



Rezept der Woche
Hauptgang des OWZ-Weihnachtsmenüs von Michael Schiffer ist eine Ente, gefüllt mit Orangen, Äpfeln und Birnen.

► Seite 3

Rezept zum Glück
Auch an Weihnachten sollte genug Zeit bleiben, um einmal die Füße hochzulegen, meint die OWZ-Glücksexpertin.

► Seite 4



Köstliches Gebäck

Antonia und Alexander Feig lieben traditionelle Gerichte aus der Oberpfalz – wie „Schoitnkäichl“. In der OWZ teilen die Kochbuchautoren ihre Lieblingsrezepte für Mehlspeisen.

► Seite 2



Bild: Alexander Feig/Feig Fotodesign

„Ol' Blue Eyes“ – Hommage an Frank Sinatra beim Waldsassener Kammermusikkreis

Waldsassen. (dt) Hinter dem Titel „Ol' Blue Eyes“ verbirgt sich ein unterhaltsamer und musikalischer Theaterabend, der die wechselvolle Geschichte des Sängers und Schauspielers Frank Sinatra erzählt. Die Veranstaltung findet am Freitag, 2. Januar, um 19 Uhr in der Aula im Kloster Waldsassen statt.

In die Rollen von „Ol' Blue Eyes“ und gleichzeitig in die seines Doubles „Albert“ schlüpft der Schauspieler Mi-



Michael Ophelders spielt und singt Frank Sinatra.

Bild: Matthias Stutte/exb

chael Ophelders, der auch für das Script und die Dramaturgie verantwortlich zeichnet. Musikalische Unterstützung findet er bei Ulli Forster, der am Piano für den Swing und die nötige Unterstützung für „Frankie Boy“ sorgt. Zu hören sind unter anderem Songs wie „It Was A Very Good Year“, „Shine“, „Ciribiribin“, „All Or Nothing At All“, „I'll never smile again“, „They Can't take that away“, „New York“, „Love And Marriage“, „That's Live“,

„Chicago“, „I get a kick out of You“, „Witchcraft“, „One for my baby“, „My Way“, „I've got You under my skin“, „Night and day“, und „The lady is a tramp“.

Karten und weitere Informationen gibt es auf www.wkk-waldsassen.de sowie in der Tourist-Info Waldsassen (Telefon 0 96 32/881 60). Kinder unter zehn Jahren in Begleitung eines zahlenden Erwachsenen haben freien Eintritt. Die Aula ist barrierefrei zugänglich.

Günthner HAUSTECHNIK GmbH

Kompetent und Innovativ!

Moderne Lösungen für Wärme, Energie und Wasser.

Wir planen, bauen und modernisieren – effizient, nachhaltig, zukunftssicher.

Wirbenz 2b, 95469 Speichersdorf
09642 9153320 - info@guenthner-hls.de

Jetzt anfragen!

FEUCHTE HÄUSER? NASSE KELLER? SCHIMMEL?

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

FENSELAU BAUTENSCHUTZ

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

BESTATTUNGSINSTITUT SCHNEIDER

92637 WEIDEN, SINTZELSTRASSE 12
Telefon 0961/670280 • Fax 61959
Mobil 0171/2128552

Europas NR.1 in HOLZ und ALU

Leeb

BALKONE - FUCHS AUSSTELLUNG

Nur nach Terminvereinbarung! Ausstellung – Am Gewerbepark 10 92670 Windischeschenbach

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

Tel. 09681 / 91216 o. 0151 / 51608384

Bestatter-Meisterbetrieb

BESTATTUNG BAUER

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

OWZ

www.onetz.de/owz

Vertrieb:
Telefon 0961/85-501

Schmitz Bestattungen

Weiden & Grafenwöhr

0961 35 0 35

J & M GLÜCK

Fenster - Haustüren
Rollläden
Überdachungen
Sonnenschutz
Insektenschutz
Markisen
Rollo Motoren

ALLE REPARATUREN
(auch Fremdfabrikate)

Fohlenweg 1, 92637 Weiden - Tel. 0961 - 3989483

Rollo Raab

FENSTER, ROLLLÄDEN, HAUSTÜREN
GARAGENTÜRE, MARKISEN, SONNENSCHUTZ

Gesteinerstr. 59 • 95692 Konnersreuth
09632 92310-0, 0171/8149547

Groke

www.rollo-raab.de

Stärken Sie mit Ihrem Testament den Zivil- & Katastrophenschutz.

stiftung-thw.de/testament

THW STIFTUNG

HALLMANN

AKKU-HÖRGERÄTE
mit neuer Chip-Technologie

statt 849€
ab **149€***

Unser Versprechen:
Bis zum 23.12. vorbeikommen & zu den Festtagen wieder besser hören!

*Ab Preis gültig bis 31.12.25 für 1 Akku-Hörgerät der Type Vista S 1-R (RIC-Hörgerät) von Unitron, exkl. Ladegerät, Aktionspreis/Stellpreis gelten für Mitglieder gesetzl. Krankenkassen mit Leistungsanspruch u. ohrenärztl. Verordnung, zzgl. der gesetzl. Zuzahlung von 10€/Hörgerät. Nur für Neuaufträge, nicht mit anderen Aktionen/Gutscheinen kombinierbar. Wir behalten uns vor, die Aktionen zu verlängern. Abbildungen sind beispielhaft. Bild mit KI erstellt. Optik Hallmann GmbH Große Str. 27, 24937 Flensburg

Weiden, Weigelstraße 6 • 0961/44 014 • optik-hallmann.de

Ab sofort inkl. Getränke:

ALL YOU CAN EAT & DRINK!

Alle Infos auf unserer Internetseite
www.yanas-weiden.com

So einfach geht's:
Diese Anzeige ausschneiden, vorzeigen und 5 € Rabatt sichern.

5€! Gutschein

Gutscheine von Yanas – das perfekte Geschenk! Jetzt für Weihnachten/Silvester Platz reservieren. Ihre Weihnachtsfeier – bei uns in guten Händen.

YANA'S Teppanyaki Sushi | Asia Buffet
Professor-Zintl-Straße 7 92637 Weiden

* Gutschein gültig Mittags und Abends, von Montag bis Donnerstag. Einlösbar bis 23.12.2025, ab 2 Personen.

Wir haben an Heiligabend auch Mittags und Abends geöffnet!

Oberpfälzer Mehlspeisen zum Nachbacken

Antonia und Alexander Feig aus Selb experimentieren liebend gerne mit heimischen Kochanleitungen. Ihre erprobtesten haben sie in mittlerweile zwei Kochbüchern verewigt.

Von Susanne Forster

Selb. Antonia und Alexander Feig lieben die Kulinarik der Region. Die beiden hauptberuflichen Fotografen aus Selb lichten nicht nur heimische Köstlichkeiten ab, sondern schwingen auch selbst die Kochlöffel. So kam es, dass sie nun schon ihr zweites Rezeptbuch herausgebracht haben. In ihrem neuesten Werk „Fei Guad“ dreht sich alles um süße und herzhafte Speisen aus der Oberpfalz, Fran-

ken, Niederbayern und Böhmen. „Fast vergessene Gerichte und über Generationen erprobte Klassiker treffen auf neue Küchegeheimnisse“, so beschreiben die Autoren ihre Küchenkreationen. „Kostbare Erinnerungen im wahrsten Sinne, die das Erbe unserer Vorfahren lebendig halten.“ Und ja, klug ist es schon, die wertvollen Familienrezepte aufzuschreiben. Denn bekanntlich

schmecken die ja oft am besten. Den Feigs munden beispielsweise Oberpfälzer Schoitnkäichl – „ein Familienrezept meiner Familie Hauer, Hausname Pflouchn, aus Guteneck“, erzählt Antonia Feig, die vor ihrer Heirat den Nachnamen Hauer trug. „Und meine Schwester Irmgard Berr ist die Queen of Schoitnkäichl.“ Auch Aniskuchen ist bei dem Fotografenpaar hoch im Kurs. „Das Rezept haben wir von meiner Mutter Irma Deml aus Pentling bei Neunburg vorm Wald. Später durch Heirat hieß sie Hauer und war ab da auch als d’Pflouchin vo Gouneck bekannt“, so Antonia Feig. Eine Speise, die bei Irma Hauer auch oft auf den Tisch kam: Rohrnudeln. „Die hat meine Mutter Irma stets gemacht. Das Rezept im Buch habe ich neu recherchiert und getestet, bis es gelingsicher war“, schildert die Autorin. So hat sie gemeinsam mit ihrem Partner Alexander etliche Kochanleitungen niedergeschrieben. Denn für beide ist es eine Passion, Relikte aus Bayerns und Frankens kulinarischer Welt zu sichern. Mit der OWZ teilen sie die Rezepte ihrer liebsten Mehlspeisen aus der Oberpfalz, die auch hervorragend in die Weihnachtszeit passen.

■ Rezept für „Obapfäla Schoitnkäichl“

Zutaten: 375 Gramm Mehl, 125 Gramm Kartoffelmehl, 2 Teelöffel Backpulver, 100 Gramm Zucker, 3 Eier, 250 Gramm Magerquark, 1 Esslöffel Rum oder Arrak, Zitronenaroma oder Vanillearoma, 1 Prise Salz, Butterschmalz oder Speiseöl zum Ausbacken, Puderzucker zum Bestreuen.

Zubereitung: Alle Zutaten zu einem festen Teig kneten, 15 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Butterschmalz in einem breiten Topf auf circa 180 Grad Celsius erhitzen. Den Siedepunkt mit dem Stiel eines Holzkochlöffels testen, sobald sich daran Bläschen bilden, ist die Temperatur perfekt. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zwei Millimeter dick ausrollen. Aus der Teigplatte 8 mal 4 Zentimeter große Rechtecke schneiden. Die Teigstücke mittig mit einem Schlitz versehen. Das eine Ende des Rechtecks einmal durch den Schlitz ziehen. Die Teiglinge nacheinander vorsichtig in das heiße Fett gleiten lassen. Nur so viele Schoitnkäichl im Topf einlegen und ausbacken, wie nebeneinander im Fett schwimmen können. Die Schoitnkäichl rundherum goldbraun backen. Dabei ein- bis zweimal wenden und mit einem Schaumlöffel herausnehmen. Zum Abtropfen auf saugfähiges Küchenpapier oder ein Küchengitter legen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

■ Rezept für „Omas Aniskoucha“

Zutaten: 5 Eier (getrennt), 250 Gramm Zucker, 1 Prise Salz, 1 Esslöffel Zitronensaft, 1 Esslöffel gemahlene Anis, 200 Gramm Mehl, 2 gestrichene Teelöffel Backpulver, Zitronenschalenabrieb, Butter oder Öl für die Form.



Die Rohrnudeln können mit Zwetschgenmus gefüllt werden.

Bild: Alexander Feig/Feig FotoDesign

Zubereitung: Die Eier trennen. Die Eidotter in einer großen Schüssel mit einem Esslöffel Wasser und 125 Gramm Zucker cremig rühren. Mehl, Backpulver und Anisgewürz vermengen und auf die Eiermasse sieben. Die Mehlmischung vorsichtig unterheben.

Das Eiklar in einem vorgekühlten Bechergesäß zu Eischnee schlagen, dabei eine Prise Salz, etwas Zitronensaft sowie nach und nach 125 Gramm Zucker einrühren. Eischnee und Zitronenschalenabrieb zur Ei-Mehl-Mischung geben und mit einem Teigspatel oder einem breiten Kochlöffel unterheben. Die Masse soll eine cremige, dickflüssige Konsistenz haben.

Den Teig sofort in eine gebutterte, bemehlte Backform füllen, etwas glatt streichen und im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad Celsius Ober-/Unterhitze 30 bis 40 Minuten backen. Den Kuchen nach dem Backen etwas abkühlen lassen, dann auf ein Küchegitter stürzen und vollständig erkalten lassen.

■ Rezept für Rohrnudeln (12 bis 14 Stück)

Zutaten für den Teig: 500 Gramm Mehl Type 550, 1/2 Würfel Hefe (22 Gramm), 250 Milliliter handwarme Milch, 100 Gramm Zucker, 1 Ei (oder 2 Eigelb), 80 Gramm Butter, Zitronenschalenabrieb, Vanillezucker, 1 Prise Salz.

Für die Füllung: 100 Gramm Zwetschgenmus, Butter zum Bestreichen.

Für die Form: 50 Gramm flüssige Butter, etwas Zucker. **Außerdem:** Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitung: Alle Zutaten und Arbeitsgeräte auf Zimmertemperatur bringen. Das Mehl in eine Rührschüssel sieben, mittig eine Mulde formen. Die Hefe in die Mulde bröseln, ein Teelöffel Zucker und etwas lauwarme Milch (maximal 34 Grad Celsius) in der Mulde verrühren, mit etwas Mehl von der Seite bedecken. Die Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und rund 20 Minuten an einem warmen Ort stehen lassen, bis sich im Hefe-

dampferl Schaumbläschen bilden. Den restlichen Zucker in lauwarmen Milch auflösen. Das Ei, Zucker-Milch-Mischung, flüssige (oder sehr weiche) Butter, etwas Salz, Zitronen- und Vanillearoma in die Schüssel mit dem Mehl hinzufügen. Alle Zutaten mehrere Minuten zu einer geschmeidigen Masse kneten.

Den Teig mit bemehlten Händen zu einer Kugel formen, in eine Schüssel legen, mit einem feuchten Tuch abdecken und an einem warmen Ort 60 Minuten gehen lassen, bis der Teig sein Volumen verdoppelt hat.

Eine Backform mit Butter ausstreichen, den Boden mit Kristallzucker ausstreuen. Den gereiften Hefeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer langen Rolle formen und mit einem bemehlten Messer 12 oder 15 gleich große Portionen abstechen. Daraus einzelne Kugeln wirken, diese kurz unter einem Tuch ruhen lassen, damit sich der Teig wieder entspannt.

Für die Füllung eine Teigkugel mit den Händen handtellergroß flach drücken, einen gestrichenen Teelöffel Zwetschgenmus in die Mitte geben, den Teigrand ringsum mit den Fingern wieder zu einem Knödel verschließen. Diesen mit dem Schluss nach unten in die gebutterte Form legen. Die Oberfläche mit flüssiger Butter bestreichen und mit den restlichen Teigportionen fortfahren. Darauf achten, dass zwischen den Teigkugeln etwas Abstand bleibt. Weitere 30 Minuten in der Form ruhen lassen.

Eine Tasse mit kaltem Wasser auf den Boden des Backofens stellen und während des Backvorgangs im Backofen belassen. Das verdampfende Wasser lässt das Gebäck schön saftig werden.

Das Backrohr auf 175 Grad Celsius Ober-/Unterhitze aufheizen. Die Hefeknodel circa 30 bis 40 Minuten goldbraun backen. Die Backofentür langsam öffnen, um Zugluft zu vermeiden, die Hefeknodel herausnehmen und an einem warmen Ort langsam abkühlen lassen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

ESKA Reisen 2026

TAGES-SKIFAHRTEN

Zillertal Arena am Samstag, 10. Januar 2026
Preise für Busfahrt und Skipass inkl. 2 € Pfand

Erwachsene	129,- €
Jugendliche (2007-2010)	116,- €
Kinder (2011-2019)	92,- €
Kleinkinder (2020 und jünger)	60,- €

Abfahrtszeiten:
Tirschenreuth, ESKA Betriebshof 03.00 Uhr
Windischeschenbach, Bergler Autohof 03.20 Uhr
Altenstadt WN, Café Greiner 03.40 Uhr
Rückfahrt um 18.00 Uhr

Info: Die Karspitzbahn (Zell am Ziller) öffnet bereits um 8.00 Uhr.

KitzSki (Kitzbüheler Alpen) am Samstag, 07. Februar 2026
Preise für Busfahrt und Skipass inkl. 2 € Pfand

Erwachsene	129,- €
Jugendliche (2007-2009)	112,- €
Kinder (2010-2019)	96,- €
Kleinkinder (2020 und jünger)	60,- €

Abfahrtszeiten:
Tirschenreuth, ESKA Betriebshof 03.30 Uhr
Windischeschenbach, Bergler Autohof 03.50 Uhr
Altenstadt WN, Café Greiner 04.10 Uhr
Rückfahrt um 18.00 Uhr

Info: Die Fleckalmbahn bei Kirchberg öffnet um 8.30 Uhr

MUSICALREISEN

Stuttgart Sonntag, 08. März 2026
Abfahrt: 07:30 Uhr
Rückfahrt: ca. 17:00 Uhr

We Will Rock You (PK 2)
Anmeldung bis 21.01.2026
Preis pro Person 218 €
Aufpreis PK 1 20 €

Disneys DIE EISKÖNIGIN (PK 2)
Anmeldung bis 21.01.2026
Preis pro Person 218 €
Aufpreis PK 1 15 €

2 Tage Bochum STARLIGHT EXPRESS vom 27. – 28. Juni 2026
Leistungen:
Fahrt im modernen Reisebus
1x Übernachtung im H+ Hotel Bochum
1x Halbpension im Hotel
1x Stadtrundgang mit Reiseleitung
1x Karte Starlight Express PK 2
Preis pro Person im DZ 389 €
Einzelzimmerzuschlag 60 €
Aufpreis Karte PK 1 10 €
Anmeldung bis 24.04.2026

WALLFAHRTEN

Fahrten zur Pfingstwallfahrt nach Altötting

Donnerstag, 21.05.2026 Regensburg
zum Pilgertagesdienst anschließend Beginn der Fußwallfahrt
Abfahrt: 05:00 Uhr
Rückfahrt: Samstag, 23.05.2026 um 13:30 Uhr
Preis pro Person 53 €

Freitag, 22.05.2026 Massing/ Altötting
„Pfingstwallfahrt“ mit Lichterprozession für Pilger der letzten 23 km
Abfahrt: 23:00 Uhr
Rückfahrt: Samstag, 23.05.2026 um 13:30 Uhr
Preis pro Person 53 €

Samstag, 23.05.2026 Wald/ Altötting
„Pfingstwallfahrt“ für Pilger der letzten 11 km
Abfahrt: 02:30 Uhr
Rückfahrt: 13:30 Uhr
Preis pro Person 53 €

MEHRTAGESFAHRTEN

4 Tage Schweiz mit Bernina- und Glacier Express vom 23. – 26. August 2026
Leistungen:
Fahrt im modernen Reisebus
3x Übernachtung inkl. Halbpension im Kongress Hotel Davos
1x Welcome Drink
1x Stadtrundfahrt mit Reiseleitung in Davos
2x ganztägige Reiseleitung bei den Ausflügen
1x Bahnfahrt mit dem Bernina Express (Panoramawagen 2. Kl.) von St. Moritz nach Tirano (oder umgekehrt)
1x Pasta-Essen (Tellergericht) in einem Restaurant in Tirano
1x Bahnfahrt „Auf den Spuren des Glacier Express“ (Regionalzug 2. Kl.) von Chur nach Disentis (oder umgekehrt)
Örtliche Fremdenverkehrsabgabe
Preis pro Person im DZ: 795 €
Einzelzimmerzuschlag: 123 €

Hauptgang des Weihnachtsmenüs: Ente mit einer Füllung aus Orangen, Äpfeln und Birnen

Einen Entenbraten mit einer fruchtigen Füllung serviert OWZ-Küchenschef Michael Schiffer als Hauptgang seines Weihnachtsmenüs. Auch die Soße bekommt eine besondere Note mit Rotwein und Johannisbeergelee.

Zubereitung: Zwei Zwiebeln schälen und achteln. Die Orange waschen, halbieren und eine Hälfte in Stücke



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

schneiden. Die andere Hälfte auspressen und den Saft beiseitestellen. Den Apfel entkernen und in Stücke schneiden. Die Birne ebenfalls entkernen und in Stücke schneiden.

Die Ente innen und außen salzen sowie pfeffern. Die Zwiebel-Achtel und die Obststücke in die Bauchhöhle geben. Die Keulen zusammenbinden.

Die restlichen Zwiebeln würfeln, Möhren und Sellerie schälen und würfeln. In einem Bräter Öl erhitzen und das Gemüse darin hellbraun rösten. Mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Mit der Brühe auffüllen. Restliche Obststücke in den Bräter geben. Die Ente in den Bräter setzen und im vorgeheizten Ofen bei 210 Grad Celsius (Umluft: 200 Grad Celsius) auf der untersten Schiene 20 Minuten braten. Danach die Temperatur auf 180 Grad Celsius (Umluft: 160 Grad Celsius) reduzieren und eine weitere Stunde braten.

Die Ente aus dem Bräter nehmen und auf einem Blech im ausgeschalteten Ofen ruhen lassen.

Den Bratenfond durch ein Sieb gießen, entfetten und in einen Topf geben. Orangen-



Die gefüllte Ente wird im Backofen kross gebraten.

Bild: Michael Schiffer

saft und Johannisbeergelee in die Soße rühren, aufkochen und bei hoher Hitze ein bis zwei Minuten kochen.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit etwas Soßenbinder binden und die Ente mit der Soße servieren. (dt)

Mehr Rezepte gibt es auf : www.onetz.de/essen-genießen

ZUTATEN

Gefüllte Ente

Rezept für vier Personen.

- 4 Zwiebeln
- 1 unbehandelte Orange
- 1 Apfel
- 1 Birne
- 1 Ente von circa 2 Kilogramm
- Salz
- Pfeffer
- je 2 Zweige Thymian, Rosmarin und Salbei
- 2 kleine Möhren
- 125 Gramm Knollensellerie
- 1 bis 2 Esslöffel Öl
- 150 Milliliter trockener Rotwein
- 250 Milliliter Gemüsebrühe
- 3 Esslöffel Johannisbeergelee (oder Quittengelee)
- Soßenbinder für dunkle Soßen

Moderne Schlafforschung belegt: Erholsamer Schlaf ist der Schlüssel zu langem Leben

Der spektakuläre Schlaf-Bestseller *Why we sleep* eines amerikanischen Neurowissenschaftlers begeistert zurzeit Millionen und erklärt eindrucksvoll an drastischen Beispielen, wie wichtig Schlaf für unsere Gesundheit ist. Wir fassen die neueste Forschung zur Bedeutung von Schlaf zusammen und klären auf, was man tun kann.

Die Schlafforschung hat in den letzten Jahrzehnten erstaunliche



„Mit Baldriparan Stark für die Nacht kann ich gut einschlafen, auch wenn ein Tag viel zu viele Eindrücke bei mir hinterlassen hat. Und am nächsten Morgen wache ich erholt auf, ohne dass ich irgendwelche Nachwirkungen spüre.“

Sabrina P.

Erkenntnisse hervorgebracht, die uns helfen, die Bedeutung des Schlafs für ein gesundes Leben besser zu verstehen. Wir erklären, warum erholsamer Schlaf so entscheidend für Körper und Geist ist.

1. Schlaf ist mehr als Ruhe – er hält uns am Leben

Schlafmangel kann bekanntermaßen das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs und viele weitere ernste Erkrankungen erhöhen. Es kommt zu bis zu zehn Prozent mehr Herzinfarkten jedes Jahr aufgrund der Zeitumstellung, bei der uns eine Stunde „geraubt“ wird, so die neuste Schlaf-Forschung.

2. Schlaf vergisst nichts – und stärkt unser Gehirn

Im Schlaf werden neue Erinnerungen ins Langzeitgedächtnis übertragen. Dramatisch: Wer nur vier bis fünf Stunden schläft, vergisst fast alles, was er am Vortag

gelernt hat. Schlafmangel kann außerdem das Risiko für Demenz erhöhen, denn Tiefschlaf hat eine reinigende Wirkung auf unser Gehirn von Abfallstoffen.

3. Schlaf lässt sich nicht nachholen – Prävention ist alles

Chronischer Schlafmangel über Wochen, Monate oder Jahre lässt sich nicht durch gelegentliches „Nachschlafen“ kompensieren. Regelmäßiger, ausreichender Schlaf ist der effektivste Schutz für Körper und Geist, während unregelmäßige Schlafgewohnheiten langfristige Schäden begünstigen.



Baldriparan®



Die Erkenntnisse des Bestsellers sind erschreckend. Was also tun, wenn man Probleme mit der nächtlichen Ruhe hat? Bereits seit vielen Jahrzehnten gibt es den natürlichen Schlafhelfer Baldriparan – Stark für die Nacht, der gezielt die Schlafqualität verbessern kann.

Wissenschaft bestätigt, was Natur längst weiß

Schon lange bevor es MRT-Scanner oder Schlaflabore gab, wussten Heilpflanzenforscher um die beruhigende Kraft bestimmter Pflanzen. Heute zeigt sich: Viele dieser traditionellen Erkenntnis-

se lassen sich wissenschaftlich erklären.

Dank Baldriparan endlich wieder stark für die Nacht

Baldriparan – Stark für die Nacht (Apotheke, rezeptfrei) enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Denn der Schlafexperte weiß: Nur Mittel, die eine ausreichende Menge des Wirkstoffs enthalten, können bei nervös bedingten Schlafstörungen nachweislich helfen. Wer auf die Nr. 1* Schlafmarke vertraut, muss keine Müdigkeit am Folgetag und keinen Gewöhnungseffekt befürchten. Baldriparan – Stark für

die Nacht ist sowohl wirksam als auch gut verträglich. Es lindert nervös bedingte Schlafstörungen, beschleunigt das Einschlafen und fördert auch das Durchschlafen, für eine ruhige und erholsame Nacht.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan

Stark für die Nacht

(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

*OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Schluss mit Weihnachtsstress

Die Suche nach den perfekten Geschenken ist in vollem Gange, die Vorbereitung zum alljährlichen Feiermarathon läuft. Denken Sie gerade nur daran, was Sie noch alles erledigen müssen? Schluss damit. Weihnachten funktioniert auch ohne Stress.

„Weihnachten ist keine Jahreszeit, es ist ein Gefühl“, erkannte Schriftstellerin Edna Ferber. Weihnachten fühlt sich an wie eine gelungene Mischung aus Freude, Geborgenheit, Wärme, Liebe und ein bisschen Nostalgie. Für viele von uns bedeutet das Fest der Liebe aber leider auch noch etwas ganz anderes: Dauerstress. Schließlich müssen noch die letzten Geschenke besorgt, die Wohnung auf Hochglanz gebracht, das mehrgängige Weihnachtsmenü vorbereitet und der Christbaum gekauft und geschmückt werden. Dazu kommen auch noch die ganzen Weihnachtsfeiern, auf denen wir schließlich auf keinen Fall fehlen sollten – und die alten Freunde, die zwischen den Feiertagen ihren Besuch angesagt haben.

Aber seien wir doch mal ehrlich: Stress gehört nun wirklich nicht zu den Dingen, die auf unserem Wunschzettel stehen. Deswegen sollten wir lieber die Feier- und Urlaubstage so richtig genießen. „Wie soll das denn gehen?“, fragen Sie jetzt



Auch an Weihnachten sollte genug Zeit bleiben, um einmal die Füße hochzulegen.

Symbolbild: Diana Drubig – stock.adobe.com

vielleicht, während Sie die nächsten Plätzchen aus dem Ofen holen und nebenbei noch die ganzen Weihnachtskarten an die Verwandten schreiben. „Ich kann doch Weihnachten nicht einfach absagen.“ Keine Sorge, das müssen Sie auch gar nicht. Ganz im Gegenteil. Denn oft ist nur eine falsche Planung der Grund für den ganzen Stress. Und natürlich die übergroßen Ansprüche an uns selbst – und an andere.

Wieder einmal soll alles perfekt sein. Aber warum eigentlich? Machen wir es doch einmal ganz anders: Stellen wir keine überhöhten Erwartungen auf, sondern besinnen uns nur auf ein paar Eckpunkte. Klären wir schon vorab: Wie feiern wir? Wer bereitet was vor? Muss es wirklich das aufwendige Weihnachtsmenü mit der halben Verwandtschaft sein? Oder lässt man es dieses Jahr mal etwas entspannter angehen?

Ebenfalls einfach, aber effektiv: Wenn wir uns bereits vor Weihnachten um Geschenke gekümmert haben, sparen wir uns den Stress kurz vor Heiligabend. Ach ja: Ein Präsent pro Person reicht übrigens vollkommen aus. Wichtig ist nicht, wie viel Geld es gekostet hat, sondern dass es von Herzen kommt. Und oft sorgt gemeinsam verbrachte Zeit als Geschenk für mehr Freude als irgendwelche unnötigen Dinge. Verschenken wir doch lieber einen Theater- oder Konzertbesuch statt einem Pullover, ein gemeinsames Wochenende statt irgendwelchem Schmuck oder einen lustigen Kochabend statt einem neuen Mixer. So müssen wir auch gar nicht mehr in der letzten Minute durch die Lä-

den hetzen. Gönnen Sie sich lieber jeden Tag einige Zeit in der Natur statt sich das Getetze und Gedränge in der Innenstadt zu geben. Ein kurzer Advents- oder Weihnachtsspaziergang zwischen durch wirkt oftmals Wunder. Eine schöne, stressfreie Advents- und Weihnachtszeit. (ewa)

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



Evi Wagner

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

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de



LEO

DIE NEUE LEO IST DA.

Kostenlos an zahlreichen Auslagestellen und online auf www.amburg24.de/leo und www.weiden24.de/leo.

Du kannst nicht genug von unserem People-Magazin bekommen? Kein Problem. LEO findest du auch hier:

 [leo.stadtmagazin](https://www.facebook.com/leo.stadtmagazin)  [leo.oberpfalz](https://www.instagram.com/leo.oberpfalz)

Preisschafkopf von drei Lions-Clubs

Neustadt/WN. Drei Lions-Clubs aus Weiden und aus dem Landkreis Neustadt/WN wollen Gutes tun und zugleich Brauchtum pflegen: Die Lions-Clubs Weiden, Neustadt-„Lobkowitz“ und Weiden-Goldene Straße laden Schafkopffreunde zu einem Benefiz-Preisschafkopfturnier am Freitag, 23. Januar 2026, in der Stadthalle Neustadt/WN ein. Einlass ist ab 18 Uhr, Spielbeginn um 19 Uhr.

Die Startgebühr beträgt 20 Euro, eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Der gesamte Erlös der Veranstaltung

kommt dem „Magischen Projekt e.V.“, sowie weiteren sozialen Projekten in der Region Weiden-Neustadt zugute. „Mit dem Benefiz-Schafkopfturnier möchten wir nicht nur das bayerische Kultspiel pflegen, sondern gemeinsam Gutes tun“, sagen die Präsidenten der drei Lions-Clubs, Dr. Franz Wach, Sebastian Denzler und Christoph Müller-Rauch.

Die Teilnehmer erwarten Geld- und Sachpreise, die von Firmen der Region gespendet wurden. Als Hauptpreise für die Plätze 1 bis 3 sind 600, 400 und 200 Euro ausgelobt.

OWZ-STERNSTUNDEN

13. bis 19. Dezember

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

Kein Grund zur Panik! Lassen Sie sich nicht von unerwarteten Schwierigkeiten beirren. Schließen Sie neue Kontakte, es wird sich lohnen.

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

Der Verlauf einer Sache findet ganz und gar nicht Ihre Zustimmung. Planen Sie besser, wie Sie sich der Situation anpassen könnten.

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

Sie sollten öfter über Ihren pflichtbewussten Schatten springen und nach getaner Arbeit die wertvolle Freizeit mit Muße genießen.

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

Überprüfen Sie Ihre Essgewohnheiten hin und wieder kritisch, um sich beispielsweise ballaststoffreicher zu ernähren.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Vermeiden Sie derzeit Überlastungen und teilen Sie sich anstrengende Arbeiten so ein, dass nicht alles im letzten Augenblick erledigt werden muss.

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

Gerade dann, wenn die Worte heftiger werden und es nur noch darum geht, recht zu behalten, sollten Sie sich an die Regeln der Fairness halten.

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

Die Grundtendenz ist positiv und berechtigt zu Optimismus. Aus einer Zufallsbegegnung könnte sich eine wunderschöne Beziehung entwickeln.

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

Alle Zweifel sind fehl am Platz. Sie haben sich richtig entschieden. Achten Sie ein wenig mehr auf Ihre Gesundheit.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Erfolge werden sich, wenn es an der Zeit ist, schon einstellen. Nur Geduld. Vermeiden Sie gelassen jede Hektik. Schalten Sie bewusst ab.

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

Zukunftsweisende Entscheidungen sollten Sie jetzt auf den Weg bringen. Bleiben Sie beim Verfolgen Ihrer Ziele am Ball.

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

Es kommt zu Verzögerungen. Sie müssen einiges umplanen. Nicht nervös machen lassen! Erledigen Sie zuerst gründlich das Nächstliegende.

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

Sie sollten sich im Augenblick nicht nur um finanzielle Angelegenheiten kümmern, stattdessen aber viel mehr um Freunde und Familie.

NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110
Feuerwehr	112
Notarzt/Rettungsdienst	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Giftnotruf	089/19240
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923
	0941/9440 (Uni)
Telefonseelsorge	0800/1110111
Kinder-/Jugendtelefon	0800/5458668
	0800/0066737
Donum Vitae	0800/343434
Weißer Ring	0800/343434
Notruf für Eltern	0800/1110550

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

OWZ-REDAKTION UND VERTEILUNG

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

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

IMPRESSUM

Die Ausgabe OWZ Nord und OWZ Süd erscheint selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlags, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in 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 Werbebotschaftsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

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

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

Geschäftsleitung:
Thomas Maul

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

Technische Gesamtherstellung:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Erscheinungsweise:
wöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr

Anzeigenschluss: Mittwoch, 16 Uhr

Anzeigenpreise: lt. Preisliste Nr. 60, 1. Januar 2025

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

OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

Für den Anzeigeninhalt ist der Auftraggeber selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlags, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in 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 Werbebotschaftsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Bitte keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

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

Bundesverband kostenloser Wochenzeitungen **BVDA**

ADA

Als Beitrag zum Umweltschutz ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt.

Bei uns finden Sie **TICKETS**
für kulturelle **HIGHLIGHTS**
ganz in Ihrer **NÄHE.**



11.APRIL.2026,
20:00 UHR
AMBERG,
CONGRESS CENTRUM

DEZEMBER 2025

13. Dez. 2025	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Neunburg v.W. Kulinarik am Golfplatz
13. Dez. 2025	Gerd Baumann & Marcus H. Rosenmüller	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach Rosenberg
13. Dez. 2025	Heilige Nacht	Pfarrkirche St. Marien, Sulzbach-Rosenberg
13. Dez. 2025	Adventsstunde mit Christoph Baierl	Trauerhalle NEW
14. Dez. 2025	ABGESAGT- Advent der Gefühle	Amberger Congress Centrum
14. Dez. 2025	Banal Fatal - Best of	Schafferhof, Windischeschenbach
14. Dez. 2025	Auf a Wort	Stadthalle, Vohenstrauß
19. Dez. 2025	Susi Raith & Friends	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach Rosenberg
19. Dez. 2025	Hans Sigl - Weisse Weihnacht	Oberpfalzhalle, Schwandorf
20. Dez. 2025	Grand Slam Funk	Die Sünde, Weiden
20. Dez. 2025	Clones of Rock	Mehrzweckhalle, Weiden

SOLLNER
24.04.26 Neunburg v. W.
Schwarzachtalhalle

20. Dez. 2025	voXXclub	Congress-Centrum, Amberg
26. Dez. 2025	CHARITY Night mit PETER - Tribute to Maffay	Salute, Weiden
26. Dez. 2025	Die Paldauer	Max Reger Halle, Weiden
26. Dez. 2025	BBOU * Gäste	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
27. Dez. 2025	So haben sie Bäume noch nie gesehen III Findet wie geplant statt!	Hotel Weißes Ross, Konnersreuth
28. Dez. 2025	SAD-88	Metropol, Schwandorf
30. Dez. 2025	Die Nacht der 5 Tenöre mit Marc Marshall	Max Reger Halle, Weiden
30. Dez. 2025	Motörblöck	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld

JANUAR 2026

02-03. Jan. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer) - Ersatz für Doubleface	Brauerei Jacob, Bodenwöhr
------------------	--	---------------------------



04. Jan. 2026	Sinfoniekonzert des Bayerischen Landesjugendorchesters	Max Reger Halle, Weiden
05. Jan. 2026	Schlager & Spaß mit Andy Borg und Gästen	Max Reger Halle, Weiden
09. Jan. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Landhotel Kastanienhof, Georgenberg
09. Jan. 2026	Maxi Pongratz	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg

10. Jan. 2026	Kings of Insanity III	Trio Diskothek, Amberg
10. Jan. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Landhotel Kastanienhof, Georgenberg
11. Jan. 2026	Conny & die Sonntagsfahrer	Congress-Centrum, Amberg
11. Jan. 2026	Neujahrskonzert - Smetana Philharmoniker Prag	Mehrzweckhalle, Mitterteich



15. Jan. 2026	Yesterday - A tribute to the Beatles	Congress-Centrum, Amberg
16. Jan. 2026	Forever Queen	Mehrzweckhalle, Windischeschenbach
16. Jan. 2026	Die große Johann Strauß Revue	Max-Reger-Halle, Weiden
16. Jan. 2026	Teresa Reichl	Musikomm, Amberg
17. Jan. 2026	Abba - The Concert	Max Reger Halle, Weiden
18. Jan. 2026	Monty Python`s Spamalot	Stadthalle Neustadt
18. Jan. 2026	Tango Transit - Akrobat	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
21. Jan. 2026	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Eliot Streichquartett	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
23. Jan. 2026	Freakshow des Mister Gonzales - Ersatz für Doubleface!	Gasthof Hotel zum Wulfen, Sulzbach-Rosenberg
24. Jan. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer) - Ersatz für Doubleface	Golfhotel Fahrenbach, Tröstau



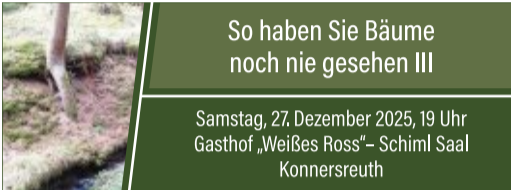
24. Jan. 2026	Wolfgang Krebs - Bayern liebt DICH!	Stadthalle, Waldsassen
30. Jan. 2026	Stephan Zinner - Prachtexemplar	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach Rosenberg
30. Jan. 2026	Lucy van Kuhl	Schafferhof, Windischeschenbach

FEBRUAR 2026

01. Feb. 2026	Martin Zingsheim	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunsthöhne
07. Feb. 2026	Peter Wittmann und die Ballhaus-Boys	Historische Druckerei Seidel Saal, Sulzbach-Rosenberg
07. Feb. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Kultur-Schloss Theuern, Kümmersbruck
07. Feb. 2026	Widersacher aller Liedermacher	Schmidt-Haus, Nabburg
10. Feb. 2026	The 12 Tenors	Max-Reger-Halle, Weiden
11. Feb. 2026	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Aust-Trio mit Klarinette, Bratsche und Klavier	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
12. Feb. 2026	The 12 Tenors	Amberger Congress Centrum



13. Feb. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Brauerei Jacob Saal, Bodenwöhr
13. Feb. 2026	Die Golden Glitter Band	Schafferhof, Windischeschenbach
14. Feb. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Spitalkirche, Nabburg
20. Feb. 2026	Romeo Kaltenbrunner	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunsthöhne
21. Feb. 2026	Martin Frank	Max-Reger-Halle, Weiden
21. Feb. 2026	Living Theory	VAZ-Pfarrheim, Burglengenfeld
22. Feb. 2026	Chiemgauer Volkstheater	Max-Reger-Halle, Weiden



25. Feb. 2026	Multivisionsshow über den Jakobsweg Tour 26	Kulturzentrum Hans Bauer, Weiden
26. Feb. 2026	The Cashbags - One Hit at a Time	Musikomm, Amberg
27. Feb. 2026	Eva Karl Faltermeier	Amberger Congress Centrum
27. Feb. 2026	Martina Schwarzmann	Sportarena, Speichersdorf
27. Feb. 2026	Eva Karl Faltermeier	Amberger Congress Centrum
28. Feb. 2026	Vergiss Vegas (Varieté)	Ringtheater, Amberg
28. Feb. 2026	Burglengenfelder Rocknacht II	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld

MÄRZ 2026

06. Mär. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Gasthof Hotel zum Wulfen, Sulzbach-Rosenberg
06. Mär. 2026	Stephan Schlögl - Wien, du Stadt meiner Träume	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
06. Mär. 2026	1ste Blues Night 2026	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
06. Mär. 2026	B.B. & The Blues Shacks	Schafferhof, Windischeschenbach



12. Mär. 2026	Das Phantom der Oper	Max-Reger-Halle, Weiden
13. Mär. 2026	The Rooster Crows	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
14. Mär. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Historischer Schlosssaal, Neunburg v. Wald
14. Mär. 2026	Gankino Circus: Das Gegenteil von Rock`n Roll	Capitol Bild & Bühne, Sulzbach-Rosenberg
14. Mär. 2026	MTW	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
20. Mär. 2026	Gwasch - Mitsingkonzert zugunsten der Aktion Lichtblicke	TSG Turnhalle, Mantel
21. Mär. 2026	Josef Hader "Hader on Ice"	Stadthalle, Grafenwöhr
21. Mär. 2026	BBou - der Oberpfälzer Freigeist	Schafferhof, Windischeschenbach
21. Mär. 2026	Stephan Bauer	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunsthöhne
22. Mär. 2026	Passionskonzert mit Sonus Aeternus	Stiftsbasilika, Waldsassen
22. Mär. 2026	Harry G	Amberger Congress Centrum

22. Mär. 2026	Das Experiment	Emil-Kemmer-Haus Saal, Oberviechtach
22. Mär. 2026	Dreiviertelblut- Prost Ewigkeit	Capitol Bild & Bühne, Sulzbach-Rosenberg
24. Mär. 2026	Harry G	Weiden, Max-Reger-Halle
25. Mär. 2026	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Séleau-Trio mit Tenorposaune, Bassposaune und Klavier	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
25. Mär. 2026	Live Multivisionsshow Abenteuer Südamerika	Max-Reger-Halle, Weiden
25. Mär. 2026	Pam Pam Ida	Schafferhof, Windischeschenbach
27. Mär. 2026	Irina Titova - Queen of Sand	Congress-Centrum, Amberg
29. Mär. 2026	Sigi Zimmerschied	Schafferhof, Windischeschenbach
29. Mär. 2026	Fantasy - Bube Dame König - Tour 2026	Congress-Centrum, Amberg

APRIL 2026



07. Apr. 2026	Heino - Made in Germany Solo Tour 2026	Max-Reger-Halle, Weiden
08. Apr. 2026	VERLEGT- Kastelruther Spatzen Tournee	Max-Reger-Halle, Weiden
09.04.2026	Da Meier & Watschnbaam	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
10. Apr. 2026	Fonse Doppelhammer	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
10. Apr. 2026	Bewie Bauer - Ein Teenager wird 50!	Schafferhof, Windischeschenbach
10. Apr. 2026	Abba Diamonds	Congress-Centrum, Amberg
10. Apr. 2026	Mathias Tretter	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunsthöhne
11. Apr. 2026	Beyond - A Pink Flyod tribute	Congress-Centrum, Amberg
15. Apr. 2026	Heeresmusikkorps Veitshöchheim	Max-Reger-Halle, Weiden
16 Apr. 2026	Sarah Brandhuber	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld



17. Apr. 2026	Roland Hefter	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
18. Apr. 2026	Lisa Wahlandt Quartett	Schafferhof, Windischeschenbach
18. Apr. 2026	Monty Python`s Spamalot	Kettelerhaus Saal, Tirschenreuth
18. Apr. 2026	Holger Paetz	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunsthöhne
19. Apr. 2026	Tom & Basti	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
19. Apr. 2026	SAD-88	Mehrzweckhalle, Kemnath



MIT DER **VORTEILSCARD** RABATTE SICHERN

10%
 15%
 20%

Bei den mit gekennzeichneten Veranstaltungen erhalten Sie Rabatt auf die Eintrittskarten. Vorteils card einfach in den Vorverkaufsstellen vorlegen oder bei Online-Bestellung Code und VC-Nummer angeben.

Tickets bequem und einfach von zu Hause aus kaufen. Oder lassen Sie sich in unseren Geschäfts- und Vorverkaufsstellen beraten:
www.nt-ticket.de/vorverkaufsstellen

Der neue Tag · Weigelstraße 16 · 92637 Weiden
Telefon 0961/85-550
Montag bis Donnerstag 8 bis 16.30 Uhr · Freitag 8 bis 14 Uhr

Amberger Zeitung · Mühlgasse 2 · 92224 Amberg
Telefon 09621/306-230
Montag bis Donnerstag 8 bis 16.30 Uhr · Freitag 8 bis 14 Uhr



Veranstaltungen

oberpfalz
medien präsentiert

Queen of
SAND
IRINA TITOVA
IN 80TAGEN UM DIE WELT

AMBERG - ACC
27. Mai 2026

HANS SÖLLNER
23.04. NEUMARKT
24.04. NEUNBURG v. Wald

30.12.25 WEIDEN
M-R-H

DIE NACHT DER 5 TENORE
Mit den PLOVDIVER SYMPHONIKERN

Benefizkonzert
Lions Club Goldene Strasse
**HEERESMUSIKKORPS
VEITSHÖCHHEIM**

15.04. WEIDEN
Max-Reger-Halle

Die erfolgreichste Musicalgala mit den Starsolisten der Musicalszenen

Die NACHT der MUSICALS
Das Original!

FROZEN • TANZ DER VAMPIRE • ALADDIN • PHANTOM DER OPER • CATS
KÖNIG DER LÖWEN • MAMMA MIA • MOULIN ROUGE u.v.m.

19.03.2026 AMBERG
AMBERGER CONGRESS CENTRUM // 20:00 UHR

TICKETS: eventim Vorverkaufsstellen, alle örtlichen Vorverkaufsstellen

oberpfalz
medien präsentiert

VOX X CLUB

CHARMANT
LUSTIG
UNERWARTET
BERÜHREND

BURNING TOUR
LEDERHOS'N

20.12.2025 / 20:00 UHR / AMBERG / CONGRESS CENTRUM

oberpfalz
medien präsentiert

DIE PERFEKTEN GESCHENKIDEEN!

THOMANN-MANAGEMENT
präsentiert

SCHLAGER & Spaß

ANDY BORG

SIGRID & MARINA

Mo., 05.01.26

MADE IN GERMANY

HEINO

DAS BESTE AUS
ÜBER 65 JAHREN

Di., 07.04.26

Kastelruther Spatzen aus Südtirol

Mi., 08.04.26

Max-Reger-Halle WEIDEN

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

www.THOMANN-Management.de | Burgebrach

TOUR 26/26

12 THE TENORS

SONGS OF ETERNITY

ROCK | POP | KLASSIK

10.02.2026 / 20:00 UHR / WEIDEN / MAX-REGER-HALLE
12.02.2026 / 20:00 UHR / AMBERG / CONGRESS CENTRUM

Tickets & Infos bei allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie unter www.star-concerts.de

oberpfalz
medien präsentiert

CAVALLUNA
PASSION FOR HORSES

TOR ZUR ANDERSWELT

14. - 15.02.26 Nürnberg
PSD Bank Nürnberg ARENA

www.cavalluna.com

REL, Gold, 4Pferde, CAVALLA, e-horses, PHOTOFEST, str. Juppel, MarktSpiegel

Leserreisen

Jetzt zu unserem Reise-Newsletter anmelden!

leserreisen-onetz.de/newsletter

PURA VIDA MUSICAL ENTERPRISES PRESENTS

ABBA MAMMA MIA
AND MUCH MORE
A GREAT TRIBUTE SHOW

01.03.2026 WEIDEN
MAX-REGER-HALLE // 20:00 UHR

TICKETS: eventim Vorverkaufsstellen, alle örtlichen Vorverkaufsstellen

Zoigl

mit Brotzeiten
Freitag, 12.12. bis Sonntag, 14.12.2025
Glasulz
Sonntag: Braten und Schäuferle

Binnerlindl

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

ALEXANDER WÜRZ

Die Egerländer
MUSIKANTEN

20. JAHRE
JUBILÄUMSTOUR

So., 19. APRIL 2026 18.00 Uhr
WEIDEN Max-Reger-Halle

Tickets b. a. reservix-VVK-St., reservix.de

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



Der perfekte
Start
in den Tag!

Oberpfalz Medien GmbH
E-Mail: leserservice@oberpfalzmedien.de



Helfen Sie
uns helfen!

Liebe Leserinnen und Leser,

als regionale Tageszeitung berichten wir täglich über Themen, die die Welt bewegen. Dabei steht die Region im Mittelpunkt. Hier in der Oberpfalz sind wir zu Hause, ihr fühlen wir uns besonders verpflichtet.

Deshalb setzen wir uns seit 1994 mit der Hilfsaktion „Lichtblicke“ für Bedürftige in der Region ein. Wir wollen dazu beitragen, dass Menschen in Not eine neue Perspektive erhalten und aktiv am Leben teilnehmen können. **Helfen Sie mit!** Jede kleine Spende trägt dazu bei, dass wir gemeinsam viel erreichen können – für die nördliche Oberpfalz und die Menschen, die hier leben. Die Aktion „Lichtblicke“ dankt Ihnen für Ihre Unterstützung!



LICHTBLICKE E.V.
— WIR HELFEN MENSCHEN —



Spendenkonto Neustadt/WN: Sparkasse Neustadt/WN
IBAN: DE58 7535 1960 0240 0221 11 | BIC: BYLADEM1ESB

Spendenkonto Tirschenreuth: Sparkasse Oberpfalz Nord
IBAN: DE29 7535 0000 0008 0129 99 | BIC: BYLADEM1WEN

www.lichtblicke-oberpfalz.de | Oberpfalz Medien GmbH · Weigelstraße 16 · 92637 Weiden

» **Wir lieben Bauen und Renovieren**
Wir sind ein mittelständischer leistungsstarker Baustoff-Fachhandel mit mehreren Niederlassungen.

Für unseren Standort in **Amberg** suchen wir:

- » **Baustoffverkäufer** (m/w/d)
- » Schwerpunkt: allgemeine Baustoffe und/oder
- » Fachmarkt: Werkzeug & Maschinen

Für unseren Standort in AM / WEN / LAU und LTH suchen wir:

- » **Auszubildende zum Kaufmann**
im Groß- und Außenhandelsmanagement (m/w/d)

Infos unter: www.meier-baustoffe.de/Karriere
Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen senden Sie an
eMail: bewerbung@meier-baustoffe.de



Amberg – Lauf – Lauterhofen – Neumarkt – Schnaittenbach – Su.-Ro. – Weiden

Stellenangebote

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

- **Saisonkräfte für die Stadtgärtnerei**
- **Sachbearbeiter/-in für Wohngeld, Bildungs- und Teilhabeleistungen**

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

Bei Interesse bewerben Sie sich bitte online!

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



Der Markt Plößberg sucht

eine/n Verwaltungsmitarbeiter/in für das Hauptamt (m/w/d)

zum nächstmöglichen Zeitpunkt, unbefristet in Vollzeit

Nähere Informationen zur Ausschreibung finden Sie unter www.ploessberg.de/Stellenangebote/70007

Der Bewerbungsschluss ist der 15.01.2026.

Markt Plößberg, Jahnstr. 1, 95703 Plößberg

Zur Unterstützung unseres Teams suchen wir einen **Kaufmännischen Angestellten (m/w/d) in (Teilzeit)**

Ihre Aufgaben

- Allgemeine Büroarbeiten
- Auftrags- und Rechnungswesen
- Auslesen und Nachverfolgung von Bestellungen
- Buchhalterische Kenntnisse sowie im Einkauf wünschenswert
- Verwalten von Kunden & Personaldaten
- Personalwesen
- Diverse Backoffice-Aufgaben

Die Anforderungen

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung idealerweise mit Berufserfahrung
- Fundierte Kenntnisse mit MS-Office & möglichst einem ERP-System
- Zuverlässigkeit, Eigeninitiative sowie strukturierte u. zielorientierte Arbeitsweise
- Deutsch- und Englischkenntnisse in Wort und Schrift



BHB Produktion GmbH
Etzenrichter Str. 8
92729 Weiherhammer

Senden Sie uns Ihre Bewerbung zu Händen an Herrn M. Döhring

Per Mail:
einkauf-systems@bbh.net
Telefon: 0961 / 482 44-0

Flexible, freundliche Servicekraft (m/w/d)

Vollzeit, Teilzeit oder Minijob, ab sofort in **Nabburg** gesucht.

Spiel & Fun GmbH
0152/57577770
kontakt@spiel-treff.info



WIR SUCHEN

ZUSTELLER (m/w/d)
Minijob - Basis

Liefere News aus der Region für:

Amberg – Erbdorf –
Freudenberg – Gebenbach –
Hirschau – Hohenthann – Luhe
Wildenau – Schlicht – Sulzbach –
Weiden – Wurzbach



JETZT BEWERBEN

Ansprechpartner:

Recruiting Team
karriere@oberpfalzlogistik.de
Tel.: 0961 85 635
www.oberpfalzlogistik.de/karriere/



Hier schlummert Ihr Nebenjob.

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/



Weil unsere **Zukunft** nicht ohne die entsteht, die sie vorantreiben.



Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Zur Unterstützung unseres Teams suchen wir:

Privatkundenbetreuer (m/w/d)
in der Geschäftsstelle Eslarn

Sachbearbeitung im Bereich Kredit (m/w/d)
für Privat- oder Firmenkundengeschäft

Die ausführliche Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Internetseite.
Bewerben Sie sich jetzt bis zum 19.12.2025!
Online unter www.vr-nopf.de oder durch Scannen des QR-Codes.

Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG



„Ich gehe meinen Weg mit Sicherheit.“

Als Agenturleiter (m/w/d) in Sulzbach-Rosenberg für die starke HUK-COBURG

Unsere Vorteile

- ✓ Startfinanzierung
- ✓ Top-Ausbildung
- ✓ Viele Kundenkontakte

Dein Profil

- ✓ Du willst etwas Eigenes aufbauen und gehst offen auf Menschen zu
- ✓ Unternehmerisches Denken bringst du mit – oder hast Lust, es zu entwickeln



Jetzt bewerben!
Geschäftsstelle Sulzbach-Rosenberg
Stefan Stöcker
Tel. 0911 2498 19892



STELLEN-SPEZIAL Ausbildung & Weiterbildung

Top Erscheinungstermin
zu Weihnachten & Silvester

Sehr geehrte Kunden,

am **20. Dezember 2025** erscheint das beliebte **Sonderthema „Ausbildung und Weiterbildung“** in unserer Tageszeitung.

Nutzen Sie die Chance, Ihre Stellenausschreibung in diesem Sonderthema zu platzieren und profitieren Sie von einem **25% Rabatt auf den Listenpreis!**

Zudem ist eine zusätzliche Erscheinung in der OWZ am 27. Dezember enthalten und die Anzeigen stehen für 30 Tage auf unserem regionalen Jobportal stellen.onetz.de, somit ist Ihre Anzeige bis ins Jahr 2026 präsent.

Alle wichtigen Infos auf einen Blick: Erscheinungstermin:
Sa., 20. Dezember 2025 (Tageszeitung)
Sa., 27. Dezember 2025 (OWZ)

Anzeigenschluss:
Do., 18. Dezember 2025

Medium:
Gesamtausgabe Tageszeitung
+ OWZ (Wochenzeitung)
+ Online-Stellenportal (30 Tage)

Jetzt Preisvorteil von 25% sichern!



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 Inbetriebnahmen
- Wartungen
- Störungsbehebungen

Ihr Profil

- 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 (Fahrzeiten 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



Interesse geweckt?

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.com



Ansprechpartner:

Das Team der Stellen-Unit
stellen@oberpfalzmedien.de
Tel. 0961/85-330

Stellenangebote

Die **Stadt Amberg** bietet zum 01.09.2026 folgendes **duales Studium** an:

Diplom-Verwaltungswirt/-in (m/w/d)
(Anwärter/-in der 3. Qualifikationsebene,
Fachlaufbahn Verwaltung und Finanzen)

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

Bei Interesse bewerben Sie sich bitte online bis **spätestens 12.01.2026!**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!



NEW! Landkreis Neustadt an der Waldnaab

Der Landkreis Neustadt an der Waldnaab sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt: eine Schul-/Busaufsicht (m/w/d) für das Sonderpäd. Förderzentrum in Neustadt

Bewerbungsschluss: 19.12.2025



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



Wir informieren Sie gerne.
Telefon: **030 311777-730** • [wwf.de/testamente](https://www.wwf.de/testamente)



Die Gemeinde Freudenberg (ca. 4.200 Einwohner) sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n

Fachangestellten für Bäderbetriebe (m/w/d)
oder

Meister für Bäderbetriebe (m/w/d)

Den gesamten Text zu der Stellenausschreibung, insbesondere die Angaben zu den geforderten Qualifikationen sowie zum Aufgabengebiet können Sie unter www.gemeinde-freudenberg.de einsehen.

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte bis spätestens **07.01.2026** an die Gemeinde Freudenberg, Hammermühle 1, 92272 Freudenberg, oder per E-Mail im PDF-Format an poststelle@gemeinde-freudenberg.de.

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



HR SPECIALIST PAYROLL (m/w/d)

- Übernahme der monatlichen Lohn- und Gehaltsabrechnung inkl. des Meldewesens
- Gestaltung von externer zur internen Payroll
- Mitarbeitenden Betreuung in verschiedenen Tarifverträgen sowie außertariflichen Anstellungen

PERSONALREFERENT HR OPERATIONS (m/w/d)

- Zentrale Ansprechperson für Mitarbeitende in allen personal-relevanten Belangen
- Übernahme der gesamten Administration des Employee Lifecycles – von Vertrag bis Lohnabrechnung
- Digitalisierung unserer HR-Prozesse und Gestaltung von effizienten, zukunftsfähigen Abläufen

ANSPRECHPARTNER:

Oberpfalz Medien
Recruiting-Team | 0961/85-1213
Weigelstraße 16 | 92637 Weiden

Mehr Infos unter:
www.oberpfalzmedien.de/karriere/stellenanzeigen

oder hier:



Die Autobahn
EINE FÜR ALLE.

Gemeinsam. Sicher. Mobil.

Die **Autobahn GmbH des Bundes** sucht Sie ab sofort, **befristet bis zum 30.04.2026**, als

Mitarbeiter für den Winterdienst (m/w/d)
in der **Autobahnmeisterei Windischeschenbach**

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung.

Detaillierte Informationen zu der ausgeschriebenen Position finden Sie auf unserer Karriereseite <https://karriere.autobahn.de>



Stellenangebote

2. Standbein für Steuerfachleute!
Tel. (09632) 9 22 91 20, Mo.-Fr. 8-18 Uhr
www.steuerverbund.de/standbein

Suche Taxifahrer/in in Kemnath od. Erbendorf, Voll- oder Teilzeit od. Minijob. ☎ 09642/704540

Stellengesuche

Rentnerin, 63 Jahre, mobil, bietet sich für Altenbegleitung, Einkaufsfahrten oder leichte Haushaltstätigkeiten an. ☎ 0151/58819633

Private Stellenangebote

Reinigungskraft für Privathaushalt. Wir suchen für sofort, spätestens ab 01.02.2026 eine zuverlässige und vertrauenswürdige Reinigungskraft für 2 Personen Privathaushalt mit Hund in Grafenwöhr, ca. 3x pro Woche auf Minijobbasis. Zuschr. Nr. W49132Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Chaos im Büro? Gelernte Bürokauffrau bietet Bürotätigkeiten 1-2/Woche neben Studium an. Zuschr. Nr. W49079Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Rentner sucht Minijob in Amberg oder Umgebung. ☎ 0160/5289943

82jähr., natürl. Rentnerin, verwitwet, Raum Weiden, gehbehindert, geistig fit, su. eine nette, zuverläss. u. ehrl. Frau zur Unterstützung im Haushalt u. als Begleitung, 1x wöchentlich, Auto vorh., alles andere persönlich. Auf eine positive Antwort freut sich: ☎ 01525/9885464
Im Voraus vielen Dank!

Kinderbetreuung

Tagesmutter in Amberg hat kurzfristig ab Januar 2026 Halbtagesplatz frei (für ab 2-jähr.). ☎ 0176/43785902

Pflege vor Ort

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

24-Stunden-Pflege zu Hause. Wir helfen Ihnen gerne weiter! Alternative zum Pflegeheim. ☎ 0157/76881768. www.buchmann-betreuung-zuhause.de



ausbildung-oberpfalz.de

**JETZT
SICHERN!**

**6 WOCHEN ZUM
SPARPREIS LESEN**



**SCHON AB
24,99 €**

**6 MONATE LESEN,
NUR 4 BEZAHLEN**



**SCHON AB
22,66 €/MONAT**

Die ersten 100 Bestellungen erhalten einen Glubschi-Elch von Nici



WEIHNACHTSFREUDE

IHRE HEIMATZEITUNG ZU FESTLICHEN PREISEN

- Täglich frühmorgens druckfrisch im Briefkasten
- Mit dem E-Paper die Nachrichten von Morgen schon ab 20 Uhr am Vorabend lesen
- Inkl. OnetzPlus-Zugang mit Zugriff auf alle exklusiven Inhalte



Online bestellen unter:
onetz.de/abo-mini25



Oder telefonisch:
0961 / 85 - 501

Verlagsgarantie: 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.

Immobilienverkauf
Immobilienverkauf

www.ofen-goetz.de

Immobilienverkauf
1-2-Familien-Häuser

Amberg/Dreifaltigkeit DHH, ruh. Wohnlage, Bj 1981, 122 m² Wfl., 299 m² Grundstück, 6 Zi., Kü., Bad, Gäste-WC, Keller, Einzelgarage, von Privat. ☎ 0171/8323706

Immobilienverkauf
Doppel-/Reihenhäuser

Attraktives Reiheneckhaus in begehrter Lage in Weiden-Ost zu verk., Wfl. ca. 170 m², ca. 400 m² Grund, mitten im Grünen, dennoch zentrumsnah, exkl. Innenausstattung, Studiobereich im DG, VB 630.000,- €, ☎ 0173/5967005

Immobilienverkauf
Grundstücke

Baugrundstück für Einfamilienhaus in Schwarzenfeld und Umkreis (10km) gesucht. Ca. 600-1000 m². Ihr Angebot wird diskret behandelt! ☎ 0171/ 9735350

Immobilienverkauf
Immobilienankauf

Suche Haus oder Grundstück Junges Paar sucht naturgelegenes Haus (auch gerne älter) oder Grundstück in Weiden (+ 20 Kilometer Umkreis) zum Kauf. ☎ 0171 7459849

Suche renovierungsbedürftige Wohnung zum Ankauf von privat für privat. Amberg, Weiden und Umkreis (max. 10 km). Ich bin kein Makler. Tel.: 09627/9245333

Suche renovierungsbedürftige Wohnung in Weiden / AM/TIR /SAD. Bitte alles anbieten. 0160/96330260

Immobilienkauf
1-2-Familien-Häuser

Haus mit Garten gesucht: Suche für meine Familie ein Haus mit Garten und Platz für zwei Kinderzimmer und Büro. Wir leben gerne in einer ruhigen, naturnahen Umgebung im Umkreis von Erbendorf oder dem Rauhen Kulm. ☎ 0171/8765653

Immobilienkauf
Mehrfamilienhäuser

Mehrfamilienhaus von Privat zum Kauf gesucht, Lkr. AS, Stadt Amberg. ☎ 0152 286 010 37

Immobilienkauf
4-Zi.-Eigentumswhg. u. größer

In Amberg von privat neuwertige Penthouse- Wohnung gesucht. ☎ 0152/07976102

Immobilienkauf
Grundstücke

Suche Grundstück zum Kauf im Raum Winklarn und Umgebung, bevorzugt am Ortsrand. ☎ 0174-8083002

Vermietungen
Gewerbliche Räume

WEN-SÜD: Laden mit Nebenräumen zu vermieten. Zuschr. Nr. W49113Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Vermietungen
1-Zi.-Wohnungen/App.

AM: 1-Zi-Whg, 45m² - Nähe Siemens 2.OG, voll möbliert, EBK, Dusche, WC, Wohn-Schlafraum, nur für WE-Heimfahrer, 620€ warm. ☎ 0 96 21 / 17 27 008

Vermietungen
2-Zi.-Wohnungen

Weiden-Ost: 2-Zi.-Whg. 66 m², Hochparterre, Küche m. neuer EBK, Bad m. Wanne u. Dusche, Balkon, Kellerraum, TG-Stellplatz sep. anmietbar, KM 550,- € + NK ab 01/2026, Anfrage an: whgweiden@web.de

Altendorf b. Nabburg: Sehr gut ausgestattete 2-Zi-Whg. 63 m², 1. OG, mit Balkon, EBK, Bad mit Dusche und Badewanne, KM 335,-€ + NK 140,-€ (Ölhzg.). Ab 1.2.2026 zu verm. ☎ 09675/4279995, ☎ 0151/28920769

Nabburg: 2,5-ZKB, Einliegerwohnung in 3-Parteien-Haus, ca. 68 m², ruhig und gepflegt, Ankleide/Büro, Abstellraum, Kellerabteil und eigenem Garten. Ab sofort zu vermieten. ☎ 09433/437

AM, Jahnstr. 43: 2-Zi.-Whg. 51 m², Wohnkü., EBK, Kfz.-Stellplatz, Terrasse, Abstellraum, neu renov. Bad, KM 480,- €+ NK + Kautions, sep. Eingang, ab 1.2.2026. ☎ 0178/1491477

Su. Nachmieter für 2-Zi.-Whg. mit Balkon in Sulzbach-Rosenberg, 65 m², KM 480,- €, NK 150,- €, Heizung 120,- €. ☎ 0911/53722

Floß: 94 m² helle Dachgeschosswohnung, 2-Zi., KM 650,00 € + 100,00 € Nebenkosten, EBK ab 01.01.2026 zu verm. ☎ 0160/7783158

Fensterbach: 2-Zi.-Whg. 54 m², Kü., Bad, kl. Terrasse, Stellpl., ab 01.02.2026 zu verm. ☎ 0160/90600281

2-Zi.-Wohnung, 40 m², EBK, Stellplatz, Keller, EG, **Amberg/Nähe Krankenhaus**, zu vermieten. ☎ 0160/6156278

Vermietungen
3-Zi.-Wohnungen

Kümmersbruck: 3 Zimmerwohnung in guter Lage. 3 Zimmer, 1. Stock, ca. 81m², Bad, WC, EBK, Wirtschaftsraum, Esszimmer, Balkon überdacht, Kelleranteil, Kfz Stellplatz, ideal für Singles und Paare ab 45 Jahre, Nichtraucherwohnung, keine Tiere. KM 610,-, NK 160,-. Zuschr. Nr. W49122Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Mietgesuche
Garagen/Stellplätze

Suche Garage im D-Programm Amberg zu mieten oder kaufen. ☎ 0172/8208245

Suche Garage in 92266 Ens Dorf für mein Auto, Miete 30,- bis 50,- € mtl. ☎ 0176/34657891

Vermietungen
4-Zi.-Wohnungen u. größer

Kümmersbruck: Bestens renov. 4-Zi.-DG-Whg. 1,5 km v. Stadtrand AM u. Siemens, ruh. Lage, sehr helles DG, 84 m², 4 Zi., Kü. m. EBK, Bad/WC/Du., ZH, Kellerraum, Nutzung v. Blk. u. Garten mögl., Miete: 650 € + NK., Optional Garage. Frei ab 1.2.26. Anfragen per Mail an: wohnungbruck@web.de

Kümmersbruck, 110 m², 4 Zi., Kü., Bad, Esszimmer, Balkon und Garage, 1. Stock, KM € 750,- + NK € 150,-, ab 1.3.2026. ☎ 09621/72346

Vermietungen
Garagen/Stellplätze

Carport in Haselmühl zu vermieten, L 5,5 m, B 2,4 m, H 2,6 m. ☎ 0151/26242196

Tiefgaragen-Stellplatz, Deinfelderstr. 18, Amberg, ab sofort zu vermieten. ☎ 0170/2421704

Bis zu 100% Rabatt

... wenn Sie Ihre Immobilie vermieten.

Gleich Anzeige schalten!
2-5 Zeilen für nur 25,49 €
Jede weitere 3,50 €!

Sie haben Ihr Objekt beim ersten Inserieren nicht vermietet?

Kein Problem. Nutzen Sie unsere Kleinanzeigen-Aktion!

Für die zweite Anzeige zahlen Sie nur noch 50%.

Die dritte kostet nur noch 25% und mit der vierten Anzeige bewerben Sie Ihre Immobilie kostenlos.

Aktion nur gültig für Privatkunden. Die inbegriffene Online-Veröffentlichung (4,50 €) ist nicht rabattierfähig.

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



OWZ

Redaktion:
redowz@oberpfalzmedien.de

www.onetz.de/owz

immo.onetz.de
die Spezialisten für Immobilien in der Oberpfalz
Partner von immo.onetz.de sind z. B.



Das große Immobilienangebot der Region!

oberpfalz medien

ImmoCenter | FinanzCenter GmbH

Schloßgraben 8
92224 Amberg
Telefon 09621 78772 44
Telefax 09621 78772 49
E-Mail info@immo-center.de
Web www.immo-center.de
Mitglied im Immobilienverband Deutschland IVD

SOMMER Immobilien

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

Gregor Immobilien- und Hausverwaltung

Ihre Zufriedenheit ist unsere Verpflichtung seit 1993

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

CITYIMMOBILIEN GmbH

Immobilien-gesellschaft der Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG

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

SPARRER IMMOBILIEN

30 Jahre Immobilien Sparrer – Erfahrung, die für sich spricht.

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

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.



Regenschirm oberpfalz medien

21,90 €
19,90 € mit Vorteils-card

Mit unserem Knirps „Sauweda“ kommen Sie trocken durch jedes Oberpfälzer Wetter. „Windproof“, mit leichtgängigem Handöffner und farblich passender Hülle.

Erhältlich in unseren Geschäftsstellen:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstr. 16, 92637 Weiden
Amberger Zeitung | Mühlgasse 2, 92224 Amberg

Weitere tolle Artikel finden Sie unter: onzet-shop.de

Auto & Motor

Mercedes



Cabrio Mercedes 300 E, Bj. 2018,
Original 62.000 km, schwarz mit hell-
beigen Leder, Winterpreis € 39.500,
winterfrei, Garagenwagen.
☎ 0171/7428742

Mercedes 200 CDI,
Bj 2008, 296tkm, WR neu, SR 70 %, AHK, TÜV neu, VB 2500,- €. ☎ 09602/6807 oder 0151/11044773

CLK 200 Compressor Coupe, Bj. 2003,
113.900 km, Garagenwagen, gepflegt,
TÜV neu, VB. ☎ 0175/2942451

Seat

Seat Ibiza, Kubik 1198, KW/PS 51/70, Bj. 8/2012, Euro 5, 180.000 km, 5 Türen, Farbe rot, TÜV neu, Radio, ZV, Klima, Alufelgen, WR, Top-Zustand, 4.250,- €. ☎ 0171/8149623

Suzuki

Suzuki Grand Vitara Diesel, 1. Hd., 5-trg., AHK, alle Extr., Bj. 08, TÜV 07/26, 129 PS, 280.000 km, VB 1.900,- €. ☎ 01515/6942680

Volkswagen



VW-Golf VII Comfortline 1.6 TDI Facelift
uranograu, 06/2019, 116 PS, 132000 km, Scheckheft, Climatronic, LED-Scheinw, Alufelgen in Wagenfarbe, TÜV 04/26 (neu auf Wunsch), € 12.750,-. ☎ 0160/1540001

Golf VI, 1197 ccm, 63 kW/85 PS, grau-met., 160 TKM, Benziner, Euro 5, TÜV 12/26, Klima, Sitze Stoff/Leder, Parkkontr., eFH, eASP, ZV, Radio, KD u. Steuerkette neu, 8fach ber., 5.650,- €. ☎ 0171/8149623

Golf V, Bj. 2004, 55 kW/75 PS, Winterauto, TÜV 2/2026, zum Herrichten oder Ausschl., VB 750,- €. ☎ 0173/9453261

Günstige Gebrauchte



Einsetzen 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

Nissan X-Trail, Modell California DCI Allrad, 136 PS, 200.000 km, Rostschäden, Bj. 8/2006, mit AHK, VB 800,- €. ☎ 09634/2111, zw. 12.00 u. 13.30 Uhr od. ab 19 Uhr

Bereifung

Reifen 16 Zoll

4x Alufelgen o. Reifen 7,5 J 16" H2 KB A 48507, VB. ☎ 09438/281

Reifen 17 Zoll



Winterkomplettreder f. Renault Captur II 4 WR Kleber Kris Alp HP3, 215/60/17, Profiltiefe 6mm, DOT 16/21 auf Alufelgen CMS C22 7,5 x 17, ET 35 x 114, VB 350,00 € ☎ 0171/7512149

Anhänger

Autoanhänger Aumüller, 750 kg, gut erhalten, VB 250,- €; ☎ 09655/509

Autokaufgesuche

Autoverwertung Wollenzhofen GmbH
kauft Autos zum Ausschachten und Schrottfahrzeuge.

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

Wohnmobile/Caravan

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

Motorräder

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

Anzeigen-Service

0961/85-502

Sie suchen oder verkaufen eine Landmaschine?

Dann inserieren Sie unter unserer Rubrik „Landwirtschaft“.

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

LANDWIRTSCHAFT

Landmaschinen

Verk. Holzwagen und Ballenwagen,
4,20 m lang, 2 m breit.
☎ 0177/6213420

Tiermarkt

Gockel abzugeben. Vorwerkgockel abzugeben, ca. 15 Monate alt. Sehr kräftiger Hahn in gute Hände abzugeben.
☎ 0151/20185419

5 Gockel zu verkaufen.
☎ 09662/9354 ab 17 Uhr

Verkauf ab Hof

Frisch geschlachtete Freilandgänse
zu verkaufen, auf Vorbestellung, Nähe Pleystein. ☎ 0175/8526481

Weihnachtsgänse aus Weidehaltung, Hofladen Frohring, Wunsiedel.
☎ 0176/3928608

Bratfertige Freilandenten, 2-3 kg, zu verkaufen. ☎ 09604/3623

Landw. An- und Verkauf

Verk. Stroh, Quaderballen, 1. Wahl, 30,- € netto/St., 2. Wahl, 20,- € netto/St., **Roggen,** 280,- € netto/to. und **Hafer,** 290,- € netto/to., EU Bio. Lieferung mögl., ☎ 0177/7064944

Hier ist für jeden etwas dabei.

Unsere Magazine für Sie.
onetz.de/magazine

Viele tolle
Veranstaltungen!

Jetzt Tickets im Vorverkauf
sichern und bequem zu
Hause ausdrucken.

ntticket.de



Überraschen Sie Ihre Liebsten
mit einem ganz besonderen Geschenk.

Einer Glückwunschanzeige zum
Geburtstag!

Eine Auswahl an verschiedenen Anzeigenformaten und Motiven
finden Sie in unseren Geschäftsstellen
oder online unter onetz.de/anzeigenmuster-nette-rubrik

Oberpfalz Medien GmbH

Telefon 0961/85-502

E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

oberpfalz
medien



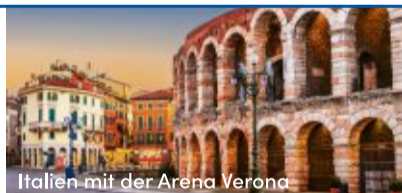
Die Brücke Ponte Pietra in Verona

„Nabucco“ in der Arena die Verona

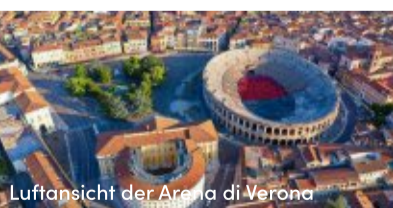
Die Arena di Verona ist eines der größten Amphitheater der Welt. Sie wird seit 1913 als Konzertstätte genutzt und ist berühmt für ihre hervorragende Akustik. Das gesamte Opernspektakel, die Atmosphäre, tausende brennender Kerzen während der Aufführungen – all das macht den Besuch immer wieder zu einem unvergesslichen Musik-erlebnis unter südlichem Sternenhimmel.

Ihre Inklusivleistungen

- Fahrt im komfortablen Reisebus ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 3 Übernachtungen inkl. Frühstück im Hotel Relais Empire (400 Meter von der Arena entfernt)
- Tagesausflug Veroneser Berge inkl. Mittagessen & Stadtrundgang Verona
- Opernkarte für die Aufführung „Nabucco“ in gewählter Kategorie



Luftansicht der Arena di Verona



Ihr Reiseterrain

07.09. – 10.09.2026

Reisepreis p. P. im DZ

ab 889 €

Buchbar bis 30.03.2026 | ☎ 10,- €



p. P. im DZ ab 1.099 €

Traumhaftes Slowenien

14.09. – 19.09.2026

Ihre Reisehighlights

- Fahrt im komfortablen Reisebus mit Fahrrad- und Gepäcktransport ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 5 Übernachtungen inkl. Halbpension im 4-Sterne Hotel Špiš
- Begleitete Radtouren mit einer erfahrenen Reiseleitung

Buchbar bis 27.07.2026 | ☎ 10,- €



p. P. im DZ ab 1.449 €

Wanderträume auf Mallorca

11.04. – 18.04.2026

Ihre Reisehighlights

- Flug ab/bis München nach Palma de Mallorca
- 7 Übernachtungen inkl. Halbpension im 4-Sterne-Hotel El Cid
- 4 Wanderungen mit deutschsprachiger Wanderführung u.a. durch das Orantental, entlang des alten Wirtschaftsweges uvm.

Buchbar bis 06.02.2026

Leserreisen
oberpfalz
medien

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, Puricellstraße 32, 93049 Regensburg tritt als Veranstalter auf. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.
Angebote solange der Vorrat reicht, inkl. MwSt. sowie exkl. kommunaler Abgaben. ☎ Vorteilscard-Rabatt ☎ Frühbucherrabatt
Bildnachweise: v.l.n.r.: © Yasonya/Shutterstock.com, © Sean Pavone/Shutterstock.com, © Aerial-motion/Shutterstock.com, © Umomos/Shutterstock.com, © Serenity-H/Shutterstock.com

M-TOURS
ERLEBNISREISEN



Zahnärzte am Steinwald

Altenstädter Str. 2, 92681 Erbandorf
Tel. 09682/855
www.zahnarzt-erbendorf.de



Zahnhygiene –

Der Schlüssel zu gesunden Zähnen

Zahnschmerzen, Zahnverlust, teure Behandlungen – all das lässt sich vermeiden. Die Lösung? Gründliche Zahnhygiene. In der Praxis „Zahnärzte am Steinwald“ in Erbandorf weiß Dr. M. Sc. Daniel von Knippenberg, wie wichtig tägliche Pflege ist: „Wer seine Zähne nicht regelmäßig reinigt, riskiert Entzündungen, nicht nur an den Zahn selbst in Form von Karies, sondern auch den Kieferknochen angreifen, diesen abbauen und letztlich zum Zahnverlust führen können.“

Viele Patienten denken, Zahnprobleme seien genetisch von Eltern oder Großeltern weitergegeben („Mein Vater hatte in dem Alter längst eine Totalprothese“). Allerdings ist dies so nicht ganz richtig. Der damalige wissenschaftliche Stand der Zahnmedizin war nicht der, der er heute ist. Durch das aktuelle Wissen um die Entstehung von Erkrankungen im Zahn und Kieferbereich kann Problemen heute viel besser entgegengetreten werden.

Die Entfernung stark bakterieller Beläge ist dabei essentiell. Denn dort, wo keine Beläge sind, halten sich auch keine Bakterien auf. Diese wiederum können minimale Säuren mehr produzieren, die den Zahn sowie den Kieferknochen angreifen beziehungsweise abbauen.

Die häusliche Zahnpflege sollte mit elektrischer Zahnbürste und Zahnseide erledigt werden. Da die Zahnzwischenräume 40 Prozent der Zahnoberfläche ausmachen, bedeutet ein Nicht-Verwenden von Zahnseide oder Interdentalbürstchen, dass die Zähne nur zur Hälfte geputzt sind.

Essentiell ist zudem eine professionelle Zahnreinigung, die qualifizierte Mitarbeiter (Dentalhygieniker beziehungsweise Prophylaxemitarbeiter) regelmäßig, das heißt zweimal pro Jahr, durchführen sollten. Eine solche professionelle Zahnreinigung – falls gründlich und richtig ausgeführt – sollte mindestens 45 Minuten beziehungsweise eine Stunde dauern. Des Weiteren muss der Dentalhygieniker

den Patienten bei der Handhabung von Zahnseide oder Interdentalbürstchen unterstützen, so dass die häusliche Reinigung verbessert werden kann.

DAMIT DIE GESCHILDERTEN PROBLEME NICHT AUFTRETEN, GIBT DER ERFAHRENE ZAHN-MEDIZINER DREI EINFACHE, ABER WIRKUNGSVOLLE TIPPS:

1) Elektrische Zahnbürste verwenden: Reinigt effektiver als eine Handzahnbürste. Zwei bis vier Minuten, zweimal täglich reicht. Nach dem Essen circa 30 Minuten warten, bevor geputzt wird.

2) Zwischenräume nicht vergessen: Zahnseide oder Interdentalbürstchen entfernen Beläge dort, wo die Zahnbürste nicht hinkommt

3) Regelmäßige professionelle Zahnreinigung: Zweimal jährlich zum Zahnarzt – für eine gründliche Reinigung und Früherkennung möglicher Probleme.

SOS
KINDERDORF

Das beste Weihnachten:
strahlende
Kindergesichter!



www.sos-kinderdorf.de/geschenkspende

PARTNER & FREIZEIT



Freundschaften

Witwe, 76 J., sucht ehrl. Freundschaften mit Al-Anon. Zuschr. Nr. W49126Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Bekanntschaften

Hallo Ingrid! Anzeige NT 29/30.11.25. Bitte melde dich ohne PV unter Handy 0151/28973120, bin ebenfalls 68 Jahre.

Er sucht Sie

Attraktiver Lehrer 29J., 1,85, gute Figur, beliebt bei Alt und Jung, sucht nette, sympathische Sie, gerne auch mit Kind, Beruf u. Aussehen sind nicht so wichtig, Hauptsache Du hast das Herz am richtigen Fleck. Bin romantisch, großzügig, humorvoll, eig. Haus vorhanden, nur die Richtige dazu fehlt noch. Vielleicht bist Du das? Hab Mut u. melde Dich o. SMS, üb. ☎ 0162-5116800 Finde Deine/n Traumpartner/in **kostenlos** üb. www.die-wolke-7.de

Was bleibt, ist, was wir geben. Gebe Liebe, Treue, Vertrauen, Ehrlichkeit, wenn aus einem ersten Kennenlernen mehr werden sollte. Suche nette, schlanke Partnerin für gemeinsamen Weg. Bin 71, NR, NT, ü. 1,80 m und schlank, natürlich und ehrlich. Freu mich auf Zuschriften Zuschr. Nr. W49102Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Er, 68, su. nette, hübsche Frau mit weibl. Figur, Raum Weiden und Umkreis bis 30 km, bei Interesse bitte melden unter: ☎ 0172/1794042

Attraktive Karin 63 J., verwitwet, bin häuslich, herzlich, ich koche gut, umsorge gerne und wünsche mir pv einen bodenständigen, lieben Mann für immer. Bist Du auch oft einsam u. sehnst dich nach Harmonie? Dann rufe bitte an **0151-28383646 o. SMS für ein Leben zu zweit**

Mein Name ist Silke bin 52 J., bin sehr häuslich und äußerst kuschelbedürftig mit sexy Figur. Meinen Beruf als Krankenschwester mache ich mit viel Freude und Hingabe. Ich sehne mich nach einem starken, liebevollen und treuen Mann, den ich verwöhnen kann. Freue mich sehr auf deinen Anruf ü. PV Tel: **01607998576**

singletreff.as@gmx.de Di Sul Do AM für die real ehrliche Partnersuche bzw. die nicht allein verbrachte Freizeit

Wünsche mir einen warmherzigen, klugen, schlanken, bayerischen Partner. Ich bin 70 J., weibl., NR, studiert, bodenständig, schlank, sehr vielseitig interessiert u. mag die Natur, Musik, Fitness, ein gemütl. Zuhause u.v.m., Raum SAD. Interesse? Zuschr. Nr. AZ49127Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Hallo, bin die Bärbel, 73 Jahre jung, eine warmherzige, hübsche Witwe ohne Anhang, bin sehr gerne Frau und suche pv einen lieben, zärtlichen Mann, den ich gerne umsorgen u. verwöhnen möchte, auch bis ca. 80 Jahre. Weihnachten zu zweit – wäre doch so schön ☎ **0151 – 62913878**

Bin 78 Jahre, suche netten ehrlichen Partner. Zuschr. Nr. W49108Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Modelle

Reife Dame erot.Mass. ☎ 0152/23016907

TICKETS

für **ROCK & POP, SPORT, MUSICAL, KLASSIK, THEATER** und mehr,...!

ntticket.de

lms ticket
www.lms-ticket.de

ticketmaster®
Ticketmaster.de

1
FCN

Stage
ENTERTAINMENT

eventim

reservix
dein ticketportal

R

Bei uns an den **Ticketschaltern**
in **Weiden** und **Amberg!**

Der neue Tag

Weigelstraße 16 92637 Weiden
Telefon 0961/85-550
nt-kartenservice@oberpfalzmedien.de

Amberger Zeitung

Mühlgasse 2 92224 Amberg
Telefon 09621/306-230
az-kartenservice@oberpfalzmedien.de

oberpfalz
medien



zweisam.onetz.de

Hast a bisserl Zeit für mi, ich bin so allein, such a nettes Weibchen, die viel plaudern ka. Suche keine Putzfrau od. Köchin, sondern eine Frau für Ausflüge u. gemeinsame Freizeitgestaltung. Mag gerne Hund u. Katz. Bin 85plus u. Witwer, Nichtraucher. Würde mich freuen auf Antwort. ☎ 09627/663 ab 18 Uhr

singletreff.as@gmx.de Di Sul Do AM für die real ehrliche Partnersuche bzw. die nicht allein verbrachte Freizeit

Er, Mitte 40, schlank, sportlich, unternehmungslustig, tanzt gerne, kein Langweiler, sucht passende Sie, Raum WEN/TIR, ☎ 0160/94449497

Er, 1,83 m, sucht natürliche und unkomplizierte Frau, Ü 70
AM/AS ☎ 0151/17691174

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

Sie sucht Ihn

Es ist nie zu spät für ALLES! Attraktive, junggebliebene, schlanke 62jährige sucht einen humorvollen, gepflegten, aktiven, ehrlichen Partner (AS/WEN) auf Augenhöhe. Interessen: Natur, Tanzen, Reisen, Lesen, sportliche Aktivitäten (Walken, Radfahren, Schwimmen). Wenn Du das Herz am rechten Fleck hast und Dich angesprochen fühlst, dann freue ich mich auf Deine Nachricht mit aktuellem Bild. Zuschriften Nr. AZ49107A Amberger Ztg., Postf. 1151, 92201 Amberg oder onetz.de/chiffre



2 - 5 Zeilen für 25,49 €*
Jede weitere Zeile 3,50 €

**Gemeinsam ist es
einfach schöner!**

Dann geben Sie
jetzt Ihre **Partnerschafts-**
anzeige auf.

Gültig für folgende
Rubriken, z.B.

- » Reisebegleitung
- » Sport- und Hobbypartner
- » Bekanntschaften
- » Er sucht Sie
- » Sie sucht Ihn

*inkl. MwSt.

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/ 85 - 502

anzeigen@oberpfalzmedien.de

