74309117

gebundene Frau Mitte/Ende zwanzig möchte auch in einer liebevollen Beziehung ankommen und sich eine gemeinsame Zukunft mit späterer Familienplanung auf dem Land aufbauen? Ich freu mich auf Deine Nachricht: Fraumfrau-gemeinsame-Zukunft@web.de

Er, 59 J., 1,80 m, junggeblieben, schlank, schlanke Sie, bis 55 Jahre, für eine feste Beziehung. Zuschr. Nr. W48984Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz de/chiffre

## reife, unkomplizierte Frau für erotische Beziehung ohne großen Stress und ge-meinsame Freizeit. ☎ 015757930812 Sie sucht Ihn

Natürliche Sie, 62 J., 1,70 m, schlank, gepflegt, humorvoll, vielseitig interessiert (Natur, Reisen, Kultur), su. netten Herrn (62 - 70 J.) mit Herz u. Niveau für gemeinsame Freizeitgestaltung und Aufbau einer festen Partnerschaft. Ich freue mich auf Deine Nachricht. Zu-schriften Nr. W48962A an Der Neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

**Ulrike, 78 Jahre jung,** hier aus d. Gegend, bin eine einfache, ruhige, herzensgute Frau, ich koche für mein Leben gern und mag Ausflüge mit meinem Auto, gemütliche Fernsehabende. Da ich verwitwet bin, suche ich pv einen aufrichtigen Mann, bei getrenntem oder zusammen Wohnen. Sie erreichen mich □ 0157 - 75069425

Marlene, 69 J., 1,58 groß, eine wunder-schöne Frau mit Herz, Verstand u. Hu-mor, aber leider ganz alleine. Nach der Trauerzeit möchte ich jetzt die schlimme Einsamkeit beenden. Welcher liebevolle Mann, gerne auch älter, wünscht sich eine treue, fürsorgliche Frau? Darf ich auf Ihren Anruf hoffen pv 

0151 – 62913879

Ich bin Monika 66J., verwitwet mit schöner Figur und gepflegtem Haaren. Bin sehr hilfsbereite, fürsorgliche und vor allem humorvoll. Ich koche leidenschaft-lich gerne und liebe es zu Grillen im Gar-ten oder auf der Terrasse. Freue mich schon sehr auf ein Treffen mit Dir, melde Dich bitte gleich. ü.Pv Anruf 01607689211

Bin 62, 1,67 groß, hab das Alleinsein satt, seit 2 J. verwitwet, drum such ich einen Mann der das Gleiche hinter sich hat, es Alter stimmen. Augenh handwerkl., ehrl., lustig, humorvoll, aus dem Raum TIR. Zuschr. Nr. W48998Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre Zärtliche Gina 39 mit zierl, sportl schlanker Figur und langem blondem Haar. Bin eine humorvolle, lebensfrohe Frau mit Herz und Verstand. Fühle mich sehr einsam und würde mich sehr freu-en einen liebevollen Herrn für eine harmonische Beziehung kennenzulerner Bitte melde Dich VMA ? 01607998576

Sie 80, aber junggebliebene, sucht netten Ihn für gemeinsame Freizeitgestaltung bzw. Lebensweg. Würde mich über nette, ernstgemeinte Zuschriften freu-en. Zuschr. Nr. W48983Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Attrakt. Sonja 62 J., liebevoll, mit gutem Charakter, liebe die Natur, koche gern Hausmannskost, bin häuslich, harmonisch und sehne mich nach einem lie-ben Mann ü.pv für ein gemeinsames Glück. Bist Du auch alleine? **Bitte ruf** an 0151-61600951 o. SMS

Hübsche Akademikerin Marie 52 J. mit strahlendem Lächeln, schlanker Fi-gur vielleicht etwas zu vollbusig. Sehne mich nach einer knisternden & festen Partnerschaft voller vertrauen. Liebe und Verständnis. Bitte melde Dich ü.Pv Anruf: **015127186363** 

#### Modelle

Mass auch Feiertag da ☎ 0152/23016907



oberpfalz(

## Wir sind für Sie da!

# Unsere Öffnungszeiten Geschäftsstelle Weiden

#### für den Anzeigen- und Ticketschalter:

Montag bis Donnerstag Freitag

8.00 bis 16.30 Uhr 8.00 bis 14.00 Uhr

Online-Anzeigenannahme: www.onetz.de

Oberpfalz Medien GmbH

Weigelstraße 16 · 92637 Weiden Anzeigen-Service 0961/85-502 Ticketservice 0961/85-550



- Anzeige -

# Karrierechance: cbs und leogistics bauen Logistik-Beratung weiter aus

In der Oberpfalz entsteht ein neues SAP EWM Support-Team, das Kunden europaweit betreuen wird

ie Digitalisierung der Logistik schreitet unaufhaltsam voran - und mit ihr wächst der Bedarf an kompetenter Beratung und zuverlässigem Support. Die Unternehmen cbs Corporate Business Solutions und leogistics GmbH, beide führend in der SAP-Beratung, setzen nun gemeinsam ein starkes Zeichen: In der Oberpfalz entsteht ein neues SAP EWM Support-Team, das Kunden europaweit betreuen wird - flexibel, remote und mit einem klaren Fokus auf Qualität und Menschlichkeit. "Wir bauen ein Team auf, das nicht nur fachlich überzeugt, sondern auch menschlich zusammenpasst", sagt Matthias Kraus, Consulting Director EWM bei cbs. "Die Arbeit im SAP EWM Support ist abwechslungsreich, technisch anspruchsvoll und bietet gleichzeitig ein hohes Maß an Flexibilität. Das ist gerade für erfahrene Fachkräfte ein echter Vorteil."

#### **Remote-Arbeit als Standard** - mehr Raum für Familie und Freizeit

Bei cbs haben Experten die Möglichkeit, überwiegend remote arbeiten. "Unsere Support-Mitarbeiter können ihre Aufgaben hauptsächlich zu Hause aus erledigen – das bedeutet weniger Reisen, weniger Stress und mehr Zeit am Abend für die Familie", erklärt Kraus. "Wir glauben, dass moderne Arbeitsmodelle nicht nur die Produktivität steigern, sondern auch die Zufriedenheit unserer Kolleginnen und Kollegen."

#### Was wir suchen: Erfahrung, **Engagement und Teamgeist**



Wir bieten attraktive Karrierechancen in der Oberpfalz!

nem dynamischen Umfeld einzubringen.

und Leogistics **mehrere neue Kol-** Arbeitsplatz, sondern auch die Mög-

leginnen und Kollegen mit Er- lichkeit, sich in einem globalen Unter- "Wer bei uns einsteigt, wird Teil eines fahrung im SAP EWM Umfeld. nehmen mit 1700 Mitarbeitenden Netzwerks aus erfahrenen SAP-Ex-Ob als Berater:in, Entwickler:in oder und 40 internationalen Standorten pert:innen, das sich gegenseitig unter-Support-Spezialist:in – gefragt sind weiterzuentwickeln", betont Consul-Menschen, die Lust haben, etwas Neues ting Director Roland Jungnickel. cbs mitzugestalten und ihre Expertise in ei- ist seit 30 Jahren im Beratungs- Warum geht cbs in die markt aktiv, leogistics seit mehr Oberpfalz? als 15 Jahren. Gemeinsam agie-Für den Aufbau des Teams suchen cbs "Wir bieten nicht nur einen sicheren ren sie als Berater der Welt- Die Entscheidung, das neue Team in

stützt und gemeinsam wächst.

Bild: cbs/Tobias Ade

der Oberpfalz zu verankern, fiel ganz

bewusst. "Die Region bietet eine hohe Lebensqualität, eine hervorragende Infrastruktur und viele engagierte Fachkräfte", sagt Kraus. "Wir wollen hier etwas Nachhaltiges aufbauen - mit

#### Jetzt bewerben und Teil des **Teams werden!**

Perspektive und Herz."

Interessierte können sich ab sofort bewerben. Gesucht werden Menschen mit Leidenschaft für Logistikprozesse und dem Wunsch, sich in einem modernen Arbeitsumfeld zu engagieren. "Wer sich angesprochen fühlt, sollte nicht zögern und uns direkt ansprechen", so Kraus. "Wir freuen uns auf neue Kolleginnen und Kollegen, die mit uns gemeinsam die Zukunft der Logistik gestalten."

**Kontakt:** Yasemin Sarayli **Senior Recruiter** Telefon +49 151 65 57 7091 recruiting@cbs-consulting.de www.cbs-consulting.de

**OR-Code scannen** und mehr erfahren:



schlafen - weil dann im Laufe des Ta-

ges die Zeit für eine ausführliche Pause

4. Gewohnheiten attraktiv ma-

**chen:** Gewohnheiten sollten darüber

hinaus offensichtlich, einfach und be-

friedigend sein. Dazu können Beschäftigte Gewohnheiten zum Beispiel mit

einer bestimmten Zeit und einem be-

stimmten Ort verknüpfen. Etwa, in-

## Bei guten Vorsätzen konsequent bleiben

Wer Gewohnheiten attraktiv macht, erhöht seine Chancen auf dauerhafte Veränderungen

ndlich regelmäßig Pausen machen, **L**unnötige To-Dos konseguent ablehnen oder in Meetings die eigene Meinung sagen: Auch beruflich gibt es jede Menge guter Vorsätze, die Beschäftigte sich zum neuen Jahr auf den Zettel schreiben. Oft hält die Motivation leider nicht lange an. Wie geht es besser? Martina Frost, wissenschaftliche Expertin des Instituts für angewandte Arbeitswissenschaft (Ifaa) gibt Tipps.

Wichtig vorweg: Alle unsere Handlungen und Verhaltensweisen führen wir aus, um bestimmte Bedürfnisse zu erfüllen, wie die Expertin erklärt. Wer also versucht, ein Ziel zu erreichen, sollte spüren, dass es für ihn selbst erstrebenswert ist. Handeln wir nur aus rationalen Gründen und steht das Ziel womöglich einem unserer Bedürfnisse entgegen, lasse sich das Verhalten "nur äußerst schwer langfristig aufrechterhalten", so die Expertin.

Entscheidend ist also immer wieder die Frage: Was ist der Sinn der angestrebten Veränderung, soll diese langfristig oder kurzfristig sein und welwerden?

Martina Frost rät dazu, gute Vorsätze in vier Schritten anzugehen:



friedenheit im Job: Wer sich auf kleine und möglichst konkrete Schritte konzentriert, spürt schneller eine Wirkung. Bild: Monique

Für mehr Zu-Wüstenhagen/dpa

dem sie sich vornehmen, die Zeit in der Bahn zur Arbeit nicht für E-Mails zu nutzen, sondern um bewusst abzuschalten. Das hilft weiter

fehlt.

Eine Idee, um eine Gewohnheit zu erleichtern: Wer am Vortag schon ein gesundes Mittagessen vorbereitet, muss sich in der Pause nicht erst Gedanken machen, was er oder sie jetzt besorgen, zubereiten oder kochen könnte.

Nicht zuletzt gilt: Sofort belohntes Verhalten wird gerne wiederholt, so Frost. Trägt man zum Beispiel die Tage, an denen man sich Zeit für eine ausführliche Pause genommen hat, in einen Kalender einträgt, sieht schnell Fort-

"Jede umgesetzte Maßnahme zur Stressvermeidung ist bereits eine Be-

ches Bedürfnis soll dadurch befriedigt immer wieder an den Sinn und das Be- schneller eine Wirkung. Der positive 3. Gewohnheiten hinterfragen: dürfnis Ihres Vorhabens erinnere. Als Beispiel schlägt sie vor: "Ich möchte langfristig gesund und leistungsfä-

1. Attraktives Ziel formulieren: 2. In kleinen Schritten denken: che nehme ich mir jeden zweiten Tag reich ist, um das gesetzte Ziel zu errei-Formulieren Sie ein attraktives Hal- Wer sich auf kleine und möglichst kon- eine Stunde Zeit für eine erholte Mit- chen, Vielleicht ist es kontraproduktiv, Johnung: Sie haben weniger Stress!", tungsziel", so Frost. Also etwas, das krete Schritte konzentriert, spürt tagspause."

Effekt dabei:

Die Motivation, das eigene Ziel zu ver-

Wer ein System langfristig verändern will, muss auch die eigenen Gewohnheiten unter die Lupe zu nehmen. schritte. folgen, lässt sich einfacher aufrechter- Frost rät, alle Gewohnheiten zu notiehalten. Also zum Beispiel: "Diese Wo- ren und zu entscheiden, ob sie hilfmorgens bis kurz vor Arbeitsbeginn zu so die Expertin. (dpa)



BEWERBUNGSUNTERLAGEN **BIS SPÄTESTENS 08.11.2025** PER E-MAIL IM PDF-FORMAT ODER DIREKT PER POST.

WIR SUCHEN ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN ZEITPUNKT EINEN

## SACHBEARBEITER FÜR HEIZ- UND BETRIEBSKOSTENABRECHNUNG (M/W/D)

Stadtwerke Amberg Versorgungs GmbH Thomas Reiß · Leiter Energiehandel und Vertrieb Gasfabrikstr. 16 · 92224 Amberg Tel.: 09621 603 - 421 · www.stadtwerke-amberg.de bewerbungen@stadtwerke-amberg.de





Wir sind einer der führenden europäischen Hersteller innovativer und umweltfreundlicher Heizsysteme (Scheitholz, Hackgut Pellets). Aufgrund der starken Nachfrage nach unseren Produkten und der exzellenten Zukunftsaussichten für "Erneuerbare Energien" verstärken wir unser Team.

#### Kundendiensttechniker/in

Großraum Weiden - Oberpfalz

#### Ihre Aufgaben

- Montage und Inbetriebnahmer
- Wartungen Störungsbehebungen

- Abgeschlossene Ausbildung (Elektriker/in,
- Heizungsbauer/in, Schlosser/in, Mechaniker/in,
- Schornsteinfeger/in o. Ä.). auch Quereinsteiger/innen Kundenfreundlichkeit und Verantwortungsbewusstsein

Ihre Einsätze starten und enden direkt von Ihrem Zuhause (Fahrtzeiten sind Arbeitszeit)

Für diese Position bieten wir Ihnen eine entsprechende Einschulung, attraktive Einkommensmöglichkeiten plus Reisekosten sowie die Vorteile und Sicherheit eines traditionsreichen Familienunternehmens.

Wenn Sie an einer Karriere in einem innovativen und erfolgreichen Unternehmen interessiert sind, richten Sie Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen - bevorzugt per E-Mail - bitte an: bewerbung@froeling.com



FRÖLING Heizkessel- und Behälterbau Ges.m.b.H.

zH Personalleitung Max-Planck-Straße 6, D-85609 Aschheim

Tel.: +49 (0) 89 927 926-0

E-Mail: bewerbung@froeling.cor

**VERSTÄRKEN SIE DAS TEAM VON OBERPFALZ MEDIEN ALS:** 

### **MASCHINENFÜHRER**

(m/w/d)

#### **SPECIALIST COMMUNICATIONS** PR & CONTENT

(m/w/d)

#### **BENEFITS**

• flexible Arbeitszeiten

flache Hierachien

**Gesundheitsmaßnahmen** 



#### **INTERESSE?**

#### **ANSPRECHPARTNER:**

#### **Oberpfalz Medien**

Recruiting-Team 0961/85-1212 Weigelstraße 16 92637 Weiden



#### **Mehr Infos unter:**

www.oberpfalzmedien.de/ karriere/stellenanzeigen



oder auf den Plattformen:













BEWERBUNGSUNTERLAGEN **BIS SPÄTESTENS 08.11.2025** PER E-MAIL IM PDF-FORMAT ODER DIREKT PER POST.

WIR SUCHEN ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN ZEITPUNKT EINEN

#### MITARBEITER FÜR DAS PERSONALWESEN

(M/W/D) IN TEILZEIT MIT 25 WOCHENSTUNDEN

Stadtwerke Amberg Versorgungs GmbH Angela Meier · Teamleitung Personalwesen Gasfabrikstr. 16 · 92224 Amberg Tel.: 09621 603-410 · www.stadtwerke-amberg.de bewerbungen@stadtwerke-amberg.de





**MARKGRAF** 

## **KARRIERE AUFBAU**

MARKGRAF ist eine mittelständische Bauunternehmung. die regional und überregional spannende Bauprojekte im

#### Wir suchen Sie für unser Team

Bauzeichner / Techn. Zeichner / Bautechniker (m/w/d)

für die Mengen- u. Leistungsermittlung | Bayreuth

#### Bauleiter (m/w/d) | HLS

Bereich Techn. Gebäudeausrüstung

**Beton- / Stahlbetonbauer (m/w/d)** 

Bereich Hochbau

#### Polier (m/w/d) | Asphaltkolonne

Bereich Tiefbau Asphalt

#### Wir bieten Perspektive und viele Vorteile

- Je nach Tätigkeit zusätzlich Prämien, Auslöse und Zuschläge
- Hervorragende berufliche Perspektive für eine gesicherte Zukunft
- Attraktive Rahmenbedingungen mit Vergütung nach Tarif mit 13 Gehältern und Urlaubsgeld

W. MARKGRAF GMBH & CO KG BAUUNTERNEHMUNG Dieselstraße 9 | 95448 Bayreuth



Interesse geweckt? Alle Stellenangebote und Online-Bewerbung unter: karriere.markgraf-bau.de





## ZUSTELLER (m/w/d)

auf Minijob - Basis / Springer Vollzeit

#### Liefere News aus der Region für:

Amberg / Sulzbach als Springer -Erbendorf – Groschlattengrün – Hohenthann - Luhe - Neusorg -Tirschenreuth - Wiesau -Windischeschenbach



#### **IETZT BEWERBEN**

#### **Ansprechpartner:**

oberpfalz ( Recruiting Team karriere@oberpfalzlogistik.de

Tel.: 0961 85 635 www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

www.onetz.de/owz

OWZ Vertrieb: Telefon 0961/85-501



Wir suchen Zusteller (m/w/d) für die Verteilung unseres Anzeigenblatts OWZ mit allen Beilagen und Prospekten in: Amberg, Auerbach, Brand, Bad Neualbenreuth, Ebermannsdorf, Redaberneuth, Ebernamisuori, Grafenwöhr, Hütten, Kohlberg, Kulmain, Kümmersbruck, Neustadt Kulm, Pleystein, Pressath, Rieden, Schönsee, Schnaittenbach, Sulz-bach, Schwarzenbach, Vohenstrauß, Waldthurn

Waldthurn
Die Zustellung erfolgt tagsüber einmal
pro Woche zum Wochenende.
Sie sind mind. 13 Jahre alt, gerne an
der frischen Luft und haben Interesse an
einem gut bezahlten Nebenjob? Dann bewerben Sie sich unter: V.I.A.-Nord Verteilung im Auftrag GmbH,

Recruiting Oberpfalz Medien Logistik Franz-Zebisch-Straße 5, 92637 Weiden karriere@oberpfalzlogistik.de
0961/85-635
www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

## DARF ICH **VORSTELLEN?!**

Präsentieren Sie sich und Ihren Ausbildungsbetrieb auf

www.ausbildung-oberpfalz.de



ausbildung-oberpfalz.de

Ein Angebot von

oberpfalz()



Handwerkskammer

Ihr Know-how für die Zukunft der SHK-Branche! Jetzt bewerben als:

#### Meister / Techniker SHK (m/w/d)

In Meisterkursen und Fortbildungslehrgängen vermitteln Sie praxisnahes Wissen und theoretische Hintergründe

- Sie unterrichten Auszubildende in den fachpraktischen Lehrgänger der überbetrieblichen Lehrlingsunterweisung (ÜLU)
- Sie gestalten aktiv die Zukunft der SHK-Ausbildung mit praxisnah, modern und auf Augenhöhe

#### Ihr Profil - Das bringen Sie mit:

- Abgeschlossene Meister- oder Technikerausbildung
- Fundiertes Fachwissen und umfangreiche Berufserfahrung
- Pädagogisches Gespür und Freude am Unterrichten Kommunikationsstärke und Begeisterung für den Umgang mit jungen

#### ■ Teamgeist und die Bereitschaft, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln

#### Warum Sie sich bei uns wohlfühlen werden:

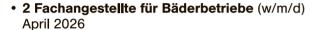
- Sinnvolle Aufgabe: Sie gestalten aktiv die Fachkräfte von morgen mit Attraktive Konditionen: Leistungsgerechte Vergütung in Anlehnung an den TV-L
- inklusive zusätzlicher Altersversorgung und einem modernen Arbeitszeitmodell ■ Top-Arbeitsumfeld: Weiterbildungsmöglichkeiten, moderne Ausstattung

und viele Benefits, wie z. B. Fahrradleasing und Corporate Benefits

Neugierig geworden? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung! Bitte bewerben Sie sich über unser Online-Portal: www.hwkno.de/stellenangebote Fragen vorab? Ihr Ansprechpartner Frank Höft steht Ihnen gerne zur Verfügung:

Bei der Stadt Vilseck sind zu den nachfolgenden Zeitpunkten verschiedene Stellen zu besetzen:





 Auszubildender zum Fachangestellten für Bäderbetriebe (m/w/d) September 2026

Ausführliche Informationen zu den Stellen finden Sie unter www.vilseck.de/stellenausschreibung. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Hans-Martin Schertl, 1. Bürgermeister

Werde Teil unseres Teams!

#### **VERTRIEBSMITARBEITER IM INNENDIENST**

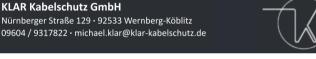
in Vollzeit (m/w/d)

Eine detailierte Stellenbeschreibung finden Sie auf www.klar-kabelschutz.de



#### **KLAR Kabelschutz GmbH**

Nürnberger Straße 129 · 92533 Wernberg-Köblitz



Wir suchen:

- Steuerfachangestellte/r (m/w/d)
- Teamassistenz Empfang (m/w/d)
- Steuerfachangestellte/r mit Schwerpunkt Lohn- und **Gehaltsabrechnung** (m/w/d)

Bewerben Sie sich formlos unter: info@steuerkanzlei-keller.de



Steuerkanzlei Keller PartGmbB Stadtmühlweg 15 | 92637 Weiden Tel.: 0961/3917110 www.steuerkanzlei-keller.de



Gabelsbergerstraße 8 92224 Amberg info@dr-rothballer.de 09621/33859

Wir suchen ab sofort zur Verstärkung unseres Teams

Zahnmedizinische/n Fachangestellte/n

Gehalt nach Tätigkeitsgruppe 5

## Hier schlummert Ihr Nebenjob.

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/





#### Die Stadt Windischeschenbach

sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt

#### eine/n eine Fachkraft für Abwassertechnik (m/w/d) für die Städtische Kläranlage

Es handelt sich um ein unbefristetes, sozialversicherungspflichtiges Vollzeitarbeitsver

#### Haben Sie Interesse unser Team zu verstärken?

Dann senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen bis spätestens 16.11.2025 an trossmann@windischeschenbach.de. Für weitere Informationen steht Ihnen die Personalverwaltung Herr Roßmann (09681-401211) oder die Betriebsleitung der Kläranlage Herr Braun (09681-3670) gerne zur Verfügung.

Die vollständige Stellenanzeige finden Sie auf unserer Homepage unter www.windischeschenbach.de/stellenanzeigen/

Hinweise zum Datenschutz im Bewerbungsverfahren gem. Art. 13 DSGVO finden Sie auf unserer Homepage.

Das Kurmittelhaus Sibyllenbad in Bad Neualbenreuth sucht zur Verstärkung Sibyllenbad [



#### Physiotherapeuten (m/w/d)

in Voll- oder Teilzeit

Weitere Informationen unter: www.sibyllenbad.de/physiotherapeut oder bei Tanja Bauer, Leitung Personal unter Tel. 09638 933-100 oder E-Mail: tanja.bauer@sibyllenbad.de

Kurmittelhaus Sibyllenbad, Kurallee 1, 95698 Bad Neualbenreuth, Tel. 09638 9330, Fax: 09638 933 190, info@sibyllenbad.de, www.sibvllenbad.de

Träger: Zweckverband Sibyllenbad, Ludwig-Thoma-Straße 14, 93051 Regensburg, Tel. 0941 9100-0, Fax: 0941 9100 1109

Die Stadt Amberg sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

#### Sachgebietsleitung (m/w/d) für das Amt für soziale **Angelegenheiten**

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

Bei Interesse bewerben Sie sich bitte online bis spätestens 10.11.2025.





#### Die Große Kreisstadt Selb

sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine engagierte, führungserfahrene und wirtschaftlich denkende Persönlichkeit zur Übernahme der

Leitung des Rosenthal-Theaters Selb (m/w/d)

Die ausführliche Stellenausschreibung und Informationen über die Große Kreisstadt Selb finden Sie unter www.selb.de/stellenangebote.



#### Stellenangebote

#### Auszubildende (m/w/d) zur Medizin. Fachangestellten (MFA)

gesucht, ab 01.08.26 von großer Behandlungsspektrum. Nettes Team, fachlich gute Aus

bildung, geregelte Arbeitszeiten. übertarifliche Bezahlung, Praxis urlaub überwiegend während der Schulferien!

Dr. med Andreas Falkert, nühlweg 2 in 92637 Weiden, info@dr-falkert.de

Zur Verstärkung unseres Volvo-Teams im Amberg suchen wir:

Kfz-Mechatroniker (m/w/d) Interesse? Sende uns deine Bewerbungsunterlagen per Email jobs@hofmann-amberg.de. **Autohaus Hofmann GmbH** 

Ausgebildete Versicherungskauf-leute und am Lehrberuf "Kaufmann für Versicherung u. Finanzen" interessierte junge Leute gesucht. peter.kraus@aktivefinanzplanung.de

Wir suchen ab sofort Friseur-/in, stundenweise/Minijob. Flexible Arbeitszeit. ☎ 09621/9177345, Friseur Blickfang, Amberg

Aushilfsfahrer (m/w/d) aus dem Raum Wernberg für Entladetätigkeiten Tankzug 2-3 mal pro Woche je 3 Stunden Einsatzzeit gesucht. ☎ 09604/932660 Suche Maschinenbediener für Rohrlaser 

Reinigungskraft (m/w/d) auf Minijob-Basis fü

2. Standbein für Steuerfachleute! www.steuerverbund.de/standbein

#### Suche landwirtschaftlichen Helfer (m/w/d) ab sofort in Pleystein. □ 0151/57962757

Su. Hilfe für Winterdienst, in Amberg, auf geringfüg. Basis, FschKl. B erforderlich. Hausmeisterservice ☎ 0171/5814098

Suche Christbaumverkäufer (m/w/d)

#### Stellengesuche

ner, unterstützt Ihr Unternehmen oder Ihre Gemeinde beim Arbeitsschutz, auch Gefährdungsbeurteilungen, Betriebsanweisungen, Unterweisungen. ☎ 0176/50245947

Bilanzbuchhalterin sucht neue Heraus-forderung im Raum Weiden und Um-kreis 20 km. Zuschr. Nr. W48982Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

#### Private Stellenangebote

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

Suche zuverlässigen Winterdienst 

#### Pflege vor Ort

#### Wenn Eltern älter werden.

Haushaltsführung und Betreuung zu Hause mit deutschsprechenden Personal aus Polen. Abrechnung mit Pflegegeld (auch Verhinderungspflege) möglich. Steuerlich absetzbar. 0961/5187883 www.betreuung-zuhause.eu

24-Stunden-Pflege zu Hause. Wir helfen www.buchmann-betreuung-zuhause.de



## In meinem Beruf trifft

# man den Nagel immer **AUF DEN KOPF!**

**Reinklicken und Traumjob** finden - auf dem großen Stellenportal für die Region





## stellen.onetz.de

die Spezialisten für Jobs in der Oberpfalz

Sie möchten auch offene Stellen in Ihrer Firma anbieten? Kontaktieren Sie uns gerne unter Telefon 0961/85-330 oder per E-mail: stellen@oberpfalzmedien.de







**Wir sind FIAT-Servicepartner** spezialisiert auf



Auto Lomberg Hammerweg 40 92637 Weiden Tel. 0961/3882256 www.auto-lomberg.de

#### >> Fenster

#### HERMAN Fenster + Türen

- Kunststoff-/
- Holzfenster Innentüren
- Rollos

www.herman-fenster.de

Leuchtenberger Straße 33 92699 Irchenrieth Telefon 09659/9327-50

#### >> Heizöl & Pellets

# Kenner kaufen bei

92718 Schirmitz. Tel.-Nr. 0961/46166, info@renner-mineraloele.de

> Heizöl **Diesel Pellets**

#### >> Pflege

#### Pflege daheim in wirklich guten Händen!

Entdecken Sie die fünf besten Wege, wie eine Betreuung aus Polen funktioniert, aber auch, wie Sie Probleme und Kostenfallen besser vermeiden.

www.pflegepartnerplus.de Kostenlose Beratung

unter: 09156 - 92 70 48

#### >> Schuhservice >> Taxi

#### **Schuhreparatur** Wir reparieren alle Art von Wanderstiefel, Armee- u. Bundeswehrstiefel, Kletterschuhe



Schuh- und Schlüsseldienst Rhein Amberg • Fuggerstraße 7a (neben Trachten Moser)•09621/429494 CITY-CAR Amberg

**ELEKTROFACHBETRIEB** 

#### >> Garten & Landschaft

Der Maschinenring... ...ist ihr Dienstleister für: Baum- und Heckenschnitt ▶Problembaumfällungen ► Wald- und Forstarbeiten Garten- und Grünanlagen ➤ Winterdienst ➤Umzüge + Entrümpelung

► Haushalts-, Verhinderungs- und Entlastungspflege 09602 / 94 24 271 info@efb-kost.de

09631/60022-50

ww.maschinenring-stiftland.de

#### >> Hofladen



#### >> Schlüsseldienst

#### **Schlüsseldienst Schlüsselanfertigung** aller Art Hausschlüssel normal flach ab

Schlösser, Zylinder, Schließan-agen, Kfz-Schlüssel, Tresore,

## Schuh- und Schlüsseldienst Rhein

Amberg • Fuggerstraße 7a (neben Trachten Moser)• 09621/429494

#### >> Verzinkerei



Kreutzer GmbH Dostweg 6, 92721 Störnstein Telefon +49 (0)9602/8001 Telefax +49 (0)9602/8003

Weißrost ist Vergangenheit wir passivieren!

#### >> Babyausstattung

www.city-car-amberg.de



Maximilianplatz 13

95643 Tirschenreuth Telefon 09631/2294



#### >> Bestatter

Tirschenreuther Str. 26 92660 Neustadt/WN

#### iedermann estattungen/ Meisterbetrieb im Bestatterhandwerk Telefon 09651 2041



# ALTGOLD STEHT HOCH IM KURS

92637 Weiden i.d.OPf. ARGENTO Lederergasse 3

#### >> Nähmaschinen

www.hofladen-weiden.de



#### >> Schlüsseldienst

#### **Tel. 0961/5x die 4** Ihr Schlüsselwegtürzu-Soforthelfer Schloß und Schlüssel Sicherheitstechnik Schirdewahn

92637 Weiden/Opf. mechanische und elektronische Schließanlager alle Schlüssel und Schlösser Verband

Rauchwarnmelder – Alarmanlagen von Abus für alle Bereiche der Diebstahlsicherung

# Stempel (eigene Produktion) und Schilder

#### >> Wäscherei



Reinigung, Pflege und Imprägnierung Ihrer Textilien wie Funktionskleidung, Bettwäsche, Tischwäsche, Vorhänge uvm für Privat & Gewerbe

Altenstadt/WN 09602 5031 heberlein-textilpflege.de

Interesse an einem Eintrag?

Bernhard Weitensteiner Oberpfalz Medien GmbH

Weigelstraße 16 92637 Weiden Telefon 0961/85-582 E-Mail:

bernhard.weitensteiner@ oberpfalzmedien.de

#### >> Blumen



#### >> Hausmeisterservice



## Onetz.de



Telefon 0961/44444 • Fax 3810122



#### >> Schuhservice



#### >> Wildfleisch



# Onetz.de Newsletter



Jetzt anmelden auf: onetz.de/newsletter



### Auto & Motor



**BMW** 







**Opel Combo,** 102 PS, Diesel, EZ: 2021, 19.900 km,TÜV neu, So./Wi. - Räder, AHK, 19.990,- €. ☎ 0171/9976555





oberpfalz

**Toyota Yaris** 100 PS, Benziner, Bj 2009, TÜV 06/27, 59.000 km, 3.100,-€. 

☎ 09642 1598



Anzeigen-Service 0961/85-502



Toyota RAF4 Allrad, Diesel, 150 PS, 2L, 2010/260000km, 1.Hand, ABS, Airbag, AHK, eFH, Garagenwagen, Kli-Airbag, AHK, eFH, Garagenwagen, Klima, Servo, ZV, 8fach bereift, ALU, Unterfahrschutz V2A, technisch u. optisch TOP, scheckheftgepflegt. VB 7500,- €.

2 0151/75092277

#### Günstige Gebrauchte



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

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

### Bereifung

#### Reifen Allgemein



WR Conti-Winterkontakt 245/45 R17. 

#### Reifen 16 Zoll

- 4 Alufelgen 7Y x 16 HZ ET 40 LK114, f. Opel, m. Winterreifen Vredestein Wintrac, 215/65 R 16 98 H, guter Zustand, 120,-€. **☎ 0176/30505185**
- 4 Winterreifen 205/55R16 auf 5-l och-Stahlfelgen, 2 Winter montiert, VB 180,
  □ 0160/7231016 Sulzbach-Rosenberg
- **4WR-Nokian auf Alufelgen** auf original Alufelgen für Q3 o. VW Tiguan 215/ 65R16 Preis 90€, Tel.015254020138

Winterreifen für 1er BMW, 195 x 55 

#### Reifen 17 Zoll



Winterreifen mit Alufelgen für Audi **A5** 225/50 R 17 98 H GoodYear Ultra-Grip Performance 3 DOT 3824, 8mm Profiltiefe, Ca. 3000 km gefahren, einer Winter, VB 700,00 €, Tel.: 01725969971

4x Dezent Alufelgen, 17 Zoll, 17 H 2, mit Winter-Reifen Continental Roadhawk, 215/60/R 17, Profiltiefe 8 mm, Felge 114.3 Lochkreis, Einpressstiefe ET 40, 550,- €. 

□ 0176/30505185

#### Autokaufgesuche

Autoverwertung Wollenzhofen GmbH kauft Autos zum Ausschlachten und Schrottfahrzeuge. Sofortige Barzahlung. Günstige Gebrauchtteile zu verkaufen. Tel. 09626-929806, Mobil 0171-2615437 (WhatsApp)

**Barzahler** kauft Pkw,Lkw,Bus,Unf,Bauf. Fa ≈ 09621/705903;01621568808 24 h

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 

#### Motorräder

Suche schöne und gut erhaltene Honda Rebel, 125 cm³, für meine Tochter. ☎ 0176/54847307

Fränkische Firma kauft Motorräder & Mopeds neu & alt! 0911-5485000 / 0170-5485000

#### E-Bikes

Damenfahrrad E-bike Verkaufe F-bike Akku500Wh, Baujahr 2019, mit Korb und Schloss, Schiebe-Hilfe, Bereifung Neu, Zustand sehr gut, Preis 599€ **≈** 015735281263

#### Zweiradkaufgesuche

SUCHE VESPA / SIMPSON MOPED suche alte Mopeds zum Basteln bis Bj 88, by-1968@web.de od. \$\tilde{x}\$ 01781880068

redowz@oberpfalzmedien.de

### **LANDWIRTSCHAFT**



- Landmaschinen
- Immobilien
- Pferdesport Landwirtschaftlicher An- und Verkauf
- Verkauf ab Hof
- Tiermarkt

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



#### Landmaschinen

Verk. gut erh. Scheibenmähwerk "**Fella",** Arbeitsbreite **☎** 0177/6213420

Miststreuer zu verkaufen. ☎ 0170 9270935

**3-Seitenkipper,** 8 t, mit Aufsatz, zu verkaufen. **☎** 09632/4452

Verkaufe Fix 2. ☎ 0175/9957991

#### **Immobilien**

Ca. 8 ha landwirtschaftl. Ackerland zu verk., Gemarkung Moosbach. Zuschr Nr. W48987A an Der neue Tag, Postf 92603 Weiden onetz.de/chiffre

1,2 ha Wiese, Gemeinde Schlammersdorf an den Meistbietenden zu verkau-fen. Zuschr. Nr. W49002Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

#### Tiermarkt

Ochse Fleckvieh aus ganzjähriger Wei-

Landw. An- und Verkauf

oberpfalz (



## **4 WOCHEN**

- bis zu 70 % Ersparnis
- endet automatisch
- gedruckt und/oder digital

## **4 MONATE**

- 50 % Ersparnis
- Halloween-Anhänger als Geschenk
- gedruckt und/oder digital
- endet automatisch



2D-Acryl-Anhänger (5 unterschiedliche Versionen nach Zufallsprinzip), ca. 8 cm, solange Vorrat reicht.

Verlagsgarantie: Die angegebenen Preise beziehen sich jeweils auf die digitale Ausgabe - Print/Premium teurer. Die Zustellung des Aktionsabos endet automatisch! Das Angebot gilt für Haushalte im Verbreitungsgebiet, in die während der letzten drei Monate kein Abonnement unserer Zeitung geliefert wurde. Das Angebot gilt nicht für bestehende Abos.







