

LEO

Ein Produkt von
oberpfalz
medien

! kostenlos
04 | 2026



Like us on
Socials.

Formend |
Künstler Patrick
Ostrowsky

| Legendär
Markus Ludwig
alias DJ Crypt

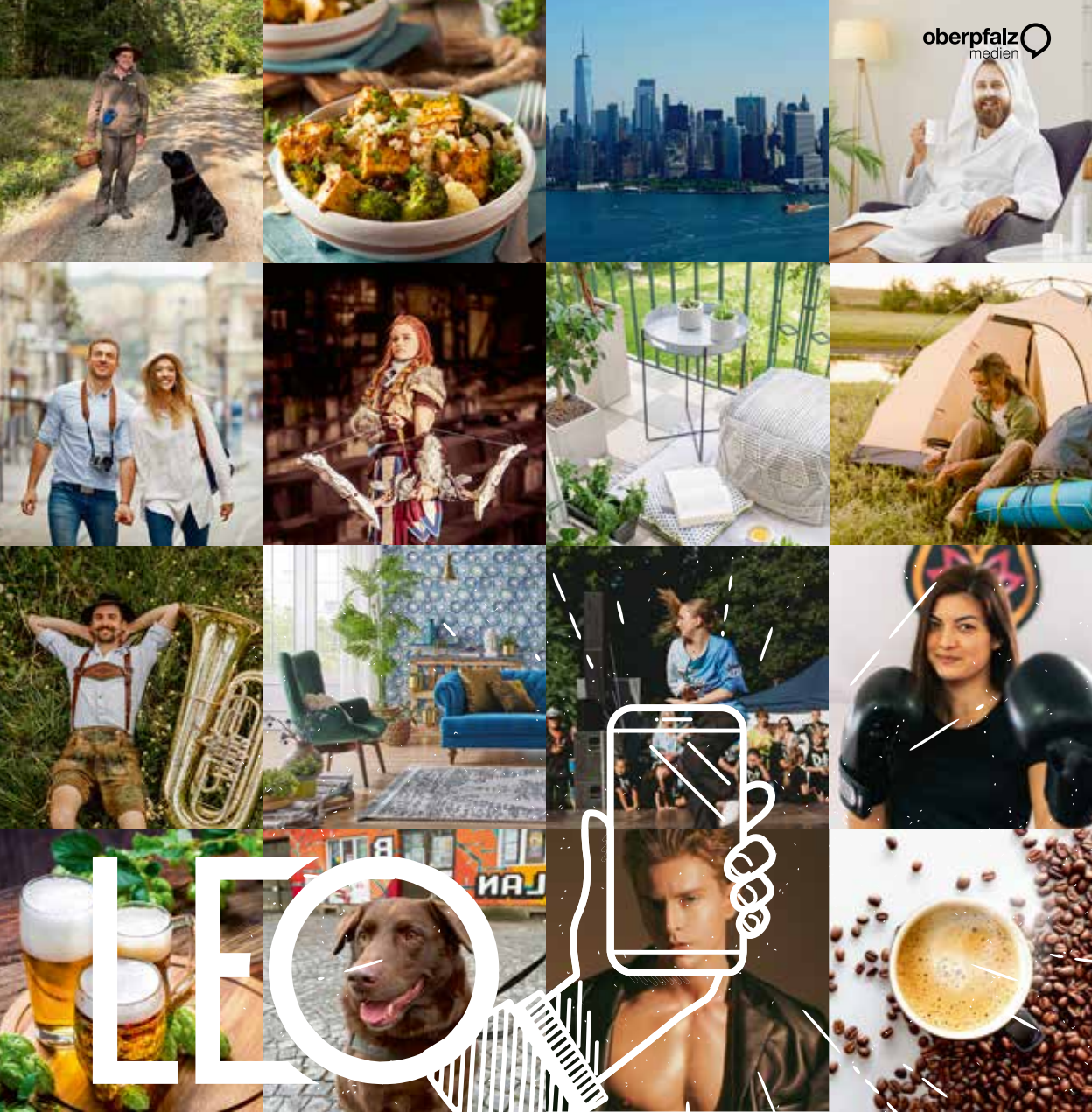
Triff deine Stadt:
PARTY.PICS

ab Seite 6

Filmisch

„Stadt Null“ bewegt Generationen





EIN KLICK, UND AB INS GLÜCK

LEO setzt Trends, gibt heiße Tipps für atemberaubende Ausflüge, die besten Restaurants in der Region und erzählt die Geschichten ganz besonderer Oberpfälzer. Du kannst nicht genug von dem People-Magazin bekommen? Kein Problem. Schau bei Facebook und Instagram vorbei – und tauche ein in aufregende Schicksale, starke Charaktere und genieße alle Besonderheiten, die unsere Region zu bieten hat.

LEO findest du hier:



Instagram



Facebook

... und natürlich
bei www.amberg24.de/leo
und www.weiden24.de/leo

SEE YOU!

Party.Pics
AB S. 6

Foto: Mario Dorfmeier



EIN FILM, DER BEWEGT.

„Stadt Null – Weiden ist tot.“

AB
S. 12

MUSIK WAR SEIN LEBEN.

MARKUS ALIAS
DJ CRYPT

AB S. 18



PROBIERE DICH AUS!

LEO

bietet alles, was
dich bewegt.

Unkompliziert,
selbstbewusst und
neugierig.

Unsere
druckfrische
**April-
Ausgabe**
ist vollgepackt
mit spannenden
Themen.

SCHAU GLEICH MAL REIN.



AB
S. 40

ARTSY LIFE

Patrick zeigt
seine Skulpturen
weltweit.



AUF IN EIN ABENTEUER!

Aber bitte nur
im **Micro-Format...**

S. 38



OHNE KRÄUTER?

Udenkbar in den
Küchen auf der
ganzen Welt.

S. 32



BLOUSON, TRENCHCOAT UND CO.

Frühling ist die
Zeit für Über-
gangsjacken.

S. 24

© H&M





Gefesselte Stille zieht sich durch den Raum, wenn der Film „Stadt Null – Weiden ist tot.“, der in Verbindung mit dem Stadtjugendring produziert wurde, gezeigt wird.

Alle LEO-Inhalte
findest du auch hier:

LEO | Special



AMBERG 24

LEO Party:Pics	6
Projekt und Film „Stadt Null – Weiden ist tot.“	12
LEO trifft ... den legendären DJ Crypt	18
LEO träumt mit Künstler Patrick Ostrowsky	40
LEO hautnah	46



WEIDEN 24

LEO | Impressum

HERAUSGEBER: Oberpfalz Medien GmbH, Weigelstraße 16, Weiden
ANZEIGEN: Ivana Zang (verantwortlich)
MEDIABERATUNG: Pia Schiffner 0961 | 85-355, Roland Brandt 0961 | 85-587, anzeigen@lies-leo.de
GESAMTVERANTWORTUNG REDAKTION/DESIGN: Sabine Fuchs
REDAKTION: Sabine Fuchs (verantwortlich), Lea-Mareen Kuhnle, Max Friedl, Johanna Nübler, Katharina Fleischhauer, Evi Wagner, Isabell-Katrin Diehl
DESIGN: Sara Neidhardt, Isabell-Katrin Diehl, Barbara Schlicht, Leonie Pielenhofer, Lisa Stauß, grafik@lies-leo.de
FOTOS: Sara Neidhardt, Adobe Stock
DRUCK: Gebr. Geiselberger GmbH, Druck und Verlag, Altötting

Gültige Mediadaten: 01/2026. Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung der Texte, Bilder, usw., insbesondere im Internet, nur mit schriftlicher Genehmigung der Oberpfalz Medien GmbH. Wir haften weder für unaufgefordert eingesandtes Material noch für die Richtigkeit der Veranstaltungstermine.

Datenschutzhinweis für LEO-Gewinnspiele: Teilnahmeberechtigt sind nur natürliche Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben (ausgenommen Mitarbeiter der Oberpfalz Medien GmbH sowie deren Angehörige). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden benachrichtigt und ggf. in unseren Medien (Print/ Online) veröffentlicht. Oberpfalz Medien GmbH und seine Gewinnspieldienstleister verarbeiten Ihre für die Gewinnspielteilnahme erforderlichen Angaben zur Durchführung des Gewinnspiels (Art. 6 Abs. 1 b DSGVO). Im Falle eines Gewinns speichern wir Ihre Angaben nach den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen. Weitere Infos unter: www.onetz.de/teilnahmebedingungen.

Wirtschaft

Solide: Die wichtigsten Versicherungen 22

Trends & Lifestyle

Angezogen: Übergangsjacken trenden 24

Individuell: Wohnen im Innen und Außen 26

Gesundheit & Beauty

Natürlich: Pollen richtig verstehen 30

Essen & Trinken

Ergänzend: Kräuter der Welt 32

Regional: Bierheimat Oberpfalz 36

Freizeit & Sport

Aufregend: Kleine Abenteuer im Alltag 38

Kinoneustarts

Diese Film-Highlights erwarten dich 44

Horoskop

Das verraten dir die LEO-Sterne im April 50

Veranstaltungen

Die besten Events auf einen Blick 51

Gastroguide

Die leckersten Adressen in der Region 65

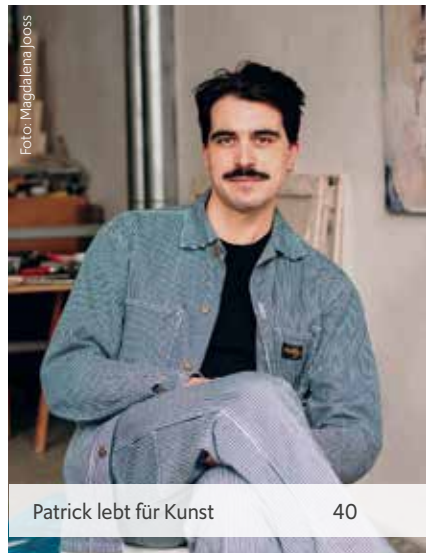
LEO fragt

Dein erster richtiger Draußen-Moment dieses Jahr? 66



Garten mit Persönlichkeit

26



Patrick lebt für Kunst

40



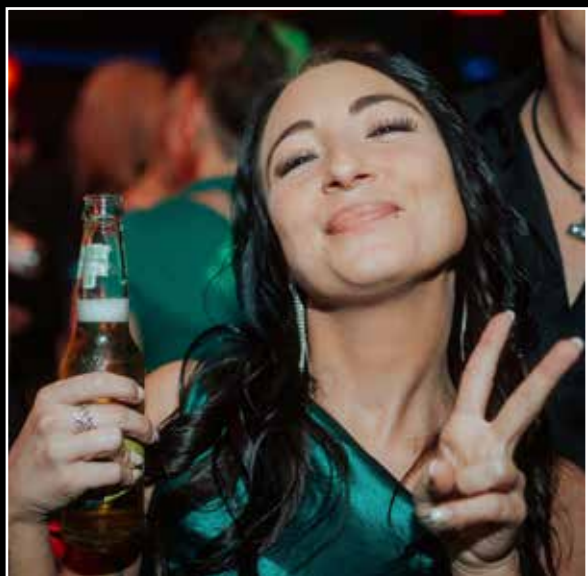
Adventures für daheim

38

- STARKBIERFEST PIRK









CASINO SAAL







STADT
NUTZ

STADT NULL – WEIDEN IST TOT.

**EIN FILM ÜBER WEIDEN,
FEHLENDE RÄUME UND AUFBRUCH**

Der Film „Stadt Null – Weiden ist tot.“ stellt eine einfache Frage: Wie fühlt sich Weiden an, wenn man jung ist? Die Antworten sind direkt und manchmal auch unbequem – aber sie haben eine Debatte ausgelöst. Der Film zeigt fehlende Räume, ehrliche Emotionen und neue Ideen. Und plötzlich spricht eine ganze Stadt darüber, wie es weitergehen könnte.

▼ Von Max Friedl

Das Überraschendste an dem Film ist nicht sein Titel. Sondern ein kleiner Moment. Er spielt in der Cafeteria des Jugendzentrums Weiden. Eine Schulklasse sitzt vor der Leinwand, das Licht ist gedimmt. Niemand schaut aufs Handy. Niemand scrollt. Gebannt blicken alle nach vorne. „Man muss sich das erst einmal vorstellen: eine Gruppe Schüler, alle still, alle total aufmerksam, alle bei der Sache. Kein hektisches Scrollen, kein Flackern von Displays, kein nebenbei Daddeln, kein Ermahnen“, erinnert sich Johanna Grillenbeck. Sie ist Sozialpädagogin beim Stadtjugendring und arbeitet im JUZ Weiden. Der Film trifft einen Nerv. Viele der Jugendlichen im Raum nicken, als auf der Leinwand über fehlende Treffpunkte gesprochen wird.

Der Film heißt „Stadt Null – Weiden ist tot.“ Gedreht wurde er von einem kleinen Team aus der Region: dem Filmemacher Michael Kutscher, der Journalistin Hannah Schraml sowie dem Stadtjugendring Weiden. Und er beginnt mit einer einfachen Frage: Wie fühlt sich Weiden an, wenn man jung ist?

Die Antworten fallen direkt und ungeschminkt aus. Eine junge Frau sagt, sie könne sich überhaupt nicht vorstellen, nach dem Studium zurückzukommen. Eine andere fragt: „Was hält mich denn hier in Weiden, außer meine Familie?“ Wieder andere wünschen sich vor allem „mehr Leben“, „mehr Aktivitäten“, „mehr kulturelles Angebot“. Einer sagt: „Leute, wir brauchen mal eine Abwechslung. Also for real.“ Es sind Sätze, die hängen bleiben.

WIE DER FILM ENTSTANDEN IST

Der Film „Stadt Null“ entstand ohne festen Redaktionsplan. Kein Skript, keine vorgefertigten Fragen. Am Anfang stand lediglich die Idee für einen Podcast oder ein Spin-off des Formats „futur.perfekt“, das Michael Kutscher zuvor ins Leben gerufen hatte. Der Stadtjugendring griff diese Idee auf, Fördermittel des Bundesjugendrings für Demokratieprojekte wurden beantragt und aus der ursprünglichen Idee entwickelte sich schließlich eine filmische Reportage.

In den ersten Gesprächen ging es noch um Politik, um Jugend und Beteiligung. Zwischenzeitlich stand sogar die Begleitung kommunaler Prozesse im Raum. Irgendwann schlug Michael vor, stattdessen in Richtung Reportage zu gehen – näher an den Menschen und näher an der Realität.

Kurz darauf brachte ein Praktikant im JUZ Hannah Schraml als mögliche Moderatorin ins Spiel. Anfang zwanzig, aufgewachsen in der Region, neugierig und vor allem: nah genug dran an der Realität der Jugendlichen, um deren Perspektive glaubwürdig einzufangen.

So entstand schließlich die Konstellation: Johanna Grillenbeck vom Stadtjugendring, die das Projekt initiierte. Michael Kutscher mit seinem kritischen Blick auf politische Prozesse und gesellschaftliche Entwicklungen. Und Hannah Schraml, die als Host vor der Kamera genau die Fragen stellt, die viele junge Menschen in Weiden umtreiben.

WER IST EIGENTLICH ZUSTÄNDIG?

Viele Menschen, die etwas bewegen wollen, kennen diesen Moment. Man hat eine Idee, aber weiß nicht, an wen man sich wenden kann. An den Bürgermeister? An die Stadtverwaltung? An das Kulturrat? An das JUZ? Wer hilft? Wer übernimmt Verantwortung? Und wer sagt vielleicht sogar: „Probieren wir es gemeinsam.“

Michael Kutscher kennt diese Situation und diese Fragen aus Gesprächen mit Politik und Verwaltung. Johanna Grillenbeck erlebt sie in ihrer Arbeit als Sozialpädagogin, wenn neue Ideen und Formate entstehen sollen. Für Hannah Schraml sind diese Fragen im Film neu. Sie begegnet ihnen zum ersten Mal. Direkt. Ungefiltert. Und für alle sichtbar.

„Stadt Null“ liefert auf diese Fragen keine Antworten. Und genau darin liegt seine Stärke. Der Film zeigt, dass viele Jugendliche dieselben Zweifel und Gedanken haben. Stattdessen macht er sichtbar, dass sich junge Menschen genau diese Fragen stellen. Er zeigt, dass viele Menschen ähnliche Gedanken haben – oft unabhängig voneinander. Und plötzlich fühlen sich junge Menschen nicht mehr mit ihren Gedanken allein. Plötzlich entsteht ein Ausgangspunkt – für neue Ideen, Engagement oder Gespräche.

„WEIDEN IST TOT.“

Eigentlich war dieser Titel ursprünglich gar nicht geplant. Er entstand aus den vielen Gesprächen, die Schraml und Kutscher geführt haben. „Weiden ist



Foto: privat

tot“ – diese Aussage fiel so oft, dass sie irgendwann nicht mehr überhört werden konnte. Mal ironisch, mal ernst. Mal wortgleich, mal sinngemäß. Wichtig ist: Der Satz wurde den Jugendlichen nicht in den Mund gelegt. Er kam von ihnen selbst. Die Filmemacher entschieden sich bewusst gegen ein Fragezeichen. Kein „Ist Weiden wirklich tot?“, kein Relativieren. Ein Punkt. Eine Aussage. Eine gemeinsame Wahrnehmung. „Wenn junge Menschen sagen ‚Weiden ist tot‘, dann ist das erst einmal ihre ganz persönliche Wahrheit und ihre Wahrnehmung“, sagt Hannah Schraml. „Und deshalb wollte ich da einen Punkt.“ Natürlich ist Weiden nicht „tot“. Es gibt Schulen, eine belebte Altstadt, Vereine und Veranstaltungen. Städte „sterben“ selten.

Was die Jugendlichen beschreiben, ist etwas anderes: das Gefühl, nicht gehört zu werden. Es ist das Fehlen sozialer Räume. Von Orten der Begegnung. Orte, an denen man nichts konsumieren muss. Orte, die niederschwellig und für alle zugänglich sind. Es geht nicht nur um Nachtleben oder Eventkalender. Es geht um gesellschaftliche Zugehörigkeit – und darum, gehört zu werden.

Die Macher hinter
Stadt Null –
Michael Kutscher,
Hannah Schraml und
Johanna Grillenbeck.

Der Film ist ein
Kooperationsprojekt
mit dem Stadtjugend-
ring Weiden.



WIE FÜHLT SICH WEIDEN AN, WENN MAN JUNG IST?

Hier geht's zum Film:



Stadt Null auf Instagram folgen und Updates zum Crowdfunding erhalten:



Instagram:
@stadt.null



EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN

Die Reportage führt schließlich dorthin, wo solche Fragen früher oder später landen: in die Stadtverwaltung. Hannah Schraml möchte herausfinden, wie die Stadt eigentlich funktioniert. Wer entscheidet. Wer gestaltet. Und warum Bürokratie manchmal notwendig ist. Sie trifft Mitarbeitende, spricht mit Politikern und Stadträten. Alle beschreiben ihre Perspektiven. Eine Erkenntnis bleibt dabei hängen: Es gibt keine konkrete Stelle, an die sich Jugendliche oder engagierte Menschen mit ihren Ideen wenden können. Auf die Frage nach einer zentralen Anlaufstelle heißt es in der Verwaltung schlicht: „Nein, so eine Stelle gibt es nicht.“ Eine kleine Erkenntnis – aber eine, die eine Lücke sichtbar macht. Denn oft scheitert es nicht am Geld, sondern schon vorher, auf dem Weg. Hannah erinnert sich an ihre Frustration während der Dreharbeiten: „Ich dachte mir zwischendrin wirklich: Das kann doch nicht sein, dass alles so schwierig ist.“

ES KANN SICH ETWAS BEWEGEN

„Stadt Null“ bleibt jedoch nicht bei der Selbstdiagnose. Der Film zeigt auch Beispiele, bei denen sich tatsächlich etwas bewegt hat. Ein Beispiel dafür ist der Skatepark am JUZ. Fünf Jahre dauerte es, bis aus einer Idee ein realer Ort wurde. Angefangen hat alles mit Skatekursen am alten Park. Kinder, Ju-



gendliche und Eltern kamen zusammen, es gab Gespräche, eine Petition – aber vor allem: viel Geduld. Einer der treibenden Köpfe hinter dem Projekt war Mike Ringer. Sein Rat im Film klingt eigentlich simpel. „Wenn man einen großen Traum hat, braucht man Leute.“ Und: „Das Leben ist lang. Beim Skatepark hat sich bewiesen, dass man einfach auch ein bisschen Geduld haben muss.“ Ein weiteres Beispiel ist das Plan B. Ein Schülercafé und Jugendtreff, der für viele Jugendliche zu einem wichtigen Ort geworden ist – besonders für diejenigen, die sich anderswo nicht zugehörig fühlen. Ein Treffpunkt, ein „zweites Wohnzimmer“ für Subkulturen und für junge Menschen, die hier Raum finden, sich auszuleben. Im Film beschreibt eine junge Besucherin ihre Erfahrung: „Das war mit der erste Ort, wo ich mich wirklich getraut habe, ich selber zu sein. Ich wurde einfach mit offenen Armen so akzeptiert, wie ich bin.“

Auch das zeigt der Film: Veränderung zum Positiven ist möglich. Aber sie fällt niemandem in den Schoß. Es braucht Menschen, die sich einsetzen. Die dranbleiben, die nicht aufgeben, wenn sie an Grenzen stoßen.

DER FILM ALS PLATTFORM

„Stadt Null“ hat etwas geleistet, was für die Macher im Vorfeld kaum vorstellbar war. Der Film wurde zu einer Plattform. Zur Grundla-

ge für Gespräche, auf der man aufbauen kann. Michael Kutscher beschreibt es als eine „Null-Linie, von der aus man weiterdenken kann“. Der Film benennt Probleme klar. Kommunikationslücken, strukturelle Hürden und das Gefühl vieler Jugendlicher, von Politik und Verwaltung nicht wahrgenommen zu werden. Aber – und das ist entscheidend – jetzt wird darüber gesprochen.

Nach den Vorführungen wurde diskutiert. Im JUZ, in Schulen, im Rathaus, am Frühstückstisch zu Hause, in Cafés. Die Wirkung des Films reichte weit über die Leinwand hinaus. „Das Bewusstsein bei Entscheidungsträgern ist geweckt worden. Grund dafür war dieser Film“, sagt Hannah Schraml. Und das ist vielleicht der größte Erfolg des Films: Seine Wirkung misst sich nicht daran, ob am Tag nach der Premiere ein Kulturzentrum oder ein Sozialcafé eröffnet wird. Sie zeigt sich darin, dass Verantwortliche ein Bewusstsein dafür entwickeln, was Jugendliche brauchen – und was sie sich wünschen. Dass man nicht mehr bei „Stadt Null“ anfangen muss.

WIE KANN ES WEITERGEHEN?

Für die Macher ist „Stadt Null“ deshalb kein abgeschlossener Film, sondern eher ein Anfang. Gemeinsam mit Unterstützern aus der Region planen sie bereits eine Fortsetzung des Projekts. Mithilfe einer Crowdfunding-Kampagne soll eine neue Reportage entstehen – wieder aus Weiden, wieder aus der Region, wieder nah an den Menschen. Die Idee bleibt dieselbe: Geschichten aus der eigenen Stadt erzählen, Missstände sichtbar und erlebbar machen – und gleichzeitig zeigen, wo und wie Veränderung möglich ist. Themen gäbe es genug: bezahlbarer Wohnraum, verschwundene Treffpunkte, das Nachtleben in kleineren Städten oder neue Formen von Gemeinschaft. Doch dieses Mal dürfen auch die Unterstützer der Crowdfunding-Kampagne mitentscheiden.

UND JETZT?

Wenn es nach Michael, Hannah und Johanna geht, hat die Diskussion, die der Film ausgelöst hat, gerade erst begonnen. Der Film war nur der Anfang. Vielleicht beginnt genau jetzt etwas Neues. Nicht mehr bei „Null“, sondern dort, wo jemand anfangen hat, nachzufragen.



Fotos: Michael Kutscher (2)

LEO
TRIFFT



22 JAHRE DJ-LEBEN UND TAUSENDE UNVERGESSLICHE NÄCHTE

Beats, feiernde Menschenmassen, unzählige Nächte in Clubs und ein Leben für die Musik – über 22 Jahre lang tourte Markus Ludwig als DJ Crypt durch Deutschland, machte sich einen Namen und arbeitete mit Business-Größen. Im Interview erzählt der 44-jährige Sulzbach-Rosenberger von der „kleinen Rampensau“ in ihm, wer sich hinter dem bekannten DJ verbirgt und wie er heute seine Wochenenden verbringt.

▼ Von Lea-Mareen Kuhnle

WIE MÜSSEN WIR UNS DICH ALS 18-JÄHRIGEN VORSTELLEN, DER BESCHLIESST, DJ ZU WERDEN?

Es hat schon viel früher angefangen. Musik hat mich schon immer begeistert. Mit etwa 14 Jahren hat mich die Hip-Hop-Welle um 2Pac, Wu-Tang Clan und Biggie erfasst. Mitte oder Ende der 90er Jahre wurde dann Deutschrap immer erfolgreicher und so bin ich beim Hip-Hop-Genre hängengeblieben. Die Musik und die Kultur haben mich begeistert. Eine Karriere als Rapper zu starten, das kam für mich, mangels Talent, nie in Frage. Auch künstlerisch, Beispiel Graffiti oder Tanz, bin ich völlig unbegabt. Also wurde ich DJ. Da einer meiner Brüder damals als DJ tätig war, habe ich das beobachtet und Gefallen daran gefunden. Als mein Entschluss feststand, habe ich mir die ersten Plattenspieler, einen Mixer und natürlich Schallplatten besorgt. Ich habe mit Privatpartys angefangen und dann hatte ich relativ schnell die Möglichkeit, als DJ in einem Club Fuß zu fassen. Bei meinem ersten Gig war ich super nervös und unsicher.

DU WARST ALS BOOKING-DJ UN- TERWEGS ...

... korrekt. Genau genommen als Resident- und Booking-DJ. Als Resident hat man in einigen Clubs regelmäßig, zum Beispiel einmal pro Monat, einen Termin. Als Booking-DJ ist das weiter gestreut. Da kann es auch sein, dass man nur einmalig gebucht wird. Dadurch habe ich sehr viele Clubs gesehen und die Gäste dort zum Ausrasten gebracht. Das habe ich sehr genossen. Als Booking-DJ wird man natürlich auch entsprechend empfangen. Ich habe in dieser Zeit super viele Kontakte geknüpft, die zum Teil heute noch bestehen. Connections sind als DJ essenziell. So hatte ich die Ehre, nicht nur in der Region zu spielen, sondern auch außerhalb von Bayern – unter anderem in Dresden, Chemnitz und Erfurt.

WIE HAST DU DICH AUF DIE CLUB-NÄCHTE VORBEREITET?

Vorbereitet habe ich mich nie so richtig, muss ich zugeben. Ich hatte mir sogenannte Routines zurechtgeschustert,

die ich dann gespielt habe. Das sind Abfolgen von zum Beispiel vier bis fünf Tracks, die meines Empfindens einfach super ineinander gepasst haben. Aber einen kompletten Abend habe ich nie geplant. Das war immer spontan, um mich auf die Gäste einstellen und schnell reagieren zu können. Ich habe mich auf mein Gespür verlassen, dass ich fühle, was die Masse zum Kochen bringt. Auf Außenstehende wirkt das sicher immer leicht, aber als Gast hört man eben auch nur immer den Song, der gerade läuft. Als DJ bist du im Kopf schon bei den nächsten fünf Tracks und hast dazu eventuell noch einen Plan B, falls einer der Tracks nicht funktioniert.

WAS WAREN DEINE PERSÖNLICHEN HIGHLIGHTS?

Ich war Support-DJ von etlichen bekannten Künstlern – unter anderem Sido, Samy Deluxe und Petey Pablo. Auch Mixtapes, die ich beispielsweise zusammen mit der US-Rapperin Ebony Eyez oder DJ Maxx produziert habe, zählen zu meinen Highlights – genauso wie die Tracks von dem Landshuter

Rapper Kaveli, zu denen ich Scratches beige-steuert habe. Und natürlich viele geile Partys, tolle Menschen, viel gute Musik. In 22 Jahren hat sich einiges angesammelt, das ich dazuzählen würde.

WIE SEHR HAT DICH DIE ARBEIT ALS DJ ZEITLICH IN ANSPRUCH GENOMMEN?

Ich war viel unterwegs. Das beansprucht Zeit. Während meine Freunde am Wochenende Grillabende gemacht oder zusammen gefeiert haben, war ich meist alleine in der Republik unterwegs. Das muss man sich so vorstellen: Ich bin in eine Stadt gefahren, habe im Hotel eingecheckt, dann im Club aufgelegt, am nächsten Tag wieder ausgecheckt und dann bin ich weiter in die nächste Stadt, in der ich abends wieder aufgelegt habe. Da bleibt nicht viel Zeit, wenn man, wie ich, einen Hauptberuf unter der Woche hat und am Wochenende

als DJ unterwegs ist. Mein DJ-Dasein habe ich immer als Ausgleich zu meinem normalen Job gesehen. Freundschaften haben darunter sicherlich gelitten und manche sind auch zerbrochen. Aber ich stand vor der Wahl, ob ich diesen Job ernsthaft ausüben möchte – oder eben nur so lala. Ich wollte es richtig machen, und das war dann wohl der Preis, den man dafür zahlt.

HAST DU ÜBERLEGT, DEINE ARBEIT ALS DJ HAUPTBERUFLICH ZU MACHEN?

Darüber habe ich nie ernsthaft nachgedacht. Ich wollte immer eine gewisse Sicherheit für den Fall, dass mich ein Club plötzlich nicht mehr buchen oder schließen sollte. Außerdem hätte ich mich dann tatsächlich selbst um Termine bemühen oder bei einer Agentur unterkommen müssen. Deshalb ist das nie wirklich in Frage gekommen.

WIE VIEL STECKT VON DIR ALS PRIVATPERSON IN „DJ CRYPT“?

Grundsätzlich ist DJ Crypt ja auch Markus. Jedoch habe ich mir als DJ mit der Zeit eine gewisse Mauer aufgebaut in Form eines Charakters, der auf Fremde vermutlich sehr arrogant, unnahbar und vielleicht auch unfreundlich wirkt. Aber das ist eben die Art, die ich für meine Arbeit als DJ festgelegt habe. Als DJ habe ich Bock auf die Menschenmengen im Club, darauf, laut zu sein – und immer einen Schnuff drüber. Privat bin ich zwar nicht komplett anders, aber doch um einiges ruhiger. Da ziehe ich die Natur und die Berge jedem Fest vor.

WAS SIND DIE SCHATTENSEITEN DES DJ-LEBENS?

Da gibt es unterschiedliche. Wenig Schlaf am Wochenende, nervige Musikwünsche, respektlose Gäste, die dir das grelle Handydisplay vor die Nase halten und sich einen Quatsch nach dem anderen wünschen. Vielleicht an dieser Stelle gut platziert: Trust your DJ! Wenn er ein Profi ist, dann weiß er, was er macht. Hinter der Arbeit steckt oft ein Konzept, zumindest war das bei mir so. Das war auch der Grund, warum ich keine Musikwünsche mehr angenommen habe. Nicht, weil es mich nicht interessiert, was die Leute hören wollen, sondern weil ich weiß, was ich mache.

WELCHE VORURTEILE ÜBER DJS KANNST DU NICHT MEHR HÖREN?

Die üblichen: DJs sind nur am Feiern, trinken zu viel Alkohol, haben viele Frauen und nehmen Drogen. Die Leute sehen eben nur die Rampensau im DJ-Pult oder auf der Bühne. Das ist verständlich und auch ok – und bei manchen mag dieses Bild vielleicht auch tatsächlich zutreffen. Der Großteil der DJs, die ich kenne, ist absolut professionell und würden nie in so ein Klischee abrutschen. Genauso habe ich das auch gepflegt. Als DJ bist du in erster Linie

”

„Das Nachtleben und die Musik hat sich im Vergleich zu damals gewandelt.“

“



Dienstleister, der bezahlt werden will. Deshalb muss man gut abliefern.

DU WARST NICHT NUR DJ, SONDERN AUCH SELBST BOOKER ...

.. korrekt. Ich hatte diese Stelle damals im ehemaligen Magma-Club in Amberg übernommen. Ich war dafür zuständig, DJs und Live-Acts für den Club zu buchen und Veranstaltungen zu planen. Das ist eine sehr intensive und stressige Zeit gewesen, in der ich aber auch viele Möglichkeiten hatte. So habe ich unter anderem Sido und MC Fitti für Auftritte nach Amberg geholt. Das funktioniert so: Man ruft bei Agenturen oder Bookern der Acts an, verhandelt mit ihnen eine Gage und geht dann in die Promotion-Phase. Bei den größeren Acts gibt es dafür genaue Vorgaben, die im entsprechenden Künstlervertrag aufgelistet sind. Ebenso wie Anforderungen an den Abend, an dem der Künstler auftritt. Meist ist sogar vorgegeben, welche Getränke bereitstehen müssen. Das war eine gute und intensive Zeit, aus der ich viel mitnehmen konnte.

DU HAST DAMALS DEINE KARRIERE ALS DJ BEENDET. EINE SCHWERE ENTSCHEIDUNG?

Schon vor der Pandemie hatte ich überlegt, die Kopfhörer an den Nagel zu hängen. Durch Corona und den damit verbundenen Lockdown habe ich gemerkt, dass ich es tatsächlich weniger vermisse, als ich dachte. Deshalb hatte ich immer gezögert und überlegt, ob ich den Schritt wirklich gehen soll. Klar hat es mir kurz danach in einer gewissen Weise gefehlt, aber ich hab auch die neue Freizeit genossen, die ich an den Wochenenden hatte.

WAS MACHST DU HEUTE MIT DEINER ZEIT, DIE DU VORHER IM CLUB VERBRACHT HAST?

Es entstand irgendwann ein riesiges Loch, das ich mit einer neuen Aufgabe

füllen musste. Denn wenn man so früh anfängt aufzulegen und immer am Wochenende arbeitet, fühlt man sich ohne Job nicht ausgelastet. Ich kann auch nur schwer ohne Beschäftigung sein, weil ich es nicht mag, wenn ich mich langweile. Das ist der Punkt, warum ich damals direkt die Lücke gefüllt habe und jetzt immer noch von Freitag bis Sonntag im Fitnessstudio von Freunden arbeite.

IST SPORT FÜR DICH DER BESSERE AUSGLEICH ZUM BERUFSALLTAG ALS DIE WILDEN WOCHENENDEN?

Man kann Sport viel gesünder und besser ins Leben integrieren. Das Auflegen raubt sehr viel Zeit und Kraft und man bekommt auch den Schlaf nicht, den man bräuchte. Das Training hingegen macht meinen Geist frei und fördert meinen Körper, und es ist ja auch gewissermaßen gesund. Also insgesamt einfach die bessere Entscheidung.

MIT EINIGEN JAHREN ABSTAND WÜRDEST DU SAGEN, DU VER- MISST DAS ALLES?

Wenn das Nachtleben noch genauso wäre wie früher, würde ich es mehr vermissen. Aber das hat sich so gewandelt. Wenn du früher einen Song gut fandest, hast du die CD gekauft und das Lied rauf und runter gehört. Durch Spotify hat sich der Konsum von Musik geändert. Auch die Musik selbst – da finde ich einfach keinen Zugang mehr zu.

WÜRDEST DU TROTZDEM NOCH HIN UND WIEDER AUFTRETEN?

Es kommt drauf an, unter welchen Umständen und in welchem Setting das wäre. Im kleinen Rahmen – so zwei Mal im Jahr – kann ich mir schon gut vorstellen. Und wenn die Clubbesucher von früher gelockt werden würden. Aber in der Taktung wie damals, würde es auf keinen Fall mehr in mein Leben passen.



Fotos: privat (2)

MINIMAL INSURANCE



DIE 3 VERSICHERUNGEN, DIE JEDER HABEN SOLLTE

Versicherungen gehören nicht zu den Themen, mit denen man sich in jungen Jahren gerne beschäftigt. Die gute Nachricht: Für die meisten Menschen unter 30 reichen bereits drei zentrale Versicherungen aus, die ein solides Fundament bilden.

▼ Lea-Mareen Kuhnle

Man muss sich nicht in einem Dschungel aus Verträgen verlieren. Für viele Menschen genügt eine klar strukturierte Basis:



1. PRIVATE HAFTPFLICHT: schützt vor hohen Kosten bei Schäden gegenüber anderen.



2. HAUSRATVERSICHERUNG: sichert den eigenen Besitz gegen zahlreiche Risiken ab.



3. BERUFSUNFÄHIGKEITS-VERSICHERUNG: schützt das Einkommen im Ernstfall.

Mit diesen drei Bausteinen ist man solide und sinnvoll abgesichert – ohne unnötige Komplexität.

UNVERZICHTBARER BASISSCHUTZ

Die private Haftpflichtversicherung zählt zu den wichtigsten Absicherungen überhaupt. Sie springt ein, wenn man versehentlich einen Schaden verursacht – und solche Situationen passieren schneller, als man denkt.

Typische Beispiele:

- Man stößt aus Versehen das Smartphone eines Freundes vom Tisch.
- Beim Fahrradfahren oder E-Scooter-Fahren kommt es zu einem Zusammenstoß.
- In der Wohnung entsteht durch Unachtsamkeit ein Schaden beim Nachbarn.

Da Schäden an Gegenständen oder Personen sehr teuer werden können, schützt die Haftpflicht zuverlässig vor hohen Kosten.

Kosten:

In der Regel wenige Euro im Monat. Wenig Aufwand, großer Nutzen.



1.

PRIVATE HAFTPFLICHT

SCHUTZ FÜR HAB UND GUT

Auch wenn man nicht über hochwertige Designermöbel verfügt, kommt ein hoher Wert des eigenen Besitzes schneller zusammen, als man erwartet: Elektronikgeräte, Kleidung, Fahrrad, Möbel – all das summiert sich.

Die Versicherung ersetzt Schäden durch:

- Einbruchdiebstahl
- Feuer
- Leitungswasser
- Sturm und Hagel
- Vandalismus nach einem Einbruch

Gerade in kleinen Wohnungen oder Wohngemeinschaften, in denen oft mehrere Personen ein- und ausgehen, sorgt die Hausratversicherung für ein gutes Sicherheitsgefühl.

Kosten:

Je nach Wohnort und Größe der Wohnung meist überschaubar, häufig im Bereich von fünf bis zehn Euro im Monat.

2.

HAUSRAT- VERSICHERUNG

FÜR DIE LANGFRISTIGE SICHERHEIT

Die Berufsunfähigkeitsversicherung ist ein Thema, das viele erst später für wichtig halten. Tatsächlich lohnt sich ein Abschluss jedoch besonders in jungen Jahren: Die Beiträge sind geringer, und gesundheitlich ist man häufig noch besser gestellt.

Warum sie wichtig ist:

Wenn man aufgrund gesundheitlicher Gründe dauerhaft nicht mehr arbeiten kann, fällt das Einkommen weg – oft von einem Tag auf den anderen. Die Berufsunfähigkeitsversicherung sorgt dafür, dass man in einer solchen Situation finanziell abgesichert bleibt.

Gerade Krankheiten wie psychische Belastungen oder Rückenprobleme, die nicht selten auftreten, zeigen, wie wertvoll ein solcher Schutz sein kann.

Kosten:

Stark abhängig vom Beruf und der persönlichen Situation, oft jedoch zwischen 20 und 60 Euro im Monat für junge Menschen. Je früher man eine BU abschließt, desto günstiger ist sie.

3.

BERUFUNFÄHIGKEITS- VERSICHERUNG

ÜBERGANGS

TRENDIG ZWISCHEN DEN JAHRESZEITEN

Wenn es für das Shirt zu kühl und für die Winterjacke zu warm ist, dann schlägt die Stunde der Übergangsjacken. Lass dich von aktuellen Styles inspirieren.

Hemdjacken: Aus Cord oder Wolle ist die Hemdjacke ein idealer Begleiter für den Übergang. Sie ist gemütlich wie ein Hemd, hält aber warm wie eine Jacke – perfekt für entspannte Tage an der frischen Luft. Passende Modelle gibt es sowohl in der Herren- als auch Damenabteilung.

© bonprix



© H&M

Lederjacken: In dieser Saison tragen wir sie am liebsten oversized, in Wildlederoptik oder mit Vintage-Flair. Schau dich dafür ruhig im Kleiderschrank deines Boyfriends oder Papas um und durchstöbere Second-Hand-Läden nach großartigen Schnäppchen.



© Vero Moda



© Selected

Blousons: Bomber-, Baseball- und Collegejacken feiern ihr Trendcomeback. Ihr Markenzeichen? Ein kurzer, weiter Schnitt und elastische Bündchen an Ärmeln und Taille sowie ein niedriger Stehkragen. Egal ob gefüttert oder aus funktionalem Material sind sie eine gute Wahl für moderne, urbane Looks.



JACKEN



Parkas: Lässige Looks für den Frühling stylest du mit einem leichten Parka. Er bietet meist den gewohnten Schutz und Look des Winters, besteht allerdings aus luftigeren Stoffen, für ein unbeschwertes Tragegefühl.



Kurzmäntel und Wolljacken: Sie enden meist auf Oberschenkel- oder Hüfthöhe und vereinen die Eleganz eines Wollmantels mit der Leichtigkeit einer Übergangsjacke.

Trenchcoats: Keine Übergangszeit ohne Trenchcoat. Er bietet eine leichte Schicht über Strickkleider oder dickere Pullis. Neben den klassischen langen Varianten ist diese Saison vor allem auch die Cropped-Version im Trend. Ein modernes Update liefern Modelle mit markantem Stehkragen.



© Selected



© bonprix

Regenjacken: Wenn der April wieder seinem Namen alle Ehre macht, sind wasserabweisende Jacken ein Essential. Regenjacken sind dabei längst nicht mehr nur praktisch, sondern begeistern mit trendigen Farben, Mustern und Schnitten.



Blazer: Sie sind zeitlose Allrounder, die zu keiner Jahreszeit fehlen dürfen. Modelle aus dickerem Stoff funktionieren im Frühling als Jackenersatz, während dünnere Varianten die perfekte Basis für Layering-Looks bilden.

Illustrationen: © Good Studio – stock.adobe.com

PERSONALISIERTES NEUHOCHZEITLICHES



▼ Johanna Nübler und Max Friedl

Wie wir 2026 drinnen und draußen leben

2026 steht ganz im Zeichen der Individualität – und das endet nicht an der Haustür. Statt austauschbarer Pinterest-Wohnzimmer rücken Räume in den Fokus, die deine Persönlichkeit zeigen. Personalisiertes Wohnen verbindet DIY, Kunst und kreative Ideen – im Wohnzimmer genauso wie auf Balkon, Terrasse oder im Garten. Es geht darum, Spuren zu hinterlassen: auf Wänden, Möbeln und unter freiem Himmel.

Die Wohntrends bewegen sich dabei in mehrere Richtungen gleichzeitig: Art-Deco-Revival, verspielte Retro-Elemente, einzigartiger Vintage-Charme und moderne Klarheit treffen aufeinander. Besonders draußen wird dieser Mix sichtbar. Naturmaterialien wie Holz, Stein oder Leinen verbinden sich mit farbigen Akzenten, Vintage-Möbeln und selbst gestalteten Elementen. Steinwüste, Gabionen und Betonplatten verlieren dabei immer mehr an Bedeutung. 2026 wird der Garten zur erweiterten Wohnfläche – individuell, lebendig und bewusst unperfekt.

Wohnen mit Charakter – auch im Grünen

Klassischer Minimalismus tritt 2026 in den Hintergrund. Stattdessen dominieren mutige Entscheidungen: kräftige

Farben, markante Einzelstücke und ein verspielter Stil, der Persönlichkeit sichtbar macht. Das gilt längst nicht mehr nur für Innenräume. Auch im Garten entstehen bewusst gestaltete Rückzugsorte. Kleine Oasen, die mehr sind als nur gepflegte Grünflächen.

Individuelle Akzente spielen dabei eine zentrale Rolle. Handgemachte Keramik, gewebte Outdoor-Teppiche oder selbst gebaute Möbel bringen Wärme und Charakter nach draußen. Eine alte Holzbank, neu gestrichen in kräftigem Petrol, ein Flohmarkttisch mit Mosaikplatte oder bemalte Pflanzkübel sind wahre Eyecatcher. Erlaubt ist, was gefällt.

Besonders gefragt sind gemütliche Outdoor-Ecken: Mit Kissen, Decken, Lichterketten und Pflanzen entstehen kleine Wohnzimmer im Freien. Orte, an

Freude am Garten

- Beratung
- Pflege
- Ausführung
- Verkauf


schröder
GARTEN- & LANDSCHAFTSBAU

Luhner Straße 20
92705 Leuchtenberg
Tel. : 09659- 12 19
www.schroeder-garten.de



SCHMIDT
GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU



Was macht ein*e
**Landschafts-
gärtner*in** bei
Schmidt?

Find's
raus



denen man liest, Freunde trifft oder einfach den Abend ausklingen lässt.

Der Garten als kreative Fläche

Der klassische Garten verändert sich. Ordnung, Pflege und der englische Rasen stehen nicht mehr im Vordergrund. Stattdessen zählt, wie kreativ und naturnah der Outdoor-Bereich gestaltet ist. Beete dürfen wild wachsen, Formen dürfen gebrochen werden. Statt klar abgegrenzter Flächen entstehen fließende Übergänge zwischen Nutzgarten, Zierpflanzen und Aufenthaltsbereichen. Das hat Folgen: mehr Leben. Denn je naturnaher der Garten, desto mehr Raum entsteht für Insekten, Vögel und Mikroökosysteme.

Sowohl Gabionen als auch sterile Bontonzäune sind out. Vertikale Flächen werden stattdessen aktiv genutzt, um sie individuell zu gestalten. So verwandeln sich Zäune, Mauern oder Sichtschutzwände mit Farbe, Holzele-

menten oder hängenden Pflanzen im Handumdrehen in gestaltete Flächen. Selbst kleine Balkone lassen sich so in grüne Rückzugsorte verwandeln.

Farblich dominieren warme Erdtöne wie Terrakotta, Sand oder Olive – kombiniert mit mutigen Akzenten in Pflaume, Koralle oder Tiefblau. Diese Kombination sorgt für Tiefe und Lebendigkeit.

Möbel, die Geschichten erzählen

Outdoor-Möbel werden 2026 individueller. Statt einheitlicher Sets geht der Trend zu individuellen Kombinationen: ein alter Metallstuhl neben einer modernen Lounge, ein selbstgebauter Tisch neben Vintage-Fundstücken. Unterschiedliche Materialien und Oberflächen sorgen bewusst für Kontraste.

DIY spielt dabei eine zentrale Rolle. Möbel werden bemalt, umgebaut oder neu interpretiert. Kleine Details wie unterschiedliche Griffe, Muster oder Tex-

turen machen jedes Stück einzigartig. Auch Secondhand gewinnt weiter an Bedeutung – nicht nur aus Nachhaltigkeitsgründen, sondern weil gebrauchte Möbel Charakter und Patina mitbringen.

Accessoires für drinnen und draußen

Was im Wohnzimmer funktioniert, findet sich auch im Garten wieder: Textilien, Keramik, Pflanzen oder Kunstobjekte. Besonders beliebt sind selbst gestaltete Elemente wie Makramee, Collagen oder handgetöpferte Vasen.

Im Außenbereich kommen wetterfeste Varianten dazu: bemalte Blumentöpfe, kleine Skulpturen oder individuell gestaltete Windlichter. Auch Kräuter- und Gemüseanbau werden zunehmend Teil des Designs – praktisch und ästhetisch zugleich. Warum das Hochbeet nicht gestalten? Warum Rosmarin, Petersilie, Salbei und Thymian nicht in eine Zinkwanne oder klassische Emaille-Schalen vom Flohmarkt pflanzen?



Tag der offenen Gärtnerei 2026

Zum Start der Gartensaison öffnen Bayerns Gärtnereien ihre Türen und laden dazu ein, Pflanzenvielfalt hautnah zu erleben und einen Blick hinter die Kulissen zu werfen.

Das erwartet Besucher

- Präsentation der bayerischen Pflanze des Jahres
- Verkauf von Frühjahrsblumen und Beetpflanzen
- Beratung und Verkauf durch Fachpersonal
- Einblicke in Gärtnereibetriebe

Regionale Highlights

Zahlreiche spezialisierte Gärtnereien in der Oberpfalz öffnen ihre Türen – unter anderem in Regensburg, Weiden und Amberg.

Unser Tipp

Regionale Ankündigungen und Aktionen finden sich in der Tagespresse, auf Webseiten der Gärtnereibetriebe oder der Gartenbauvereine.

Sonntag, 26. APRIL 2026

**„Tag der offenen
Gärtnereien“**

**Samstag, 25.04.2026
und Sonntag, 26.04.2026**



Gärtnerei
Tachauer Straße 15
92637 Weiden
Telefon 0961/24212
www.gaertnerei-glossner.de



© Viks_jin – stock.adobe.com

Unperfekt ist perfekt

Personalisiertes Wohnen lebt von Unregelmäßigkeit. Kein Strich muss gerade sein, kein Möbelstück makellos. Gerade im Garten zeigt sich dieser Gedanke besonders deutlich: Pflanzen wachsen unterschiedlich, Materialien altern, Farben verändern sich.

Genau darin liegt der Reiz. Der Trend löst sich vom Perfektionsdruck und setzt auf Authentizität. Dein Zuhause – drinnen wie draußen – soll dich widerspiegeln, nicht die Vorstellungen anderer. Und du darfst der Natur Raum geben, sich frei zu entfalten – mit all ihrer kleinen, schönen Unberechenbarkeit.



Tag der offenen Gärtnerei
in Rothenstadt, am 26. April 2026

**Gärtnerei
Steinhilber**
Weiden – Rothenstadt

Zum Naabberg 15 | Weiden-Rothenstadt

Filiale
Am Schwesternheim 8 | Am Stadtfriedhof Weiden
gaertnerei.steinhilber@freenet.de
www.gaertnerei-steinhilber-rothenstadt.de

FRÜHLING LIEGT IN DER LUFT

POLLEN RICHTIG VERSTEHEN

Kaum zeigt sich die Frühlingssonne, liegt etwas Neues in der Luft: Liebe ... und Pollen. Doch im Gegensatz zur Liebe, die du vielleicht gerne willkommen heißt, willst du die Belastung der Pollen los werden. Was wäre, wenn du den Blick darauf veränderst? LEO macht sich auf die Suche nach einem neuen Umgang, damit du im Einklang mit der Natur durch die Pollensaison kommst.

▼ Johanna Nübler

Dr. Uta Schmieden-Lindner

Bahnhofstr. 16,
92648 Vohenstrauß
Telefon: 09651 917431
Fax: 09651 917432

info@oberpfaelzer-naturheilpraxis.de
www.oberpfaelzer-naturheilpraxis.de

Bioresonanz-/ Laser-/ Sauerstoff-
und Eigenbluttherapie



Naturheilpraxis Andrea Kiehl

Heilpraktikerin
Don-Bosco-Str.3,
92648 Vohenstrauß
Telefon: 09651/2070



NATURHEILPRAXIS
Andrea Kiehl

Behandlung und Vorbeugung bei Pollenallergie

Chinesische Medizin | Chinesische Kräutertherapie
Akupunktur | Ohrakupunktur | Schröpfen | Gua Sha
Moxibustion | Fußreflexzonentherapie
Bei allen körperlichen und seelischen Beschwerden

www.naturheilpraxis-andrea-kiehl.de

Sobald es draußen wärmer wird und die Natur zu blühen beginnt, sind sie überall: Pollen. Dabei sind sie eigentlich nichts anderes als die Fortpflanzungseinheiten von Pflanzen, die durch die Luft reisen, um neue Pflanzen zu befruchten. Für den natürlichen Kreislauf sind sie unverzichtbar – für viele Menschen allerdings auch eine echte Belastung, denn sie können allergische Reaktionen auslösen.

Wer gut durch die Pollensaison kommen möchte, kann ein paar Dinge beachten: Fenster und Türen möglichst geschlossen halten, die Raumluft regelmäßig filtern und Aktivitäten im Freien eher auf die frühen Morgen- oder späten Abendstunden legen, wenn die Pollenbelastung geringer ist. Auch eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige Bewegung können das Immunsystem stärken und den Körper unterstützen, besser mit der Situation umzugehen.

DIE WISSENSCHAFT HINTER DEN POLLEN

Hauptaufgabe der Blütenpollen ist die Bestäubung, bei der Pollen von den männlichen Blüten auf die weiblichen Blüten übertragen werden. Dieser Prozess ist entscheidend für die Fortpflanzung der Pflanzenwelt und für die Biodiversität. Pollen fördern nämlich die genetische Vielfalt innerhalb von Pflanzenpopulationen und unterstützen so das Überleben und die Anpassungsfähigkeit von Pflanzenarten an unterschiedliche Umweltbedingungen. Damit ist der allergieauslösende Blütenstaub ein wesentlicher Bestandteil des natürlichen Kreislaufs und trägt zur Stabilität und Vielfalt der Ökosysteme bei.

WIE WIR MIT DER NATUR ZUSAMMENARBEITEN KÖNNEN

TIPPS ZUR ANPASSUNG

- Pollen-Warn-Apps nutzen: Frühzeitig wissen, wann die Belastung hoch ist.
- Zuhause sicher machen: Pollenschutzgitter (auch für das Auto), richtig Lüften, Luftreiniger.
- Naturnahe Lösungen: Anpflanzen von weniger allergenen Pflanzen im Garten oder auf dem Balkon.
- Hilfsmittel: Luftschutzgitter / Masken, regelmäßig putzen.
- Hyposensibilisierung: Die Immuntherapie hilft bei einer Überempfindlichkeit gegen Gräser-, Kräuter-, Getreide- und Baumpollen.
- Antihistaminika: Oft helfen Nasenspray, Allergietabletten oder Augentropfen.

Für Menschen, deren Allergien besonders stark sind, können Medikamente sinnvoll sein. Manche Wirkstoffe, sogenannte Chromone, hemmen die Histaminreaktion und wirken vor allem lokal – sie werden daher oft auch in der Schwangerschaft empfohlen, weil sie das Ungeborene weniger belasten.

DIE PERSPEKTIVE ÄNDERN

Pollen sind eigentlich die heimlichen Helden unseres Ökosystems. Akzeptanz ist der erste Schritt, um den Frust über die Pollenzeit zu verringern. Statt den Blütenstaub als lästigen Feind zu betrachten, kann ein bewusstes Verständnis für ihre Funktion den Umgang erleichtern. Wer begreift, dass Pollen Teil eines komplexen, lebensnotwendigen Ökosystems sind, gewinnt eine neue Sichtweise: Die Natur arbeitet nicht gegen uns, sie arbeitet mit sich selbst – wir sind nur ein Teil dieses Systems.

Studien zeigen, dass Menschen, die ihre Allergie akzeptieren und auf präventive Strategien setzen, deutlich weniger Stress und Beschwerden empfinden. Kleine Rituale, wie ein kurzer Spaziergang vor der Pollen-Hochphase, das Tragen von Sonnenbrillen oder das Abspülen der Haare vor dem Schlafengehen, werden dann nicht mehr als lästige Pflicht, sondern als Selbstfürsorge verstanden.

Auch die eigene Einstellung macht einen großen Unterschied: Wenn du die Pollensaison nicht als endlose Plage siehst, sondern als vorübergehende Phase des Jahres akzeptierst, erlebst du deutlich weniger Stress. Gleichzeitig eröffnet genau dieses Verständnis neue Möglichkeiten: Schau dir an, welche Pflanzen gerade blühen, wie Insekten die Blüten besuchen oder welche Orte überraschend pollenarm sind. So holst du dir ein Stück Natur zurück, genießt den Frühling bewusster – und das ohne ständige Frustration.



OHNE KRÄUTER? UNDENKBAR.

WIE BASILIKUM, KORIANDER
& CO. KÜCHEN RUND
UM DEN GLOBUS PRÄGEN

▼ Katharina Fleischhauer

Es gibt Zutaten, die sind nett. Und es gibt Zutaten, ohne die plötzlich alles langweilig schmeckt. Kräuter gehören definitiv zur zweiten Kategorie. Sie machen aus einem „okay“ ein „wow“, aus Alltag ein Gericht mit Charakter und aus Essen Erinnerungen.

Kräuter sind mehr als Deko auf dem Teller. Sie zeigen, woher ein Gericht kommt, wie Menschen dort leben und was dort wächst.

Kräuter sind kein Extra

In vielen Ländern sind Kräuter nicht das i-Tüpfelchen am Schluss, sondern die Basis. Sie gehören dazu wie Salz oder Öl. Während man in Deutschland oft fragt: „Soll da noch Petersilie drauf?“, lautet anderswo eher die Frage: „Welches Bündel Kräuter heute?“ Und genau das macht es spannend.

MITTELMEER: „Weniger ist mehr“

Basilikum, Rosmarin, Thymian, Oregano – klingt vertraut. Aber im Mittelmeerraum sind diese Kräuter keine Geschmacksexperimente, sondern Alltag. In Italien zum Beispiel geht es nicht um möglichst viele Aromen, sondern um das richtige. Ein gutes Pesto braucht keine zehn Zutaten. Es braucht frisches Basilikum, Knoblauch, Olivenöl, Käse, geröstete Pinienkerne – und Zeit.

Rosmarin landet ganz selbstverständlich auf Kartoffeln oder Lamm, Thymian im Ofengemüse, Oregano auf Tomaten. Die Kräuter schmecken nach

Hitze, nach Sommer, nach Einfachheit. Sie begleiten das Essen, sie übertönen es nicht.

Was hier wichtig ist:

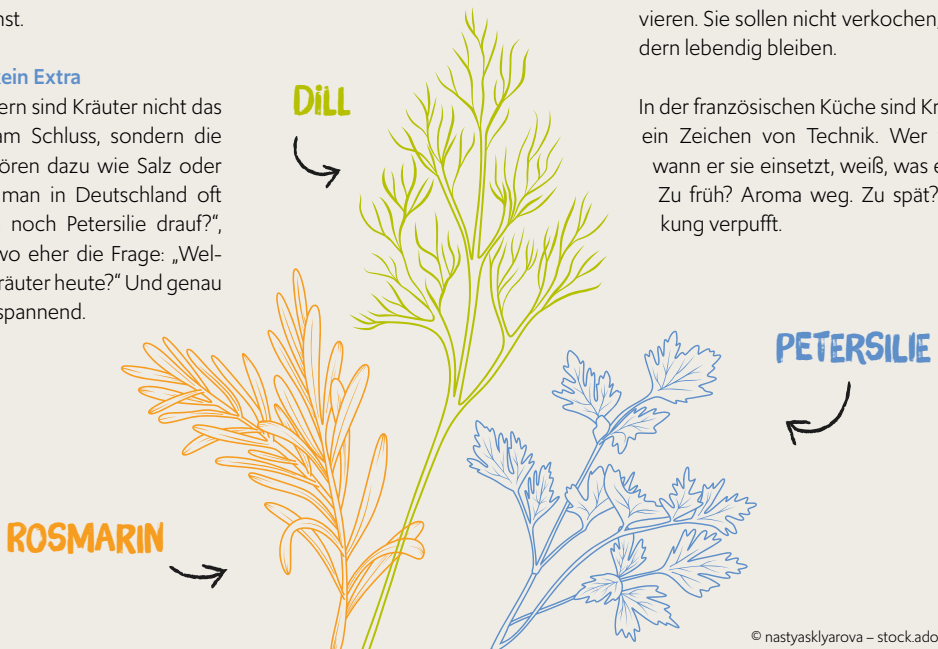
- Kräuter unterstützen und dominieren nicht.
- Qualität schlägt Quantität.

FRANKREICH: Kräuter als Handwerk

Frankreich denkt in Mischungen. Fines herbes, Herbes de Provence – hier wird nicht einfach irgendwas gehackt, sondern komponiert.

Petersilie, Schnittlauch, Estragon, Kervel: fein, frisch, präzise. Kräuter werden oft roh verwendet, kurz vor dem Servieren. Sie sollen nicht verkochen, sondern lebendig bleiben.

In der französischen Küche sind Kräuter ein Zeichen von Technik. Wer weiß, wann er sie einsetzt, weiß, was er tut. Zu früh? Aroma weg. Zu spät? Wirkung verpufft.



THYMIAN



KORIANDER



OREGANO



NAHER OSTEN: Hauptdarsteller

Im Nahen Osten wird nicht gespart. Petersilie ist hier keine Garnitur, sondern Hauptzutat. Taboulé ohne Petersilie? Undenkbar.

Minze, Koriander, Dill – alles frisch, alles großzügig. Kräuter bringen Frische in schwere Gerichte, balancieren Fett, Säure und Gewürze.

Was auffällt: Kräuter stehen oft für Lebendigkeit. Für Essen, das leicht wirkt, selbst wenn es sättigt. Für Gemeinschaft, für große Schüsseln in der Mitte des Tisches.

INDIEN: Die feine Grenze

Indische Küche wird oft auf „Gewürze“ reduziert. Dabei spielen frische Kräuter eine genauso wichtige Rolle.

Koriandergrün zum Beispiel kommt fast immer am Schluss – kühlend, ausgleichend, verbindend. Minze bringt Frische, Curryblätter Tiefe und Wärme. Sie werden oft in heißem Fett kurz angeröstet, damit sie ihr Aroma entfalten.

Hier geht es weniger um einzelne Kräuter, sondern um Balance: scharf und frisch, warm und kühl, intensiv und beruhigend.

SÜDOSTASIEN: Frische als Statement

Thailand, Vietnam, Laos – hier sind

Kräuter fast schon Pflichtprogramm. Thai-Basilikum, Zitronengras, Koriander, Minze, Kaffirlimettenblätter.

Ein Gericht ist selten „fertig“, wenn es aus der Pfanne kommt. Erst die Kräuter geben ihm Struktur. Sie sorgen für Frische, für Kontrast, für dieses „Noch-einen-Bissen“-Gefühl.

In Vietnam werden Kräuter oft roh dazu serviert. Jeder nimmt sich, was passt. Essen wird individuell, lebendig, flexibel.

LATEINAMERIKA: Kräuter mit Charakter

Koriander polarisiert. Und genau deshalb passt er so gut nach Lateinamerika. In Mexiko, Peru oder Kolumbien ist er unverzichtbar – in Salsas, Suppen, Eintöpfen.

Dazu kommen Epazote, Oregano (eine ganz andere, kräftigere Sorte), Culantro. Kräuter sind hier oft kräftig, erdig, direkt.

Sie geben Gerichten Tiefe, manchmal auch eine gewisse Schärfe – nicht nur im Geschmack, sondern im Charakter.

DEUTSCHLAND: Und hier?

In Deutschland waren Kräuter lange eher Beiwerk. Petersilie über alles, Schnittlauch aufs Brot, Dill zur Gurke. Funktional, aber selten im Fokus.

Das ändert sich gerade. Mehr Menschen kochen international, experimentieren, kaufen Bundware oder Setzlinge statt Plastikdose. Kräuter werden wieder das, was sie eigentlich sind: frisch, lebendig, manchmal auch unperfekt.

Und vielleicht liegt genau darin der Mehrwert: Kräuter erinnern daran, dass gutes Essen nicht kompliziert sein muss. Aber bewusst.

Was man sich von anderen Küchen abschauen kann

- Großzügigkeit (Nahe Osten)
- Timing (Frankreich)
- Reduktion (Italien)
- Frische (Südostasien)
- Mut (Lateinamerika)

Am Ende geht es nicht darum, alles „authentisch“ zu machen. Sondern darum, zu verstehen, warum Kräuter dort so eingesetzt werden – und was sie mit dem Essen machen.

Denn Kräuter verändern nicht nur den Geschmack. Sie verändern, wie du isst. Und wie du kochst.



EIN HAUS VOLLER MÖGLICHKEITEN

FEIERN, TAGEN UND ANKOMMEN IM HERZEN VON WEIDEN

500 Jahre Geschichte. Dicke Mauern. Hohe Decken. Ein Stadthaus, das viel erlebt hat – und heute neu aufblüht. Am Unteren Markt in Weiden ist aus dem einstigen „Café Frieden“ längst mehr geworden: eine stilvolle Eventlocation mit angeschlossenem Boutique-Hotel, geführt von Inhaberin Lenka Dreythaller.

VOM CAFÉ ZUR EVENTLOCATION.

Nach rund 20 Jahren klassischer Gastronomie war klar: Es braucht einen Umschwung. „Irgendwann entwickelt man ein Gefühl dafür, was man optimieren

kann – und auch muss“, sagt Dreythaller. Also hat sie das Konzept neu gedacht: weg vom Tagesbetrieb, hin zu exklusiven Veranstaltungen. Eine Entscheidung, die sich als goldrichtig erwiesen hat.

EXKLUSIV. PERSÖNLICH. UNKOMPLIZIERT.

Heute steht die Location für geschlossene Gesellschaften. Wer hier feiert oder tagt, hat die Räume ganz für sich. Keine Laufkundschaft, kein Trubel – sondern Privatsphäre, ein stimmiges Ambiente und eine produktive Arbeitsatmosphäre. Genau diese Ruhe macht die Location zu einem Ort, an dem sich Gespräche, Ideen und Begegnungen ganz natürlich entfalten können.

Ob Workshop, Meeting, Weihnachtsfeier, private Feier oder sensibler Anlass: Die Location passt sich an. Bis zu 20 Personen werden mit eigener Küche bewirtet, bei größeren Gruppen – bis etwa 50 Gäste – greift die Besitzerin auf ein bewährtes regionales Netzwerk zurück.

Das Besondere: Veranstalter müssen sich um nichts kümmern. Von der ersten Idee bis zum letzten Glas organisiert Lenka Dreythaller jede Veranstaltung persönlich. Beleuchtung, Musik, Ablauf und Speisen werden individuell abgestimmt. Full-Service, ganz unkompliziert – und immer mit einem offenen Ohr für spontane Ideen oder kurzfristige Wünsche.



EIN HAUS MIT ATMOSPHERE.

Wer die Räume betritt, spürt sofort: Hier steckt Herzblut drin. Geschmackvoll, hell und einladend – ohne dabei den unverwechselbaren Charakter eines historischen Stadthauses zu verlieren. Hier trifft historischer Altbau auf eine ästhetisch moderne Innenausstattung. Im Sommer bleibt es angenehm kühl, im Winter wird das Haus zur warmen Wohlfühlzone. Die Räume sind barrierefrei zugänglich, kinderfreundlich gestaltet und auch mit Wickeltisch ausgestattet.

Dazu kommt das angeschlossene Boutique-Hotel: klein, fein und äußerst persönlich geführt. Ideal für Geschäfts-

IM HERZEN DER WEIDENER ALTSTADT.





CAFÉ FRIEDEN

Boutique-Hotel Frieden

Unterer Markt 26

92637 Weiden i. d. OPf.

Telefon: 0961 | 4018 0496

Mobil: 0170 | 2676089

E-Mail: info@cafefrieden.de



**RAUM ZUM
FEIERN.**

reisende, Touristen oder Gäste einer Veranstaltung, die entspannt übernachten möchten.

RAUM FÜR IDEEN UND PRODUKTIVITÄT.

Gerade Unternehmen aus der Region schätzen es, außerhalb der eigenen Wände zusammenzukommen – in einem Umfeld, das professionell ist, aber nicht kühl. Der Abstand zum Büroalltag schafft Raum für neue Gedanken, klare Entscheidungen und produktive Zusammenarbeit.

Für Workshops mit bis zu 20 Personen bietet die Location ideale Bedingungen: moderne Präsentationstechnik, stabile Internetverbindung und flexible Bestuhl-

ungsvarianten. Kaffeepausen, Mittagessen und ein optionales Abendprogramm lassen sich mühelos integrieren. So entsteht ein Rahmen, der konzentriertes Arbeiten ebenso ermöglicht wie einen entspannten Ausklang – mit Liebe zum Detail, durchdachtem Konzept und herzlichem Rundum-Service.

SCHRITT FÜR SCHRITT MIT DER ZEIT GEHEN.

Stillstand ist für das Café Frieden keine Option. Die Eventlocation wird kontinuierlich weiterentwickelt und technisch auf dem neuesten Stand gehalten – mit moderner Ausstattung, flexiblen Raumlösungen und dem Anspruch, sich immer wieder auf die Bedürfnisse von Gästen und Unternehmen einzustellen.

WARUM HIER FEIERN ODER TAGEN?

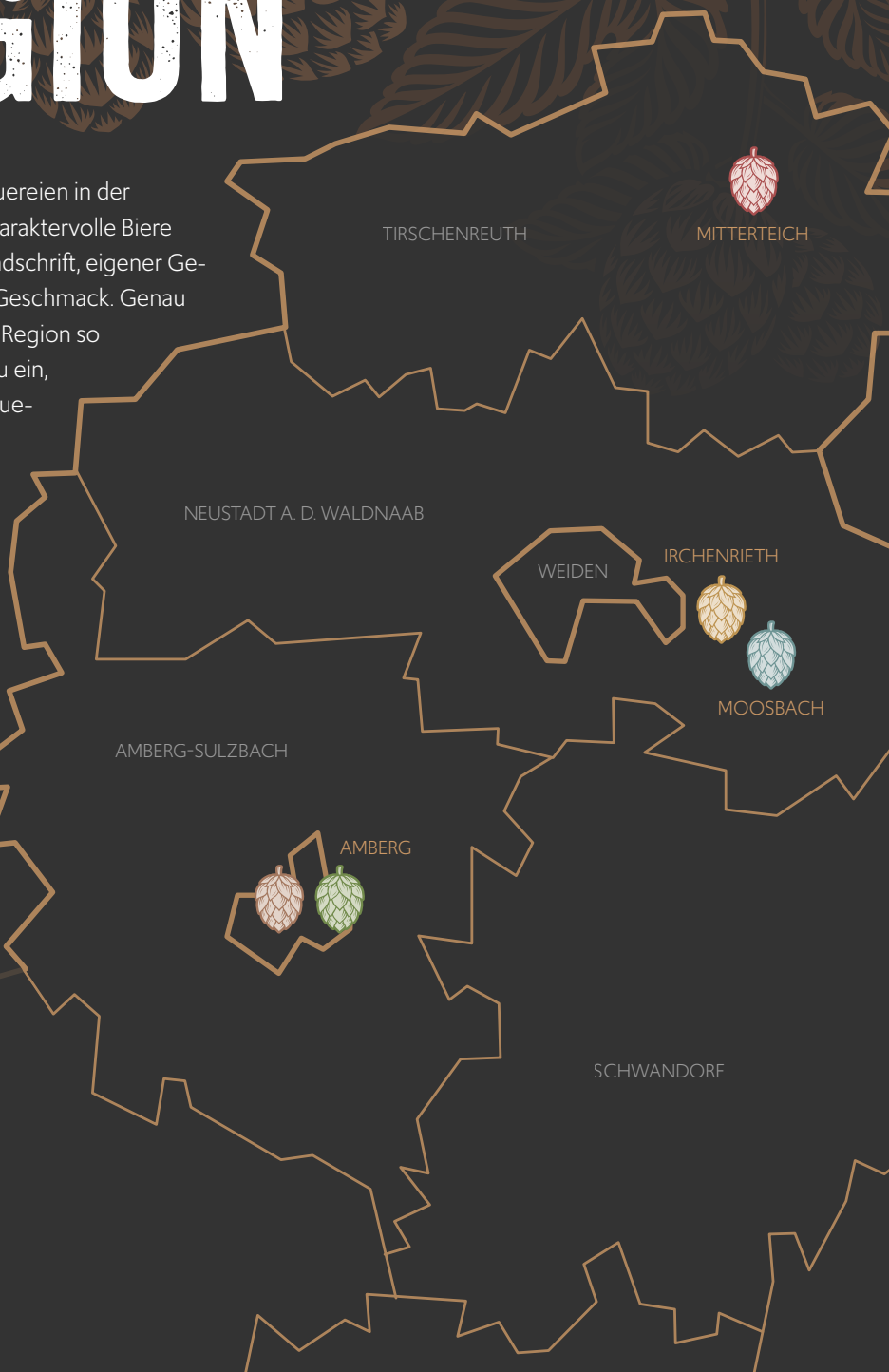
Weil man Aufwand sparen möchte. Weil man seine Gäste willkommen heißen will, ohne selbst Gastgeberstress zu haben. Weil Unternehmen einen neutralen, professionellen Ort brauchen, an dem – fernab vom Büroalltag – konzentriert gearbeitet werden kann. Und weil eine geschlossene Gesellschaft mehr Freiheit bedeutet.

Das ehemalige Café Frieden ist heute eine Eventlocation mit Charakter und gut durchdachtem Konzept – mitten im Herzen von Weiden. Ein Ort für Begegnungen, Ideen und Veranstaltungen, die unkompliziert beginnen und lange in Erinnerung bleiben.

BIERE IN DER REGION

In vielen Orten und Brauereien in der Oberpfalz entstehen charaktervolle Biere – jedes mit eigener Handschrift, eigener Geschichte und eigenem Geschmack. Genau diese Vielfalt macht die Region so besonders und lädt dazu ein, immer wieder neue Brauereien und ihre Spezialitäten zu entdecken.

Auch im April hat LEO wieder einige besondere Bier-Favoriten zusammengestellt.





BRAUEREI HÖSL, MITTERTEICH

Mein Zoigl von der **BRAUEREI HÖSL** ist eine Bierspezialität aus der nördlichen Oberpfalz. Nach alter Tradition gebraut, offen vergoren und lange gereift. Unfiltriert abgefüllt, mild und vollmundig im Geschmack.



BRAUEREI MOLTER, IRCHENRIETH

BIO BRAUEREI MOLTER aus Irchenrieth. Tradition für die Oberpfalz. Teste die verschiedenen SUD Biere im Wirtshaus Heimgarten in Weiden oder in deinem Getränkemarkt.



FAMILIENBRAUEREI SCHEUERER, MOOSBACH

Die regionale **FAMILIENBRAUEREI SCHEUERER** in Moosbach steht für bayrische Brautradition seit 1887. Im gemütlichen Bräustüberl gibt's jeden Donnerstag frisch gezapftes Bier und regionale Brotzeiten.



Gebraut und abgefüllt in der Brauerei Bruckmüller, Amberg.

Mit seinem erfrischenden Anstrich, der angenehmen Vollmundigkeit und einer fein ausbalancierten Hopfennote ist das alkoholfreie Helle von **BRUCKMÜLLER** weit mehr als nur ein isotonischer Durstlöcher.



KULMBACHER BRAUEREI, KULMBACH

Biergenuss definiert sich über den Geschmack, nicht über den Alkohol. Das **EDELHERB ALKOHOLFREI 0,0 %** überzeugt mit einem feinherben Hopfenaroma und ist zugleich kalorienarm. So schmeckt bewusster Genuss.



BRAUEREI WINKLER, AMBERG

Seit 1617 wird im Sudhaus der **FAMILIENBRAUEREI WINKLER** im Herzen der Bierstadt Amberg gebraut. Regionale Zutaten und das handwerkliche Können der Brauer sind die Basis für den ausgezeichneten Geschmack.

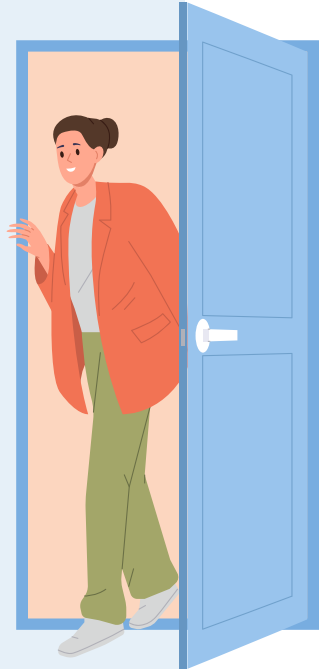


A MICRO-ADVENTURES

direkt vor der Haustür

Keine Zeit für lange Reisen? Kein Problem. Micro-Adventures bringen mehr Abwechslung und Aufregung direkt in deinen Alltag – kurze Hikes, spontane Nachtaktionen oder kleine Erkundungstouren genügen, um dem Alltag zu entkommen und echte Abenteuer zu erleben. LEO zeigt dir, wie.

▼ Lea-Mareen Kuhnle



Abenteuer beginnt im Kleinen

Micro-Adventures sind kurze, unkomplizierte Aktivitäten, die dich aus deinem Alltag katapultieren. Ein Sonnenaufgangshike auf den nächstgelegenen Hügel, eine Nacht unter freiem Himmel im eigenen Garten oder spontanes Bouldern – alles zählt. Der Gedanke dahinter: Es geht nicht um die Distanz, sondern um den Perspektivwechsel. Du verlässt gewohnte Pfade, entdeckst neue Orte und erlebst die Natur direkt.

Du musst kein Extrem-Sportler sein, um das Gefühl von Abenteuer zu spüren. Schon eine kleine Wanderung zu einem versteckten Aussichtspunkt oder eine improvisierte Kanutour auf dem städtischen Fluss kann deinen Alltag komplett verändern.

Warum es so cool ist

Micro-Adventures bieten Erfahrungen, die Adrenalin, Entspannung und Social-Media-taugliche Stories verbinden: ein Bild vom Lagerfeuer am See, der erste Versuch auf dem Kletterfelsen, der Spaziergang im Nebelwald – alles Instagram-fähig, aber gleichzeitig echte Erinnerung. Außerdem fördern sie mentale Gesundheit: Schon ein paar Stunden draußen steigern die Stimmung, senken Stresshormone und schärfen den Fokus.

Und das Beste? Man muss dafür keinen Berg erklimmen oder teures Equipment kaufen. Ein Paar bequeme Schuhe, ein kleiner Rucksack, Snacks, Getränke und ein bisschen Neugier reichen völlig aus.



10 IDEEN

für dein erstes Micro-Adventure

1

Sonnenaufgangs-Hike:

Steh früher auf, erklimm einen Hügel oder einen Turm und erlebe den Morgen, bevor der Tag erwacht. Mit ein bisschen Proviant ist dein Frühstück mit Aussicht gesichert.

2

Nächte unter freiem Himmel:

Nimm dein Zelt, deine Hängematte oder deinen Schlafsack mit in den Garten oder auf deinen Balkon und mach ein Mini-Camping-Abenteuer draus. Nächtlicher Sternenhimmel inklusive.

3

Bouldern im Park oder Wald:

Teste deinen Körper, entdecke lokale Spots und spüre die Challenge. Probier dich in der neuen Sportart und bring dich an deine Grenzen.

4

Fahrradtour ins Unbekannte:

Such dir eine Strecke, die du noch nie gefahren bist, egal wie kurz – und entdecke neue Ecken in deiner unmittelbaren Umgebung.

5

Stadt- oder Wald-Expedition:

Wähle eine willkürliche Zahl – zum Beispiel drei – und verlasse die Autobahn nach der dritte Ausfahrt oder den Bus nach der dritten Haltestelle. Gehe dann absichtlich einen unbekannten Weg, erkunde Gassen, verlassene Industriegebiete oder kleine Wälder.

6

Wildkräuter- oder Pilzsuche:

Kombiniere ein Erlebnis in der Natur mit Lernen. Danach gibt's vielleicht sogar einen kleinen Snack oder ein gekochtes Menü mit deinen Funden.

7

Mini-Wasserabenteuer:

Stand-Up-Paddling, Kanutour, Schwimmen in einem See oder Fluss – selbst kleine Trips bringen Abenteuergefühl.

8

Schnitzeljagd/Foto-Challenge:

Mache eine Liste von Dingen, oder Farben, die du fotografieren willst, und geh einfach drauf los.

9

Night Walk:

Spaziere nachts (am besten zu zweit oder in der Gruppe) durch die Stadt, den Park oder den Wald. Du findest eine ganz andere Stimmung, andere Geräusche und andere Perspektiven.

10

Spontanes Picknick:

Einfach Decke, Snacks und Musik einpacken, rausgehen und den Moment genießen.



Micro-Adventures = Macro-Vibes

Abenteuer liegt nicht nur in weit entfernten Ländern oder extremen Sportarten. Es liegt in der Entscheidung, den Alltag zu verlassen, die Sinne zu öffnen und kleine Momente zu feiern. Für Menschen, die das Leben zwischen Bildschirm und Terminplan jonglieren, kann genau diese Art von Abenteuer der frische Kick sein, der fehlt.



DIE KUNST DES UNPERFEKTEN

▼ Lea-Mareen Kuhnle



Vom Wackersdorfer Wald in die Kunstmetropolen der Welt: Patrick Ostrowsky erschafft keine klassischen Skulpturen, sondern Orte aus Erinnerung, Fragmenten und Materialien, die Geschichten erzählen – Kunst, die zum Staunen, Entdecken und Eintauchen einlädt.

Wer heute Patrick Ostrowsky in seinem Atelier in München besucht, trifft auf einen Künstler, der mit Beton, Gips, Holz und Kunstharz arbeitet – und mit etwas, das man nicht anfassen kann: Erinnerungen. Seine Werke sind keine klassischen Skulpturen, sondern oft räumliche Situationen, Fragmente, Installationen, die den Betrachter in Räume führen, die es so nicht mehr gibt.

Der Ursprung seiner Kunst liegt nicht in der Großstadt, sondern in Wackersdorf. „Wenn ich drüber nachdenke, gibt’s zwei Sachen, die mich als Kind total geprägt haben“, erzählt der 34-Jährige. „Ein unfertiges Haus auf dem Nachbargrundstück – das war wie ein verbotener Spielplatz – und natürlich der Wald um Wackersdorf.“ Zwischen halbfertigen Mauern, herumliegenden Materialien und improvisierten Entdeckungstouren entstand früh ein Gespür für Räume und natürliche Begebenheiten. Gleichzeitig war da der Wald, in dem er Hütten baute, einfache Schutzräume aus dem, was gerade da war. „Wir haben Shelter gebaut – und irgendwann hab ich gemerkt, dass das heute immer noch in meiner Arbeit steckt.“

DER WEG ZUR KUNST

Dass daraus einmal ein Beruf werden könnte, war zunächst alles andere als selbstverständlich. In seiner Familie gab es zwar kreative Ansätze – ein Großvater, der zeichnete, ein Vater, der Architektur fotografierte –, aber keine künstlerische Laufbahn.

Erst in der Schule, im Kunst-Leistungskurs des Carl-Friedrich-Gauß-Gymnasiums in Schwandorf, wurde aus Interesse eine Richtung. „Mein Kunstlehrer hat mich darin bestärkt, dass das möglich ist.“ Ein Praktikum in der Kebbervilla in Schwandorf wurde schließlich zum entscheidenden Moment. Neun Monate lang arbeitete er dort im Atelier

– und verstand zum ersten Mal, dass Kunst mehr sein kann als ein Hobby. „Da hab ich gemerkt, dass mir das total liegt, mich im Atelier zu vergraben und zu arbeiten.“

Der erste Versuch, an der Kunsthochschule in Wien aufgenommen zu werden, scheiterte. Stattdessen ging er nach Berlin, fing an Kunstgeschichte zu studieren, merkte aber schnell, dass ihm das Praktische fehlte. „Das war nicht das, was mich begeisterte. Trotzdem war Berlin wichtig für mich, um einfach mal aus der Oberpfalz raus zu kommen. Das war ein ziemlicher Kontrast zu Wackersdorf.“ Ein Jahr später bewarb er sich erneut – diesmal an mehreren Hochschulen – und wurde an der Akademie der Bildenden Künste München aufgenommen, wo er 2020 als Meisterschüler von Florian Pumhösl abschloss.

LERNEN, WOHIN MAN WILL

Aus dieser Zeit nahm er eine Haltung mit, die ihm Pumhösl vermittelte und bis heute seinen Weg bestimmt: „Man muss sich fragen, wohin man will – und dann muss man da auch auftauchen. Du willst in eine Galerie? Dann musst du da hin. Du willst nach New York? Dann geh dort hin. Eigeninitiative zählt hier.“

Dieses Prinzip zeigt sich auch in seiner Biografie. Ostrowsky war nie lange an einem Ort: Studienaufenthalte in Wien und Rom, Zeit in Berlin, später Basel, dazu zahlreiche Residencies in Frankreich, Mexiko, Italien oder Österreich. Seine Arbeiten wurden unter anderem in München, Venedig, Turin oder Basel gezeigt, 2024 erhielt er das USA-Stipendium des Freistaats Bayern, das er letztes Jahr antrat, 2025 folgt ein Aufenthalt an der Cité internationale des Arts in Paris.

All diese Stationen sind für ihn nicht nur Karriereschritte, sondern vor allem

Begegnungen mit neuen Perspektiven. „Man kommt mit Leuten in Kontakt, die ganz andere Hintergründe haben – das schafft Empathie und verändert die eigene Arbeit.“ Während seines Studiums hat er in Rom ganz neue Seiten entdeckt: „Dort hab ich gemerkt, dass Kunst auch mal 2000 Jahre alt sein kann. Das Eingangstor in Rom, die Porta Pia von Michelangelo hat mich nachhaltig beeindruckt, oder das Pantheon dort.“ In Mexico hingegen lernt er eine ganz neue Arbeitsweise kennen. „Dort sieht man eine Community, die eng zusammen arbeitet.“

NEW YORK ALS WENDE

Besonders prägend war das halbe Jahr in New York, dort hatte er eine Residency beim ISCP. Die Stadt hat ihn nachhaltig gefesselt – nicht nur wegen ihrer Größe, sondern wegen ihrer Energie. „New York ist das Zentrum, wo viele Sachen zusammen kommen und passieren. Das ist generell ein Ort, der sehr inspiriert“, sagt er. „Es gibt so viele Kunstszenen, die sich überlagern. Aber man findet schnell eine Bubble, die zu einem passt.“ Während in anderen Städten die Kunstszene oft heterogener sei und in einem engeren Kreis stattfindet, spüre er dort eine besondere Intensität. „In New York haben alle sehr groß gearbeitet und sehr viel Raum eingenommen.“ Gleichzeitig war diese Zeit auch ein Wendepunkt.

Nach Monaten unterwegs, in New York, Paris und seinem zweiten Atelier in Basel, ist er nun an den Punkt angekommen, sich zu reduzieren und auf das Atelier in München zu konzentrieren.

ren. Trotzdem steht eine weitere längere Residency in New York auf dem Plan: „Die wäre aber selbstfinanziert, also ohne Stipendium. Selbstfinanziert heißt aber nicht, dass ich alles selbst bezahle, sondern, dass mich jemand Drittes, also eine Galerie oder ein Sammler finanziert.“

RÄUME, DIE ERINNERN

Im Zentrum seiner aktuellen Arbeiten steht die Frage, wie Erinnerung in Räumen und Objekten gespeichert ist. Seine Kunst bewegt sich zwischen Skulptur, Installation, Architektur und Design, doch es geht ihm weniger um einzelne Werke als um das Zusammenspiel mit dem Raum. „In meinen Arbeiten geht’s um Erinnerung und darum, wie sie sich in Objekten niederlegt und einschreibt.“

In der Werkserie „Exhausted Ghosts and Storage Problems“ hat er begonnen, Räume aus seiner eigenen Vergangenheit zu rekonstruieren – Zimmer, Wände, Fragmente von Orten, an denen er gelebt hat. Diese Nachbauten sind keine nostalgischen Rückblicke, sondern Versuche, etwas Flüchtiges festzuhalten. „Eine Erinnerung ist ja was Fluides, sie verändert sich ständig“, sagt er. „Sie ist ein lebendiger Akteur.“ Seine Arbeiten machen genau das sichtbar. Dass Vergangenheit nicht feststeht, sondern sich immer wieder neu formt.

DAS UNPERFEKTE

Diese Idee zeigt sich auch in seiner Materialwahl. Der Künstler arbeitet bewusst mit Materialien, die nicht perfekt sind – Beton, der dünn verwendet oft fragil wird, Holz, das Spuren trägt, Kunstharze, die sich unerwartet verhalten. „Ein Objekt mit Fehlern regt mich mehr zum Nachdenken an, als etwas Perfektes“, sagt er.

In einer von glatten Oberflächen geprägten Umwelt setzt er auf Brüche und Unebenheiten. „Mein Handy ist glatt und Schaufenster sind immer perfekt. Ein Objekt mit Fehlern – brüchig oder porös, regt mich also mehr zum Nachdenken an.“ Besonders spannend findet er Kontraste wie hart und weich. „Zeit und Erinnerung sind ja auch bruchstückhaft“, erklärt er. Genau diese Brüche machen seine Arbeiten lebendig.

STRUKTUR UND ZUFALL

Sein Arbeitsprozess folgt dabei keiner festen Anleitung. Zwar beginnt vieles mit einer Idee, doch der Weg dorthin bleibt offen. „Ich fang mit einer groben Vorstellung an und versuche, diese materiell umzusetzen“, sagt er. Dann wird gebaut, verändert, verworfen, neu gedacht. Oft entstehen Werke, die zunächst wie Modelle wirken und sich erst im Prozess zu eigenständigen Arbeiten entwickeln.



Foto: Clemens Mayer



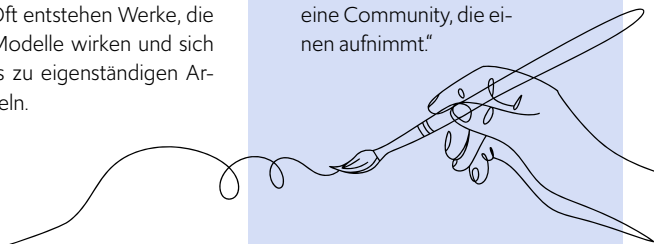
Foto: Magdalena Jooss

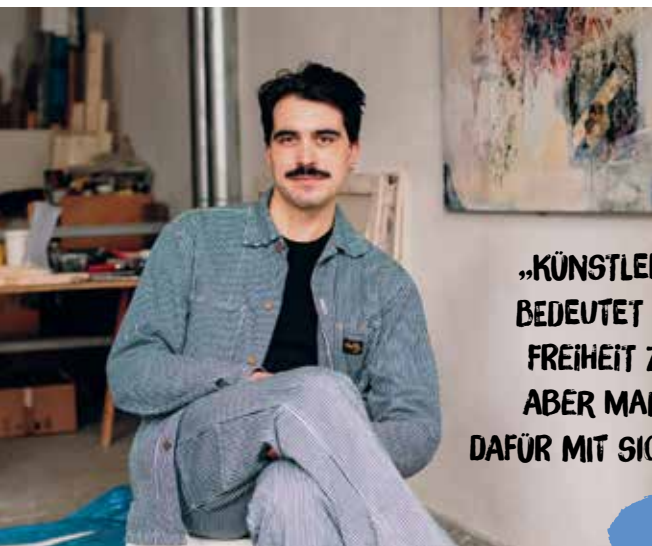


Foto: Patrick Ostrowsky

PATRICKS TIPP AN JUNGE KÜNSTLER:

„Einfach mal da ausbrechen, wo man herkommt. Sich neuen Einflüssen, Orten und Menschen stellen, die Comfort Zone verlassen. Ein bisschen stur seinen Weg gehen wollen – selbst wenn es am Anfang belächelt wird. Es gibt immer irgendwo eine Community, die einen aufnimmt.“





**„KÜNSTLER ZU SEIN,
BEDEUTET SEHR VIEL
FREIHEIT ZU HABEN.
ABER MAN BEZAHLT
DAFÜR MIT SICHERHEIT.“**



Dabei spielt auch der Zufall eine wichtige Rolle. „Die Arbeit gibt mir manchmal ein Geschenk“, sagt er – Momente, in denen sich etwas Unerwartetes zeigt. Diese Offenheit ist für ihn entscheidend: nicht alles kontrollieren zu wollen, sondern auf das zu reagieren, was

im Prozess entsteht. Inspiration findet er dabei nicht nur in Ausstellungen oder bei anderen Künstlern, sondern auch im Alltag: in Städten, in Architektur, in sogenannten „Nicht-Orten“, also zufälligen Konstellationen aus Dingen, die übrig geblieben sind.

KUNST ALS BEGEGNUNG

Geprägt ist Patrick unter anderem von der Minimal Art und deren Weiterentwicklungen, wie Post Minimal Art, von Künstlern wie Donald Judd, Oscar Tuazon, Scott Burton oder Gordon Matta-Clark, dessen radikale Eingriffe in Architektur ihn besonders faszinieren. Gleichzeitig hat er durch seine internationalen Erfahrungen gelernt, dass es keine universelle Definition von Kunst gibt. „Es gibt nicht die eine Idee, was Kunst ist“, sagt er.

Für ihn zählt vor allem die Wirkung: „Ein gutes Kunstwerk muss mich ansprechen, etwas in mir auslösen – ein Gefühl oder Gedanken. Ich will auch ein bisschen überrascht oder überwältigt werden. Manchmal ist es ein kleines Detail,

das ich schätze, manchmal die ganze Ausstellung. Es ist, wie wenn man einen Menschen auf der Straße trifft – entweder er ist einem direkt sympathisch oder nicht.“ Wenn Besucher seine Arbeiten sehen, wünscht er sich genau das: dass sie sich darauf einlassen, dass sie etwas darin entdecken, das sie berührt. „Dass sie merken, da steckt eine gewisse Poetik drin – und dass sie ihre eigenen Erinnerungen darin wiederfinden.“

BLICK NACH VORNE

Trotz seines internationalen Wegs bleibt die Verbindung zur Oberpfalz bestehen. Mehrmals im Jahr kommt er zurück, verfolgt die Entwicklungen vor Ort und denkt darüber nach, selbst Projekte in der Region umzusetzen. „Ich fand's spannend, mit dem Erfahrungsschatz, den ich jetzt habe, etwas zu machen, das ich als Jugendlicher gern gesehen hätte.“ Kunst soll dabei nicht abschrecken, sondern herausfordern und gleichzeitig zugänglich sein – etwas, das neue Perspektiven eröffnet.

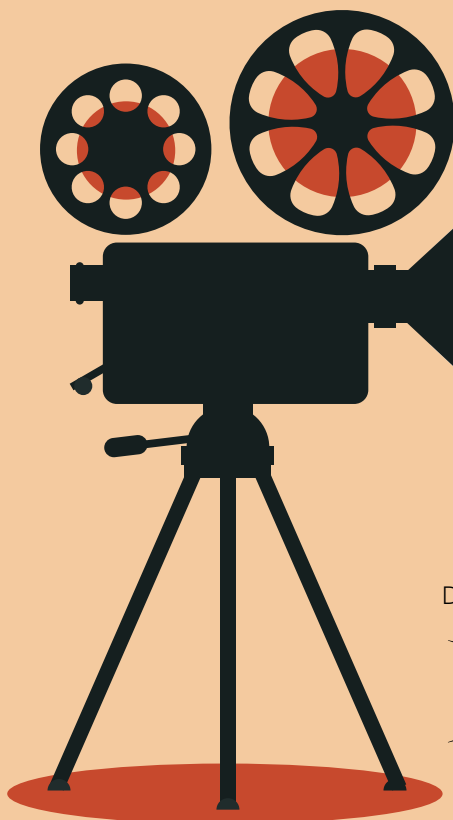
Die Zukunft ist für Patrick offen – und genau das macht sie für ihn spannend. Weitere Ausstellungen, vielleicht wieder New York, vielleicht ein Projekt im öffentlichen Raum, das langfristig bestehen bleibt. Ein konkreter Wunsch ist das SculptureCenter in Queens, New York, ein Ort, an dem er seine Arbeiten gerne einmal zeigen würde. „Ich würde gern auch mal was mit Aluminium oder Bronze machen – oder mehr mit Edelstahl als Kontrast zu eher roughen Materialien.“

Gleichzeitig freut er sich auf etwas sehr Bodenständiges: Zeit in seinem Atelier in München, um neue Ideen weiterzuentwickeln und das umzusetzen, was sich in den letzten Monaten angesammelt hat.



KINO NEUSTARTS

Ein schonungsloser Blick auf Macht und Manipulation, ein politisch-intellektuelles Psychogramm, eine poetische Reise durch die Fantasie und die glamouröse Rückkehr in die Modewelt – die kommenden Kinohighlights bewegen sich zwischen politischer Schärfe und märchenhafter Leichtigkeit. Vielversprechend sind auch alle weiteren Neustarts.



Die LEO-Kinotipps präsentiert von

CINEPLEX
AMBERG

ROMANTIK-DRAMA

Die romantische Schwarze Komödie **„Das Drama – Noch mal auf Anfang“** (Kinostart: 2. April) des norwegischen Regisseurs Kristoffer Borgli erzählt von Emma Harwood und Charlie Thompson, einem offenbar perfekten, verlobten Paar, dessen Beziehung in der Hochzeitswoche durch überraschende Enthüllungen und emotionale Turbulenzen dramatisch kippt – von romantischen Momenten bis zu verstörenden Szenen, die Nähe und Vertrauen auf die Probe stellen. In den Hauptrollen brillieren Zendaya als Emma und Robert Pattinson als Charlie, flankiert von Mamoudou Athie, Alana Haim und Hailey Gates. Mit Musik von Daniel Pemberton und einer Mischung aus Humor, Psychodrama und Beziehungsanalyse, verspricht der Film ein intensives Kinoerlebnis über Liebe, Geheimnisse und die Schattenseiten perfekter Inszenierungen.

THRILLER

„Der Magier im Kreml“ (Kinostart: 9. April) von Regisseur Olivier Assayas basiert auf dem gleichnamigen internationalen Bestseller. Im Zentrum steht der charismatische Vadim Baranov (Paul Dano), der nach dem Zerfall der Sowjetunion vom Avantgarde Künstler zum Reality TV Produzenten und schließlich zum einflussreichen Strippenzieher an der Seite eines aufsteigenden Ex KGB Agenten wird: Wladimir Putin, dargestellt von Jude Law. Gemeinsam mit Figuren wie

Ksenia (Alicia Vikander), Oligarchen und politischen Rivalen zeichnet der Film ein schonungsloses Bild der Macht, in dem Wahrheit und Manipulation verschwimmen und Baranov Jahre später beschließt, sein Schweigen zu brechen. Mit internationaler Starbesetzung und satirischer Schärfe blickt der Film in die dunklen Mechanismen politischer Macht.

KOMÖDIE

„Der Teufel trägt Prada 2“ (Kinostart: 30. April) knüpft thematisch an den Kultfilm von 2006 an und bringt die legendäre Modewelt zurück auf die Leinwand. Im Mittelpunkt steht erneut die gnadenlos schillernde Branche, diesmal vor dem Hintergrund tiefgreifender Veränderungen: Print trifft auf Digital, Macht auf Relevanz, Tradition auf Innovation. Miranda Priestly, ikonisch verkörpert von Meryl Streep, muss sich mit den neuen Spielregeln arrangieren und zeigt dabei wieder ihre berüchtigte Mischung aus Charisma und Härte. Andy Sachs (Anne Hathaway) kehrt als etablierte Medienfrau zurück, nun auf Augenhöhe mit ihrer ehemaligen Chefin, während Emily Charlton (Emily Blunt) und Nigel (Stanley Tucci) ebenfalls wieder in die turbulente Welt von „Runway“ eintauchen. Inhaltlich bringt der Film eine gelungene Mischung aus bissigem Humor, extravaganten Modedesigns, Insider-Einblicken hinter die Kulissen der Branche und zeitgemäßen Fragen nach Karriere, Loyalität und Selbstbestimmung.



| Verlosung

LEO verlost 2 x 2 Freikarten für „Strickfilm“ im Cineplex Amberg. Ruf an unter **01378-80 32 25*** und nenne das Stichwort **KINO** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 08.04.2026. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.
Datenschutz unter: www.onetz.de/teilnahmebedingungen. Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

FANTASY-ABENTEUER

In **„Der Wunderweltenbaum“** (Kinostart: 30. April) zieht die Thompson Familie aufs englische Land, wo die drei Kinder Beth, Joe und Fran im Wald einen geheimnisvollen Baum entdecken, der sie in fantastische, wechselnde Welten katapultiert. Dort treffen sie skurrile Gestalten wie die freundliche Fee Seidenhaar, das gutmütige Mondgesicht oder die strenge Frau Waschsoviel, während sie gleichzeitig mit der finsternen Dame Snap konfrontiert werden – und so nicht nur aufregende Abenteuer erleben, sondern auch als Familie zusammenwachsen. Regisseur Ben Gregor bringt Enid Blytons geliebte „Faraway Tree“ Reihe mit einem prominenten Ensemble auf die Leinwand: Claire Foy und Andrew Garfield spielen die Eltern, Rebecca Ferguson die Gegenspielerin, unterstützt von Nicola Coughlan, Nonso Anozie, Jessica Gunning und weiteren bekannten Gesichtern. Mit viel Herz, Witz und visuellem Zauber ist der Film ein magisches Kinoerlebnis.

WEITERE KINONEUSTARTS IM APRIL:

„Der Super Mario Galaxy Film“: Animation – Kinostart: 1. April

„The History of Sound“: Drama – Kinostart: 9. April

„Shelter“: Thriller – Kinostart: 9. April

„Kill Bill - The Whole Bloody Affair“: Action – Kinostart: 16. April

„Michael“: Biographie – Kinostart: 23. April



Stefan und Mandy



MASTER KARAOKE DALI | NABBURG

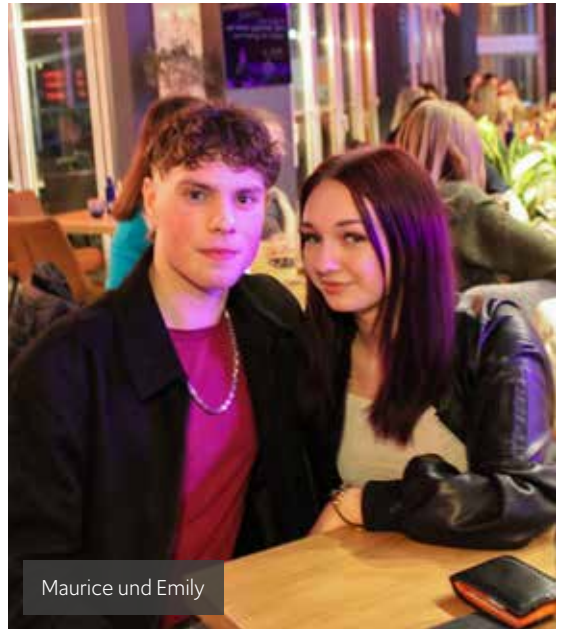
Fotos: Benny Redinger



Adriana, Christin und Sabine



Christiane, Corinna und Isabella



Maurice und Emily



Diana, Benji und Eric



Marcel und Michael



Lauren und Vicky



Sina und Marcel



Selina und Eric



Nils und Jammy



Florian und Paula



Gisela, Andrea und Steffi



Michael und Bettina



Pia und Stefan



Jonah und Chantal



Julia und Johannes



HOCHZEITSMESSE LOVE AND CONNECT INNOVISION CENTER | WEIHERHAMMER

Fotos: Tobias Albrecht



Nadine und Vanessa



Viktoria und Niclas



Magdalena und Daniel



Maxi und Rebecca



Brigitte und Dominik



Leonie und Marcel



Julia und Michael



Silke und Josef



WASSERMANN
(21.1. bis 19.2.)

Ganz entspannt. Nun kehrt endlich Ruhe in dein bisher so turbulentes Leben ein. Keine emotionalen Achterbahnfahrten mehr, keine Irrungen und Wirrungen – und richtig viel Zeit nur für dich.



ZWILLINGE
(21.5. bis 21.6.)

Raus aus der Achterbahn. Deine Stimmungsschwankungen machen gerade nicht nur anderen, sondern auch dir selbst zu schaffen. Es wird Zeit, dass du wieder in Ruhe zu dir selbst findest.



WAAGE
(24.9. bis 23.10.)

Miteinander statt allein. Du bist bekannt dafür, dass du alles selbst schaffen willst. Jetzt solltest du aber die Hilfe annehmen, die dir angeboten wird. Dann lässt sich dein Problem leicht lösen.



FISCHE
(20.2. bis 20.3.)

Raus in die Natur. Der Frühling ist nun endgültig da – und es wird Zeit, dass du diesen so richtig genießt. Arbeit ist nicht alles, gönne dir endlich einen Kurztrip oder plane eine Wandertour.



KREBS
(22.6. bis 22.7.)

Klare Ansagen. Dir reicht es nun wirklich und du willst dir einfach nicht mehr vorschreiben lassen, wie dein Leben auszusehen hat. Endlich traust du dich, jemandem die Meinung zu sagen.



SKORPION
(24.10. bis 22.11.)

Endlich geschafft. Du kannst nun eine wichtige Hürde nehmen und der gewünschte Erfolg stellt sich ein. Jetzt ist es an der Zeit, diesen so richtig zu genießen und mal wieder Urlaub zu machen.



WIDDER
(21.3. bis 20.4.)

Über den eigenen Schatten springen. Es ist an der Zeit, dass du auf dein eigenes Bauchgefühl hörst – und nicht nur auf das, was andere sagen. Nimm deinen ganzen Mut zusammen und starte durch.



LÖWE
(23.7. bis 23.8.)

Einfach mal machen. Schon viel zu lange schiebst du einen großen Traum immer wieder zur Seite, weil du deine Sicherheit nicht verlieren willst. Zeit, deine Wünsche endlich auch umzusetzen.



SCHÜTZE
(23.11. bis 21.12.)

Zeit für eine Pause. Du kannst nicht immer 120 Prozent geben, irgendwann ist es auch mal gut. Deswegen solltest du jetzt chillen und dir die verdiente Auszeit gönnen. Ja, das geht.



STIER
(21.4. bis 20.5.)

Ein Hoch auf die Liebe. Endlich realisierst du, dass alles auch ganz anders laufen kann – leicht und unkompliziert. Du gerätst jetzt immer öfter ins Schwärmen und schwebst auf Wolke sieben.



JUNGFRAU
(24.8. bis 23.9.)

Überraschende Wendung. Plötzlich siehst du jemanden, den du schon längere Zeit kennst, mit ganz anderen – und strahlenden – Augen. Die Chancen auf eine gemeinsame Zukunft stehen gut.



STEINBOCK
(22.12. bis 20.1.)

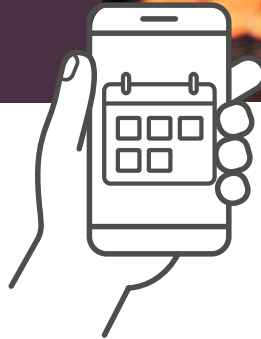
Auf Wolke sieben. Noch vor einiger Zeit hättest du dir das alles noch gar nicht träumen lassen. Du bist sehr happy, endlich einen Menschen gefunden zu haben, der dich perfekt ergänzt.

ERLEBE DEINE REGION

Du hast Lust auf Konzerte, Märkte, Theater-
vorführungen oder andere kulturelle und
musikalische Highlights? Dann bist du hier
genau richtig! Scanne die Codes und finde
heraus, welche besonderen Veranstaltungen
dich in der Region erwarten.



© Patrick Davenbichler – stock.adobe.com



ALLE VERANSTALTUNGEN
DER JEWEILIGEN STÄDTE
FINDEST DU HIER IM ÜBERBLICK.



AMBERG



SCHWANDORF

KULTURAMT
AMBERG



SULZBACH-
ROSENBERG



LANDESTHEATER
OBERPFALZ

NT-TICKET



WEIDEN



NACHTFLOHMARKT

SNHAPP DIR DIE BESTEN TEILE

Wer hat eigentlich gesagt, dass man immer früh aufstehen muss, um auf dem Flohmarkt echte Lieblingsstücke zu ergattern? Dass das auch ganz anders geht, beweist mal wieder der Nachtflohmarkt. Kein Wunder, dass dieser immer mehr Fans hat. Denn hier findest du nicht nur alles, was sich bisher auf Dachböden und in Kellern versteckt hat. Du kannst hier auch Freunde treffen und in Partyatmosphäre ein Bierchen trinken. Denn Nachtflohmarkt geht einfach immer. Sei dabei und schnapp dir die besten Teile. Natürlich kannst du auch selbst einen Stand eröffnen, und selbst verkaufen. Mehr Infos gibt's auf www.facebook.com/NachtFlohmarktWeiden.

Freitag, 10. April | 17 Uhr
Stadthalle | Neustadt/WN

BLECH UND FRECH

BLASMUSIK UND FRECHE GSTANZL

Gestaltet wird die launige Veranstaltung dieses Jahr von Florian Gröninger, den Blechern Sait'n und den 6 lustigen Fünf. Tausendsassa und Multitalent Florian Gröninger ist nicht nur in der Region bekannt wie ein bunter Hund: Regelmäßig ist er bei den „Brett-Spitzen“ im Bayerischen Fernsehen zu sehen, bei der Band DeSchoWieda ist er an der Tuba und an der Posaune zu finden, bei der Stimmungsband Grögözt Weißbir an der Quetschn, am E-Bass und Kontrabass sowie an Tuba und am Mikrophon. Solo ist er mal als Moderator, mal als Gstanzlsänger unterwegs. Es wird ein zünftiger Abend in bester Oberpfälzer Tradition – und für die Brotzeit dazu ist auch gesorgt. Mehr Infos gibt es auf www.acc-amberg.de.

Montag, 6. April | 17 Uhr
ACC | Amberg



Freitag, 10. April | 20 Uhr
Mehrzweckhalle | Kemnath

OIMARA MIT BANDE

„KIMM MA NED AUF DE TOUR“

Der Stenz vom Berg ist längst in den Tälern angekommen und wird von Festivalpeople bis Feinschmeckern als „Zebro“ oder „Dialektumami“ gefeiert. Seit seinem Nummer-eins-Hit „Wackelkontakt“ kennt man ihn überall und er wurde schon millionenfach gestreamt. Und kraft seines kreativ-ungehorsamen Wesens wurde er mittlerweile mit seinem „Bierle in da Sun“ zum erhörten Allrounder der zwischen-nationalen Musikszene. Getragen von den Vibes des Publikums lässt sich der Hafner Beni vom siebten Sinn treiben und besingt alles, was ihm das Leben und die Weltlage vor der Nase so bietet. „Es duad ma leid Mama“, aber es gibt hoid koane Wunschkonzerte ... Also „Kimm ma ned auf de Tour“. Mehr Infos gibt es auf www.kemevent.de und www.oimara-musik.de.

KARAOKE

UND WELCHEN SONG SINGST DU?



Was denkst du, welche Songs werden beim Karaoke am liebsten gesungen? Laut Statistik sind das tatsächlich „Atemlos durch die Nacht“ von Helene Fischer, „Wonderwall“ von Oasis und „Angels“ von Robbie Williams. Und welchen Song gibst du zum Besten? Oder mischst du dich lieber unter das Publikum und singst von dort aus mit? Erlaubt ist, was gefällt. Und Karaoke macht einfach immer Spaß – egal ob auf der Bühne oder beim Mittanzen. Deswegen solltest du dir am besten diese Abende schon mal vormerken. Mehr Infos findest du auf www.master-karaoke.de.

Freitag, 10. April, 20.30 Uhr
Colomba, Amberg

Freitag, 24. April, 21 Uhr
Mama's Streetfood Bar, Weiden



| Verlosung

LEO verlost 2 x 2 Tickets. Ruf an unter **01378-80 32 26*** und nenne das Stichwort **WEIDEN** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmeschluss ist der 12.04.2026. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teuer.

Datenschutz unter: www.onetz.de/teilnahmebedingungen. Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

WEIDEN TOBT!

DER NACHWUCHSBANDCONTEST IN DER OBERPFALZ

Es wird laut im JUZ, der Nachwuchsbandwettbewerb „Weiden tobt!“ geht in die nächste Runde. Wieder einmal können junge Bands hier so richtig zeigen, was sie auf der Bühne drauf haben. Mit dabei sind dieses Mal Nonsense (Rock), New Attic (Alternative, Indie Rock), Mouth Full Of Glass (Deathcore, Metal), Anasi (Rock, Hip Hop, Metal), No Repeat (Rock) und Harbingers of Death (Sludge, Heavy Metal). Über den Gewinn entscheidet das Publikum gemeinsam mit einer Jury. Also auch du bestimmst mit, welche Band den ersten Platz macht. Mehr Infos zu diesem Abend findest du auf www.juz.de.

Samstag, 18. April | 19.30 Uhr
JUZ | Weiden



CINEPLEX
AMBERG

STRICK FILM

Kreative Auszeit mit Kino und Garn –
bring dein liebstes Handarbeitsprojekt mit!

Infos & Tickets



www.cineplex.de/amberg



Mit freundlicher
Unterstützung von



VON 14:00 BIS 18:00 UHR
AM DULTPLATZ IN AMBERG

ELEKTRO- MOBILITÄTSTAG AM 18. APRIL



**STADTWERKE
AMBERG**
und das Leben ist schön.



ATTRAKTIVE GEWINNE & SPANNENDE AKTIVITÄTEN!

VIELE AUSSTELLER, FOODTRUCKS, PROBEFAHREN,
GROSSES GEWINNSPIEL UND VIELES MEHR!

Auch dieses Jahr dreht sich **am Samstag, den 18. April 2026**, wieder alles um die Mobilität von morgen! Beim **Elektromobilitätstag der Stadtwerke Amberg** präsentieren regionale Akteure innovative Lösungen rund um das Thema **E-Mobilität**. Von aktuellen E-Autos und elektrischen LKWs bis hin zu elektrischen Baumaschinen stehen Ihnen die Aussteller Rede und Antwort und geben praxisnahe Einblicke in Technik, Alltagstauglichkeit und Trends.

Zusätzlich informieren **Fachreferenten in spannenden Vorträgen** über den aktuellen Stand der Elektromobilität und was uns künftig erwartet, mit Themen wie worauf Sie beim Kauf gebrauchter E-Autos achten können, oder passende Ladelösungen für zu Hause und der Ausbau der Ladeinfrastruktur in Amberg.

Und nachdem Sie bei unserem diesjährigen **großen Gewinnspiel** mit Schätzfrage Ihr Fingerspitzengefühl bewiesen und **tolle Preise** gewonnen haben, können Sie sich mit **süßen und deftigen Schmankerln** regionaler Anbieter stärken.

Das ganze Programm unter
stadtwerke-amberg.de/e-mobilitaetstag



DIESE AUSSTELLER ERWARTEN SIE:



Autohaus
Hofmann

Autohaus Kropf GmbH
KROPF
Schwarzkopf · Raichinger · Thomas

LELL
LKW · BSW · VW



widmann

Getz Nordbergfalz
Energie-Technologisches Zentrum



POPP
FAHRZEUGBAU

PORSCHE
Porsche Zentrum Amberg



VEOLIA



zien



**WACKER
NEUSON**
all 4 wheels



Samstag, 25. April | 11 bis 21 Uhr
Bleichwiese vor dem ACC | Amberg

AMBERGER BIERFEST

DIE BIERSTADT FEIERT MIT IHREN
BRAUEREIEN

Magst du Bier? Dann bist du in Amberg goldrichtig, denn Amberg ist eine Bierstadt mit über 500-jähriger Tradition und sechs aktiven Brauereien. Und die Amberger Biere überzeugen nicht nur mit ihrer hohen Qualität, sondern auch mit ihrer Vielfalt. Davon kannst du dich auf dem Bierfest selbst überzeugen. Du hast hier die Möglichkeit, die unterschiedlichen Sorten aller sechs Brauereien kennenzulernen. Auch für das leibliche Wohl und die richtige Stimmung dank Musik ist natürlich wieder gesorgt. Und ganz nebenbei lernst du hier viele neue Freunde kennen. Einfach vorbeikommen und miteinander anstoßen. Prost.

VANJA SKY

VINTAGE SOUND AUS DEN 80ERN



Samstag, 18. April | 20 Uhr
Kulturkeller | Schwandorf

Vanja Sky ist Kroatiens Antwort auf Sheryl Crow und Norah Jones. Der Blues war die Initialzündung der jungen Konditorin aus dem Küstenstädtchen Umag. Vanja Sky hat den Einfluss von Rory Gallagher, Albert King und Stevie Ray Vaughan eingesogen – und schlägt die Brücke von der alten Garde der Bluestraditionalisten hin zu einem jugendlichen Publikum. Dabei steht sie den Stars der aktuellen Classic-Retro-Rock-Szene kaum nach. Sie überzeugt mit ihren eindringlichen Eigenkompositionen, die auf Augenhöhe mit den Hits der aktuellen Genregrößen stehen. Jetzt ist sie bei einem Konzert im Schwandorfer Kulturkeller zu erleben. Mehr Infos gibt es auf www.schwandorf.de.

OEHL

„TOUR DER GUTEN HOFFNUNG“

Nach ausverkauften Konzerten 2024 geht Oehl in die Verlängerung: Mit viel Gefühl, tanzbaren Beats und einer Mischung aus Tiefgang und Leichtigkeit bringt die vierköpfige Band um Sänger Ariel Oehl ihre „Tour der guten Hoffnung“ zurück auf die Bühne. Zwischen Akustik-Set und Dancefloor-Momenten entsteht ein Abend voller Emotion, Ehrlichkeit und Euphorie. Oehl behandelt große Themen mit einer Sanftmut, die im deutschsprachigen Indiepop selten geworden ist. Live treffen starke Texte auf treibende Grooves – melancholisch, nahbar und mitreißend. Mehr Infos gibt es auf www.suendik.at.

Mittwoch, 29. April | 20 Uhr
Sünde | Weiden





Foto: OVIGO/Florian Wein

DAS GEHEIMNIS DER BLUTGRÄFIN

DINNER MIT KILLER SPÜRT
VAMPIRMYTHOS NACH

Als Gast wirst du in das Jahr 1971 in die slowakischen Karpaten transportiert, wo du dich plötzlich auf Schloss Schächtitz wiederfindest. Hier trieb Ende des 16. Jahrhunderts Elisabeth Báthory ihr Unwesen. Auch heute wird sie noch Blutgräfin genannt und wurde gar zur Vorlage für zahlreiche Vampirgeschichten. Sie soll über 600 Dienstmädchen umgebracht haben, um sich auf ewig jung zu halten. Nachdem das Schloss viele Jahre unbewohnt war, leben dort heute wieder Nachfahren der Báthory. Die Familie serviert dir ein köstliches 4-Gänge-Menü, das allerdings von einem grausamen Verbrechen überschattet wird. Karten für das gruselige Krimidinner vom OVIGO-Theater gibt es beim Ticket-service der Amberger Zeitung (Telefon 09621/306-230), beim NT-Ticket-service (Telefon 0961/85-550) oder auf www.nt-ticket.de.

Freitag, 10. April | 19 Uhr
Emil-Kemmer-Haus | Oberviechtach

Sonntag, 12. April | 18 Uhr
Hotel Wolfringmühle | Fensterbach



| Verlosung

3 x 2 Tickets für das Musical „Spamalot“. Ruf an unter **01378-80 32 27*** und nenne das Stichwort **SPAMALOT** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahme-schluss ist der 12.04.2026. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: www.onetz.de/teilnahmebedingungen. Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

MONTY PYTHON'S SPAMALOT

DAS ABGEFAHRENE MUSICAL BEI OVIGO

Die britische Komikergruppe Monty Python sorgte in den 70er-Jahren mit ihrer TV-Sendung „Monty Python's Flying Circus“ weltweit für ohrenbetäubendes Gelächter. Das preisgekrönte Musical „Spamalot“ setzt die Tradition des schrillen Humors made in UK fort. Produktionen in New York, Las Vegas und London machten das Musical zum Welt-erfolg. Klar, dass es jetzt eine Fortsetzung des Wahnsinns auch in der Oberpfalz gibt – in einer knalligen und aufwendigen OVIGO-Produktion mit großem Schauspiel-Ensemble, Live-Band, furchterregenden Hasen und Gliedmaßen verlie-renden schwarzen Rittern. Karten gibt es beim NT-Ticketser-vise (Telefon 0961/85-550) oder auf www.nt-ticket.de.

Samstag, 18. April | 20 Uhr
Kettelerhaus | Tirschenreuth



Foto: OVIGO/Florian Wein



Wir lassen Sie nicht allein.

**Haus- und Grundbesitzerverein
Weiden und Umgebung e.V.**

www.haus-grundbesitzerverein-weiden.de

Telefon: 0961 - 633666



KREIS-KIRWA- WARM-UP

Foto: Mike Haegele

„O’ZAPFT WIRD!“

Wenn es wieder zünftig wird und die Jungen und die Alten zusammen feiern, als gäbe es kein Morgen – dann ist wieder Kirwa. Diese ist nicht nur lebendiges Brauchtum, sondern vor allem eins: ein Lebensgefühl. „Wer hout Kirwa?“ ist eine Frage, die bald wieder überall im Landkreis Amberg-Sulzbach zu hören sein wird. Jetzt wird die neue Kirwasaison schon mal standesgemäß eingeläutet – mit XXL-Oktoberfestzelt, der angeblich größten Bar der Welt und Live-Stimmung mit Grögötz Weißbir. Auch dieses Jahr werden wieder Tausende feierwütige Kirwaleit erwartet. Tische können vorab schon mal reserviert werden. Mehr Infos gibt es auf www.kkwu.de.

Samstag, 18. April | 19.30 Uhr
Sportgelände Sorghof | Heringnohe

DOUBLE DRUMS

„ALL YOU CAN BEAT“

Double Drums verwandelt alltägliche Gegenstände wie Mülltonnen, Benzinkanister und Verkehrsschilder in mitreißende Beats. Gleichzeitig lassen die beiden Musiker die gesamte Welt der Schlaginstrumente, von Vibraphon bis Marimbaphon, in neuem Licht erstrahlen. Es werden eigene Kompositionen, aber auch Welthits in völlig neuartigen Versionen präsentiert. Alex Glöggler und Philipp Jungk machen die Bühne zu einem Ort, an dem der Rhythmus des Alltags zu einer hypnotisierenden Symphonie wird. Die Energie und Spielfreude überträgt sich ab der ersten Sekunde auf dich. Karten gibt es beim Ticketservice der Amberger Zeitung (Telefon 09621/306-230) oder auf www.nt-ticket.de.

Samstag, 25. April | 20 Uhr
Capitol | Sulzbach-Rosenberg



Foto: Christian Geißelmann

JUGEND OHNE GOTT

SCHAUSPIEL NACH DEM ROMAN VON
ÖDÖN VON HORVÁTH

Ein rassistischer Satz in einem Schulaufsatz. Kaum will die Lehrerin den Rotstift ansetzen, stockt sie. Hat sie das nicht schon einmal im Radio gehört? Sie lässt den Satz also stehen, denn was einer im Radio redet, darf eine Lehrerin nicht im Schulheft streichen. Inmitten des weltweiten Aufstiegs rechter Parteien gewinnt Ödön von Horváths Roman erschreckende Relevanz. Regisseur Markolf Naujoks wirft einen schonungslosen Blick auf eine Gesellschaft im Wandel und stellt die Frage nach der individuellen Verantwortung in einer Zeit, in der Werte eines friedlichen Zusammenlebens bedroht sind. Tickets gibt es in der Tourist-Information Amberg (Telefon 09621/10-239) oder direkt an der Abendkasse.



Foto: Nathan Dreessen

Dienstag, 21. April | 19.30 Uhr
Stadttheater | Amberg



SEVERIN GROEBNER

„ICH BIN DAS VOLK!“

Der kleine Mann auf der Straße, das ist immer noch ein Mensch wie du und ich. Fragen wir ihn also: Warum ist der kleine Mann eigentlich immer auf der Straße? Strebt das Volk eigentlich immer nach Größe, weil es aus lauter kleinen Männern besteht? Was will das Volk eigentlich? Gibt es neben dem Volkswillen auch ein Volkswissen? Jetzt gibt es einen, der weiß das alles. Schließlich ist das Volk der Severin. Oder Souverän? Egal. Das wird volklich eine volkenreiche Begegnung. Mit volkigen Begründungen. Hier bleibt nichts volkenlos. Volkasko verunsichert sozusagen. Dafür gibt's Vollkornbrot und Spiele. Denn hier kommt ein Autokrat zum Knutschen. Einer bei dem die Willkür vor der Pflicht kommt. Eben einer wie du und ich. Karten für das Regierungsprogramm gibt es beim NT-Ticket-service (Telefon 0961/85-550) oder auf www.nt-ticket.de.

Samstag, 11. April, 20 Uhr
Schmidt-Haus, Nabburg

Du musst keine Weltreise unternehmen, um das Klassikkonzert eines Weltklasse-Orchesters zu hören. Die vom Meisterviolinisten Artiom Kononov handverlesenen Musiker treten seit dem Jahr 2015 unter dem Namen „**THE CHAMBERS – DIE VIRTUOSEN AUS KÖLN**“ auf. Der Kontrast zwischen virtuos gespielten klassischen Originalwerken, Hits aus Film- und Popmusik sowie eigenen Arrangements von Werken, die ursprünglich für sinfonische Besetzung komponiert wurden, ist das Markenzeichen des Kammerensembles. Die Panflöte, gespielt von dem Rumänen Ion Malcoci, verleiht den Konzerten eine zauberhafte Klangfarbe, besonderen Charakter und unverwechselbaren Sound. Neben der musikalischen Leitung als Konzertmeister besticht Artiom Kononov durch seine furiösen Interpretationen im Violinenspiel. The Chambers haben es sich zur Aufgabe gemacht, den musikalischen Horizont des gängigen klassischen Vortrages mit Elementen der Weltmusik zu erweitern. Karten gibt es beim Ticketservice der Amberger Zeitung (Telefon 09621/306-230) oder auf www.nt-ticket.de.

! Verlosung

LEO verlost 3 x 2 Tickets. Ruf an unter **01378-80 32 28*** und nenne das Stichwort **KONZERT** + deinen Namen, Adresse und deine Telefonnummer. Teilnahmechluss ist der 03.05.2026. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

*Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 ct aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk teurer.

Datenschutz unter: www.onet.de/teilnahmebedingungen. Bitte beachte ebenfalls unseren Gewinnspielhinweis auf Seite 4.

THE CHAMBERS

Die Virtuosen aus Köln



VIVALDI

„La Stravaganza“ Op. 4 Concerto No. 1
Queen - Bohemian Rhapsody
Legendäre Filmmusik

ERLÖSERKIRCHE AMBERG

FREITAG

8. Mai

19:30 Uhr

Vorverkauf: www.eventim.de - www.reservix.de - www.okticket.de

Ev. luth. Pfarramt Erlöserkirche, Dr. Martin-Luther-Str. 2,

Carl Mayrs Buchhandlung und Buchdruckerei, Schranenplatz 3

Tourist Information Amberg, Hallplatz 2; Amberger Zeitung, Mühlgasse 2

Hotel Brunner, Batteriegasse 3, alle in Amberg

Medienhaus - Der Neue Tag - Weigelstr. 16, Weiden

Vorverkauf: 30,-

Abendkasse: 35,-

Einlass ab 18:30 Uhr

STADTFÜHRUNGEN

So., 19.04. | 14 Uhr | 5 €

DIE GUTE ALTE ZEIT - EINKAUFSTADT SULZBACH

Der Bäcker und Metzger um die Ecke, das Kaufhaus mit Spielwaren und vielem mehr. Vergangene aber nicht vergessene Geschäfte - mit Peter Preller

Geschichtsbrunnen am Rathaus



So., 26.04. | 14 Uhr | 5 €

HISTORISCHER STADTSPAZIERGANG

Unter dem Motto: „G´heirat und G´storben wird allerweil“ spazieren Sie auf einem Rundgang durch die historischen Gassen - mit Christa Pohl

Litfaßsäule am Luitpoldplatz



Sa., 02.05. | 14 Uhr | 5 €

HIER STEHE ICH, ICH KANN NICHT ANDERS

mit beliebten Sprichwörtern und Weisheiten durch die Stadtgeschichte von Sulzbach-Rosenberg - mit Monika Preller | Anmeldung über Tourist-Info

Litfaßsäule am Luitpoldplatz



So., 10.05. | 14 Uhr | 5 €

HISTORISCHER STADTSPAZIERGANG

Unter dem Motto: „G´heirat und G´storben wird allerweil“ spazieren Sie auf einem Rundgang durch die historischen Gassen - mit Patrizia Zimmermann

Litfaßsäule am Luitpoldplatz



Do., 14.05. | 14 Uhr | 5 €

AUF DEN SPUREN DES BERGBAUS

Sie wandern entlang der Bruchfelder zum früheren Erzfeld und genießen die Aussichtspunkte am Galgen- und Annaberg, während Sie Informationen über den Erzabbau erhalten - mit Monika & Peter Preller | Anmeldung unter 09661 6200

Steinbruch, östl. Aufgang (Annaberg)



KONZERTE



Di., 14.04. + Mi., 15.04. | 20 Uhr | 34 €

DJANGO 3000: UNPLUGGED

Die Chiemgauer Desperados
Historische Druckerei Seidel
Luitpoldplatz 4



Sa., 25.04. | 20 Uhr | 25 €

DOUBLE DRUMS: ALL YOU CAN BEAT

Percussion-Erlebnis
Capitol Bild & Bühne
Bayreuther Straße 4



Di., 19.05. | 19.15 Uhr | 28 €

JEWISH CHAMBER ORCHESTRA MUNICH

Das jüdische Italien
Ehemalige Synagoge
Synagogenstraße 9



Fr., 22.05. | 20 Uhr | 25 €

NICK WOODLAND

Die britisch-bayerische Blues-Legende
Historische Druckerei Seidel
Luitpoldplatz 4



Stadt
Sulzbach-
Rosenberg



ntticket.de

Tickets können unter allen
bekannten Vorverkaufs-
stellen erworben werden.

Informationen und Buchungen

Stadt Sulzbach-Rosenberg | Tourist-Information
Luitpoldplatz 25 | 92237 Sulzbach-Rosenberg

Telefon: 09661 510-1170

E-Mail: tourist-info@sulzbach-rosenberg.de

Website: www.suro.city



Freitag, 24. April | 20 Uhr
Mehrzweckhalle | Brand

BARBARI BAVARII

„D'MAMA HOUD G'SAGT, DES IS LUSTIG!“

Barbara Bavaria. Nein. Baweri Ba ... Nein, auch nicht. Barbari Bavarii. Genau. Nach der „Schundreise“, „Mensch, gibts denn des?“, „Wou fahlt's denn?“ und ihrem Musical „Sepp, der Durchschnittsdepp“ haben sie sich entschlossen, ein neues Programm zu schreiben. Doch das ist gar nicht so einfach wie man denkt. Was hören die Leute denn für Musik? Welche Themen sind tabu? Und wie kacke darf ein Song eigentlich sein? Viele Fragen die zu klären sind. Die Barbaren lassen ihr Publikum live daran teilhaben, was es heißt, in den Kreativprozess einzutauchen. Und zum Schluss braucht's natürlich auch eine zuverlässige Qualitätskontrolle. Aber keine Sorge: „D'Mama houd g'sagt, des is lustig!“, Also: Kommen. Lachen. Hosnbiesln. Mehr Infos gibt's auf www.barbari-bavarii.de.

STADTBALL

SCHWANDORF TANZT



Samstag, 25. April | 20 Uhr
Oberpfalzhalle | Schwandorf

Einen Abend lang verwandelt sich die Oberpfalzhalle in Schwandorf auch in diesem Jahr wieder in einen glanzvollen Ballsaal. Beim Stadtbball erwarten dich erstklassige Live-Musik, eine erlesene Getränkeauswahl und eine exklusive Bar – also beste Voraussetzungen für eine unvergessliche Tanznacht. Ein Buffet gibt es dieses Mal zwar nicht, aber die Gaststätte Bistropolis in der Oberpfalzhalle bietet ab 17 Uhr die Möglichkeit zum Essen. Reservierung nicht vergessen! Mit leerem Magen muss also auch an diesem Abend niemand das Tanzbein schwingen. Mehr Infos gibt es auf www.schwandorf.de.

JUST FRIENDS PARTY 15.0

ABFEIERN UND GLEICHZEITIG GUTES TUN

Ausgelassen mit Freunden feiern, einen tollen Abend verbringen und dabei noch etwas Gutes tun – das ist das Motto der Feten von „Just friends“. Bereits seit 2017 veranstaltet der Verein seine Partys. Auch im April wird wieder gefeiert, dieses Mal im Foyer der Max-Reger-Halle. Hier steht ebenfalls nicht der Kommerz im Vordergrund, sondern der gute Zweck. Der komplette Erlös kommt wieder sozialen Einrichtungen zugute. DJ Tony Baruzzi sorgt für besten, tanzbaren Sound – und ihr für ausgelassene Stimmung. Deal? Mehr Infos gibt es auf www.justfriends-party.de.

Samstag, 11. April | 21 Uhr
Max-Reger-Halle | Weiden





SARA BRANDHUBER

„A SCHEENA SCHMARRN!“

Höchste Zeit für neue Herausforderungen. Darum hat sie kurzerhand beschlossen, sich neben ihrer Gitarre künftig auch ein 20 Kilo schweres E-Piano für ihre Auftritte anzuschaffen und sich zum Schleppen dafür sogar ein paar Extramuskeln antrainiert und Klavierspielen gelernt. Denn wie Pippi Langstrumpf hat auch Sara immer schon gemacht, worauf sie Lust hatte. Und nicht selten kam als Reaktion: „So ein Schmarrn!“ Wenn es sich jetzt aber um einen besonders schönen Schmarrn handelt, dann ist das fürs Publikum ein Hochgenuss, den man sich unbedingt mal gönnen sollte. Zum Glück fliegen Brandhuber die absurden Ideen von ganz alleine zu – ob beim Frustshoppen im Baumarkt oder im Krisengespräch mit der Giftnotrufzentrale, weil sie sich aus Versehen im Darknet die falschen Schwammerl bestellt hat. Da freut sie sich insgeheim, weil sie später mit diesen Geschichten auf der Bühne wieder eine Unmenge Geld verdienen wird. Karten gibt es beim NT-Ticketservice (Telefon 0961/85-550) oder auf www.nt-ticket.de.

Mittwoch, 15. April | 20 Uhr
VAZ Pfarrheim | Burglengenfeld

Donnerstag, 16. April | 20 Uhr
Restaurant Miesberg | Schwarzenfeld

Tickets bequem
und einfach von zu
Hause aus kaufen!

ntticket.de TIPP

Di., 07.04.2026
Max-Reger-Halle,
Weiden, 19 Uhr

HEINO – MADE IN
GERMANY SOLO TOUR 2026



© Christian Langer



© AP Entertainment

Fr., 10.04.2026
Congress Centrum,
Amberg, 18 Uhr

ABBA DIAMONDS

Sa., 18.04.2026
Mehrzweckhalle,
Windischeschenbach, 20 Uhr

HOLER PAETZ



© Erik Dreyer



© Agenda Production

Do., 23.04.2026
Max-Reger-Halle,
Weiden, 19 Uhr

EISKÖNIGIN 1 & 2 –
MUSIKSHOW AUF EIS

Sa., 25.04.2026
Stadthalle,
Erbendorf, 19.30 Uhr

DIE PALDAUER –
BIS ANS ENDE DER WELT



© BePo



© Ferdinand Frey

Sa., 25.04.2026
Ringtheater,
Amberg, 19 Uhr

VERGISS VEGAS
(VARIÉTÉ)



© Frank Lambert – stock.adobe.com

FRÜHLINGSFEST

GAUDI AUF DEM WEIDENER FESTPLATZ

Vom 30. April bis zum 10. Mai verwandelt sich der Festplatz an der Conrad-Röntgen-Straße in Weiden wieder in einen großen Vergnügungspark mit neuen Attraktionen und vielen aufregenden Fahrgeschäften. Natürlich ist auch für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Lust auf Käse, Steckerlfisch, Dotsch, Zuckerwatte? Oder doch lieber gebrannte Mandeln, Bratwürstel oder ein Schokofrüchte? Hier gibt es alles, was das Schlemmerherz begehrt. Und im Festzelt darfst du dich außerdem auf das leckere Festbier und ein vielseitiges Live-Musikprogramm freuen. Prost, auf das Frühlingsfest.

Donnerstag, 30. April, bis Sonntag, 10. Mai | 14 bis 24 Uhr
Festplatz an der Conrad-Röntgen-Straße | Weiden

DAS EXPERIMENT

DIE WÜRDE DES MENSCHEN IST UNANTASTBAR?



Foto: OVIGO/Florian Wein

Freitag, 10. April, und Samstag, 11. April | 20 Uhr
Sünde | Weiden

„Versuchspersonen gesucht. 200 Euro pro Tag für ein 14-tägiges Experiment. Ihre bürgerlichen Grundrechte, vor allem das Recht auf freie Bewegung oder freie Meinungsäußerung, können eingeschränkt werden.“ In einer simulierten Gefängnisumgebung treffen Wärter und Gefangene aufeinander. Die „Häftlinge“ provozieren, die „Wärter“ wollen sich Respekt verschaffen – zwei Wochen soll die Studie dauern, doch schon nach wenigen Tagen gerät das Experiment außer Kontrolle. Statt der geplanten gut bezahlten Auszeit sehen sich die Teilnehmer in ein tödliches Spiel verwickelt. Karten für das Stück des OVIGO-Theaters gibt es beim NT-Ticketservice (Telefon 0961/85-550) oder auf www.nt-ticket.de.

ENTENRENNEN

MITMACHEN UND PREISE GEWINNEN

Es ist wieder so weit: Das Amberger Entenrennen steht an. Hol auch du dir deine persönliche Rennente, gestalte sie nach deinen Vorstellungen und schicke sie an den Start. Es erwarten dich nicht nur jede Menge Spaß und Action, sondern natürlich auch wieder tolle Preise. Gestartet wird an der Fronfestbrücke um 15.30 Uhr, Ziel ist wie immer an der Stadtbrille. Enten zum Kauf bekommst du zum Beispiel am Entomaten, der auch dieses Jahr wieder direkt am Rathaus- eingang steht, und jeden Samstag im April von 10 bis 13 Uhr am Verkaufsstand auf der Krambrücke. Mehr Infos gibt es auf www.entenrennen-amberg.de.

Sonntag, 26. April | 15.30 Uhr
Fronfestbrücke | Amberg



Foto: Petra Hartl

GASTROGUIDE

Die besten Adressen für Weiden, Amberg, Schwandorf und Umgebung

Café und Bars

Der Kaffeeladen + Kaffeerösterei

Poststraße 13, Sulzbach-Rosenberg
Telefon 09661/7975
www.der-kaffee-laden.de
Barista Seminare

Café Center

Postgasse 1, Weiden
Telefon 0961/43555
www.genussmomente-weiden.de

Das Hemingway

Regensburger Str. 55, Weiden
Telefon 0961/7172
www.musikcafe-hemingway.de
Bowling: Telefon 0961/5060
www.hemingway-bowling-lounge.de

Lieblingsplatz, Café-Küche-Bar

Marktplatz 9, 92224 Amberg
Telefon 09621/8998099
info@lieblingsplatz-amberg.de
www.amberg-lieblingsplatz.de
Facebook & Instagram
Montag bis Samstag ab 9 Uhr
Feiertage ab 14 Uhr
Frühstück 9 – 12 Uhr
Sonntag geschlossen

Hotels

Altstadt Hotel BräuWirt

Türlgasse 10 – 14, Weiden
Telefon 0961/3881800
www.genussmomente-weiden.de

Stadtkrug Hotel Restaurant

Wolfрамstraße 5, Weiden
Telefon 0961/38890
www.hotel-stadtkrug.de

Nachtleben und Bars

SantoRino Bar

Unterer Markt 20, Weiden
Telefon 0162/6041071
www.santorinobar.com
Instagram und Facebook:
santorinobar

Pizzeria

Da Salvo

Moosbürger Straße 8, Weiden
Telefon 0961/47268041
www.dasalvo-weiden.de
Montag und Dienstag Ruhetag

Regionale Küche

Bootshaus Amberg Hotel – Gastronomie – Event

Schiffbrückgasse 11, Amberg
Telefon 09621/7908020
servus@bootshaus-amberg.de
www.bootshaus-amberg.de

BräuWirt

Unterer Markt 9, Weiden
Telefon 0961/481330
www.genussmomente-weiden.de

Ratskeller **Restaurant & Partyservice**

Unterer Markt 10, Weiden
Telefon 0961/42166
info@ratskeller-weiden.de

 Abholservice



 Lieferservice



Restaurant Rußwurmhaus

Eichenforstgässchen 14, Amberg
Telefon 09621/21316
www.russwurmhaus-amberg.de
Montag & Dienstag Ruhetag – außer an Feiertagen

Schloderer Bräu

Rathausstraße 4, Amberg
Telefon 09621/420707
www.schlodererbraeu.de
Durchgehend warme Küche
Mo. bis Do. 11 bis 21.30 Uhr
Freitag und Samstag 11 bis 22 Uhr
Sonntag 11 bis 21 Uhr

Gasthof-Hotel-Metzgerei „Zum Alten Fritz“ Haunritz

Hauptstraße 41, Weigendorf
Telefon 09154/4700
www.alter-fritz-haunritz.de
Facebook & Instagram
[@gasthofzumaltenfritz](https://www.instagram.com/gasthofzumaltenfritz)



Tobias Spöth, IT-Administrator

„Bisher bin ich noch nicht dazu gekommen, die Sonne zu genießen, aber nächste Woche fliege ich mit meiner Freundin in den Urlaub – auf die Kapverden. Im Urlaub nehme ich mir dann viel Zeit für solche Momente.“



Was war dein erster richtiger Draußen- Moment dieses Jahr?



**Johanna Milonczok,
Kommissioniererin**

„Sobald die ersten Sonnenstrahlen draußen waren, bin ich in den Park gegangen, habe mich auf eine Bank gesetzt und mich mit einem Getränk in der Hand gesonnt.“



Silke Günter, Fachfußpflegerin

„Mitte März war an einem Freitag so richtig schönes Wetter. Da bin ich einfach mit meinem Hund Luna rausgegangen, hab ein Eis gegessen und die Sonne genossen. Ich bin selbstständig und sobald ich ein bisschen frei habe, gehe ich raus.“



**Katharina Holler, Transformation
Managerin in Elternzeit**

„Mit dem Laufrad zu fahren ist ein neuer Meilenstein meiner Tochter. Da haben wir an einem März-Tag viel gemeinsame Familien-Zeit draußen verbracht und das geübt. Ich bin aktuell wieder schwanger und da tut Bewegung draußen einfach gut – noch besser ist es dann natürlich, wenn die Sonne scheint.“



**Stas und Max Ignatov,
Student und Nachhilfelehrer**

„An den ersten wärmeren Tagen diesen Jahres waren wir direkt draußen, sind im Park lange spazieren gewesen und haben es genossen, als Cousins Zeit miteinander zu verbringen.“



MAKING-OF

SEBASTIAN BURKHARD

Alter: 24

Wohnort: Weiden

Beruf: Medientechnologe

Leidenschaft: Party

Lieblingssong: 666 von Zymba und
Moonlight Dreams von Jamule und
Yakary

Hier trifft ihr mich:

Im Gym, im Café und im Club

VON 14:00 BIS 18:00 UHR
AM DULTPLATZ IN AMBERG

MEHR DAZU



ELEKTRO- MOBILITÄTSTAG AM 18. APRIL

*Save the
Date!*

Mit freundlicher
Unterstützung von



**STADTWERKE
AMBERG**

und das Leben ist schön.

SWA 
E-CHARGE