



**Rezept der Woche**  
OWZ-Küchenchef Michael Schiffer serviert Pangasiusfilet mit einer Soße mit Trauben und Silberzwiebeln.

► Seite 3

# OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

AUSGABE SÜD

**Rezept zum Glück**  
Das Glück liegt im Freien, auch jetzt im Winter, weiß die OWZ-Glücksexpertin.

► Seite 4



Woche 3 | 16. Januar 2026

## Hecken für die Umwelt

Der Kirschchlorbeer ist in Verruf geraten. Der BUND hat Tipps für ökologische Alternativen.

► Seite 2

Symbolbild: Hermann – stock.adobe.com



**INVENTUR**  
Nicht verpassen!  
**Wir brauchen Platz!**  
**VERKAUF**  
**2026**

Aktion gültig bis 21.1.26.

HOMA Sindlersberger Wohnwelt GmbH & Co. KG  
Tel. 0961 67005-0 | [www.sindlersberger.de](http://www.sindlersberger.de)  
Pressather Straße 27 | 92637 WEIDEN

SINDERSBERGER  
**Homa**  
WOHNWELT

**BARANKAUF Gold Zahngold**  
Sofort Bargeld für Ihr Altgold und Silber

**BARES GELD**  
Wir kaufen Gold, Silber, Platin und Zinn in allen Formen, z.B. Zahngold, 333er, 585er, 750er Gold oder Silberbesteck.

**Amberg**  
**Schrannenplatz 7**  
Ferd.-Winkler-Haus / schräg beim Theater  
Telefon: 0 96 21 / 78 27 76 6

## Winterspaziergang in die Natur für Familien

**Wernberg-Köblitz.** Der Winter ist für die Tiere eine harte Zeit. Wie schaffen sie es, bei eisigen Temperaturen zu überleben? Welche Strategien haben sie entwickelt, um mit dem Mangel an Wärme und Nahrung zurecht zu kommen?

Am Sonntag, 25. Januar, lädt der Landesbund für Vogel- und Naturschutz (LBV) um 14 Uhr zu einem Spaziergang in die Natur ein. Familien mit Kindern kommen dabei besonders auf ihre Kosten. Wer sich gemeinsam mit der LBV-Naturpädagogin Su-

sanne Götte auf Spurensuche begeben will, sollte sich warm und wetterfest anziehen. Gerne können ein Fernglas und eine Lupe mitgebracht werden.

Treffpunkt ist der Parkplatz vor der Kirche in Oberköblitz (Hauptstraße 18) in

Wernberg-Köblitz. Die Veranstaltung dauert rund zwei Stunden. Statt eines Teilnahmebeitrages freut sich der LBV über eine Spende für die Naturschutzarbeit im Landkreis Schwandorf. Weitere Informationen auf [www.schwandorf.lbv.de](http://www.schwandorf.lbv.de).

## ABSCHLUSS? CHECK!

Hier geht's weiter. Finde deine Ausbildung auf [www.ausbildung-oberpfalz.de](http://www.ausbildung-oberpfalz.de)



Ein Angebot von  
**oberpfalz**  
medien



# BONUS-SHOPPING



**Extra-Prämien  
beim Möbelkauf!**  
**1000,-  
GESCHENKT!**

Bis zu

**50,-€ geschenkt ab 499,-€\***  
**100,-€ geschenkt ab 999,-€\***  
**200,-€ geschenkt ab 1999,-€\***  
**500,-€ geschenkt ab 4999,-€\***  
**750,-€ geschenkt ab 7499,-€\***  
**1000,-€ geschenkt ab 9999,-€\***

\* Gültig bei Neuaufträgen Möbel, nicht auf bereits getätigte Aufträge, ausgenommen Werbeware, Musterring, Interliving-Kollektion, sowie Bestellungen im Onlineshop. Nicht mit anderen Vorteilsaktionen kombinierbar. \*\* Ab einem Einkaufswert von 500,- möglich. In der Regel genügt die Vorlage von Personalausweis und EC-Karte. Partner ist die Creditplus Bank AG, Augustenstraße 7, 70178 Stuttgart.

**GANZ NACH  
IHNEN WÜNSCHEN!  
FINANZIERUNG  
0%\*\*  
ÜBER 12 MONATE**



**Frauendorfer**  
[www.frauendorfer.de](http://www.frauendorfer.de)  
Möbel und Küchen

Ruoffstraße 20  
92224 Amberg

Tel. 0 96 21/47 80  
[info@frauendorfer.de](mailto:info@frauendorfer.de)

Für Sie geöffnet:  
Mo.-Mi. 9.30-18.30 Uhr

Do.+Fr. 9.30-19.00 Uhr  
Sa. 9.30-17.00 Uhr



# Öko-Hecken: Alternativen zum Kirschchlorbeer

Der immergrüne Sichtschutz ist mittlerweile verpönt, weil sie giftig ist und wenig für den Artenschutz bietet. Der Bund für Umwelt und Naturschutz erklärt die Hintergründe und hat Tipps für andere Hecken.

**Berlin.** (dt) Der Kirschchlorbeer steht in vielen Gärten und öffentlichen Grünanlagen als Hecke oder Sichtschutz. Doch die immergrüne Pflanze gilt inzwischen als potenziell invasiv und ist laut Umweltschützern ökologisch alles andere als wertvoll. Corinna Hözel, Pestizid- und Gartenexpertin beim Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND), erklärt warum und zeigt sieben Alternativen zum Kirschchlorbeer.

Der Kirschchlorbeer (*Prunus laurocerasus*) ist eine immergrüne Zierpflanze, die schnell wächst, trockene Sommer gut verträgt und ursprünglich aus Kleinasien stammt. „Obwohl die Pflanze sehr beliebt ist, bringt sie erhebliche ökologische Risiken mit sich“, sagt Hözel. „Kirschchlorbeer ist deshalb auf der nationalen Liste der potenziell invasiven Pflanzen. In der Schweiz ist der Verkauf von Kirschchlorbeer



Der Kirschchlorbeer gilt als ökologisch bedenklich. Symbolbild: maria-magdalena – stock.adobe.com

sogar bereits verboten.“ Alle Pflanzenteile des Kirschchlorbeers enthalten giftige cyanogene Glykoside, besser bekannt als Blausäure.

Besonders die Beeren können für Kinder und Haustiere gefährlich sein. Auch bei der Gartenarbeit sei Vorsicht geboten, da das Schneiden reizende Stoffe freisetzen könne.

Der Kirschchlorbeer verrottet zudem sehr schlecht. Wegen der Blausäure sei das Schnittgut nicht für den Kompost zu empfehlen. Der Kirschchlorbeer-Schnitt sollte deswegen in kommunalen Wertstoffhöfen entsorgt werden. „Auch der ökologische Nutzen von Kirschchlorbeer ist



Die Berberitz ist in allen Jahreszeiten schön anzusehen und gilt als anspruchslos. Sie bietet Schutz und Nistplatz für Vögel und Lebensraum für zahlreiche Insekten. Symbolbild: Doris Gräf – stock.adobe.com

gering“, sagt die BUND-Expertin. „Er gibt nur wenigen einheimischen Tieren Nahrung oder Lebensraum. Die Blüten bieten wenig Nektar und Pollen für Wildbienen oder Schmetterlinge. Seine Blätter sind für Raupen oft giftig oder ungenießbar.“ So leiste der Kirschchlorbeer keinen Beitrag gegen das Insektensterben.

Ein weiteres Problem für die Natur: Der Kirschchlorbeer sei „sehr konkurrenzstark“. Da er giftig sei, könnten ihn Tiere nicht essen und er breite sich ungehindert aus. Besonders im Wald sei das ein Problem. Häufig werde der Kirschchlorbeer-Grünschnitt dort entsorgt und könne sich

laut BUND-Mitteilung ungehindert ausbreiten und heimische Sträucher und Krautpflanzen verdrängen. „Leider haben fast alle Gartenmärkte den Kirschchlorbeer noch im Sortiment, ohne auf die Risiken hinzuweisen“, sagt Hözel.

Dabei gebe es heimische und ökologisch wertvolle Alternativen zum Kirschchlorbeer.

## ■ Sieben Alternativen zum Kirschchlorbeer:

► **Liguster (*Ligustrum vulgare*):** Halbimmergrün (Abwurf der Blätter je nach Wintertemperaturen), mit Blüten für Insekten und Beeren für



Die Hainbuche ist eine dichte Heckenpflanze.

Symbolbild: JRG – stock.adobe.com

Vögel. Robuste, vielseitige Heckenpflanze.

► **Hainbuche (*Carpinus betulus*):** Als dichte, schnittverträgliche Heckenpflanze ideal für Sichtschutz. Bietet Lebensraum für viele Vogel- und Insektenarten.

► **Berberitz (*Berberis vulgaris*):** Anspruchsloser, dornenbewehrter, heimischer Strauch mit schönem Herbstlaub. Bietet Schutz und Nistplatz für Vögel und Lebensraum für zahlreiche Insekten.

► **Weißdorn (*Crataegus monogyna*):** Pflegeleichter,

dornenbewehrter Strauch, gute Bienenweide. Nektar- und Pollenlieferant und Raupenfutter für zahlreiche Schmetterlingsarten. Perfekt für Vögel.

► **Feldahorn (*Acer campestre*):** Gut schnittverträglich. Bietet Nahrung für Insekten und Deckung für Kleintiere.

► **Roter Hartriegel (*Cornus sanguinea*):** Mit schönen roten Zweigen, weißen Blüten und dunklen Beeren ein echter Hingucker und ökologisch wertvoll.

► **Schlehe (*Prunus spinosa*):** Frühblüher für Bienen, dornig und daher ein guter Schutz für Vögel. Trägt später Früchte für Wildtiere.

Der Kirschchlorbeer erscheine laut BUND-Mitteilung auf den ersten Blick als pflegeleichte und immergrüne Pflanze attraktiv, „doch seine negativen ökologischen Auswirkungen überwiegen“. Corinna Hözel sagt: „Wenn Sie einen Beitrag zur Artenvielfalt leisten möchten, können Sie bei Gartenhecken auf heimische Gehölze, Wildstauden und Pflanzen setzen, die nicht nur schön aussehen, sondern auch einen echten Nutzen für Insekten, Tiere und unser Ökosystem bieten.“

## FITNESSPRODUKTE AUS DEM LESERSHOP

oberpfalz medien



89,95 €

### Sitzheimtrainer

Wetterunabhängiges Ausdauertraining zur körperlichen Ertüchtigung sowie für zielorientiertes Herzkreislauf-Training. Zur Förderung des Stoffwechsels, Kräftigung der Muskulatur sowie Verbesserung des allgemeinen Fitnesszustands.



37,95 €

### Yogamatte

Mit 182 x 61 cm bietet sie großzügige Bewegungsfreiheit, während die 6 mm Stärke für angenehme Dämpfung und sicheren Halt sorgt. Die rutschfeste Oberfläche gibt festen Halt bei Dehnübungen, Asanas, Meditation oder Workouts.



39,95 €

### Meditationskissen

Dieses Meditationskissen unterstützt Ihre Sitzhaltung sowie innere Ausrichtung während der Meditation. Ob für Yoga, Achtsamkeitsübungen oder als ruhige Sitzgelegenheit – es ist der ideale Begleiter für entspannte Momente.



34,95 €

### 2er-Set Sporttücher

Die Feuchtigkeitsaufnahme ist wesentlich höher als bei Baumwolle, außerdem sind sie schnell trocknend. Die Tücher können Keime und Bakterien ohne Verwendung von chemischen Reinigungsmitteln um bis zu 99 % zu reduzieren.



### Wasserrudergerät

Mit der aus massivem Buchenholz stabil gestalteten Ruderzugmaschine wird dank des innovativen Widerstandssystems aus einer Kombination von Wasser- und direkt verstellbarem Magnetwiderstand, ein authentisches und gelenkschonendes Rudertraining simuliert.



39,95 €

### Digitale Personenwaage

Dank umweltfreundlicher Technik braucht das Gerät keine Batterien. Es genügt ein Knopfdruck, um die nötige Energie für den Wiegevorgang zu erzeugen. Sie verfügt über modernste Wiegetechnik für präzise Ergebnisse mit einem Messbereich bis 150 kg.



29,95 €

### Faszienrolle

Hilft, Verspannungen tief im Gewebe zu lösen, Triggerpunkte zu bearbeiten, durch Gegendruck wieder zu harmonisieren und Verklebungen aufzubrechen. Die Durchblutung wird verbessert und der Abtransport von Schadstoffen gefördert.



[www.onetz-shop.de](http://www.onetz-shop.de)

0961/85-525

Artikel online und telefonisch bestellbar.

Irrtümer, Änderungen, Zwischenverkauf sowie Verzögerungen bei der Lieferbarkeit vorbehalten.

# Pangasius-Filets mit Traubensoße

Die Pangasius-Filets ziehen in einem Sud aus Gemüsebrühe und Obstessig gar. Dazu reicht OWZ-Küchenchef Michael Schiffer in seinem Rezept eine Soße mit Trauben und Silberzwiebeln.

**Zubereitung:** Die Fischfilets waschen, trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Worcestershiresauce und Zitronensaft beträufeln und im Kühlschrank 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

Die Gemüsebrühe mit dem Obstessig in einem Topf zum Kochen bringen. Die



Michael Schiffer

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

Kontakt:  
redow@oberpfalzmedien.de



Die Fischfilets ziehen in einem Sud gar. OWZ-Küchenchef Michael Schiffer serviert sie mit einer Traubensoße.

Bild: Michael Schiffer

Fischfilets in den Sud legen und bei kleiner Hitze gar ziehen lassen. Herausnehmen und warm stellen.

Die Butter in einem Topf erhitzen, das Mehl dazugeben und mit dem Schneeb-

sen glatträubern. Den erkaltenen Kochsud mit dem Schneebesen kräftig darunter rühren und das Ganze in sechs bis acht Minuten zu einer sämigen Soße verkochen. Anschließend die Soße durch

ein Sieb passieren, die Silberzwiebeln und die gepunkteten und halbierten Trauben sowie die Sahne dazugeben und das Ganze bei starker Hitze kurz einreduzieren lassen.

Die Soße mit Salz, Pfeffer, Worcestershiresauce, Zitronensaft, Cayennepfeffer und Zucker kräftig abschmecken.

Die Fischfilets anrichten, mit der Soße überziehen und mit den geschnittenen

## ZUTATEN

### Pangasius-Filet mit Traubensoße

Rezept für vier Personen.

- › 4 kuchenfertige Pangasius-Filets
- › Salz
- › Pfeffer aus der Mühle
- › einige Tropfen Zitronensaft
- › einige Tropfen Worcestershiresauce
- ›  $\frac{1}{4}$  Liter Gemüsebrühe
- ›  $\frac{1}{2}$  Tasse Obstessig
- › 2 bis 3 Esslöffel Butter
- › 2 bis 3 Esslöffel Mehl
- › 100 Gramm Silberzwiebeln
- › 200 Gramm weiße Trauben
- › 1 Becher Sahne
- › 1 Prise Cayennepfeffer
- › 1 Prise Zucker
- › 1 Bund Schnittlauch

Schnittlauchröllchen bestreuen. (dt)

Mehr Rezepte gibt es auf:  
[www.onetz.de/  
essen-geniesen](http://www.onetz.de/essen-geniesen)

ANZEIGE

Medizin

## Arthrose im Knie?

### Dieser Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

**Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplementären Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!**

Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als



„Seit Tagen habe ich keine Schmerzen mehr im Knie. Auch nachts nicht. Ich werde die Tropfen weiter nehmen!“  
(Klaus W.)

Überlebensschutz des gesunden Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann<sup>1</sup>.

#### Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.



Die Kniearthrose ist die häufigste Form der Arthrose.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.<sup>1</sup> Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.<sup>2</sup> Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

**Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!**



**RubaXX**

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx Arthro**  
(PZN 15617516)  
[www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de)

# Raus in den Schnee

Draußen ist es kalt und ungemütlich, es fallen Schneeflocken. Sehnen Sie sich jetzt nach einem heißen Tee auf dem Sofa, am besten eingekuschelt in eine Wolldecke? Dabei lohnt es sich auch jetzt im Winter, ins Freie zu gehen.

„Sonnenschein ist köstlich, Regen erfrischt, Wind kräftigt, Schnee erheitert. Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur verschiedene Arten von gutem“, sagte einmal der britische Schriftsteller und Sozialphilosoph John Ruskin so schön. Und manchmal ist das Wetter an manchen Tagen sogar noch etwas mehr als einfach nur gut. Zum Beispiel dann, wenn die Sonne vom blauen Himmel strahlt und der Schnee, der die Landschaft bedeckt, wunderbar glitzert.

Schon ein Blick aus dem Fenster genügt, dass wir uns an solchen Tagen etwas glücklicher fühlen als an anderen. Und die Laune steigt sogar noch, wenn wir uns in dicke Winterjacken und Schals packen und uns ins Freie wagen.

Ja, wirklich. Probieren Sie es aus. Sicher erinnern auch Sie sich noch daran, welche Freude und Aufregung wir in



**Das Glück liegt im Freien, auch jetzt im Winter.**

unserer Kindheit empfanden, als wir den Schnee draußen entdeckten. „Es schneit, es schneit“, tönte es dann durch das ganze Haus, und wir konnten nicht schnell genug nach draußen kommen. Und jetzt denken wir bei diesem Wetter meist erst einmal an Schneeräumen, Streusalz

und Verkehrschaos. Schluss damit. Lassen Sie uns doch einfach wieder Kind sein und einen unbeschwertem Wintertag genießen. Denn man sollte nicht nur die Feste feiern, wie sie fallen, sondern auch das Wetter.

Bauen Sie heute also ruhig einen lustigen Schneemann

oder eine große Schneeburg, holen Sie Ihren Schlitten aus dem Keller oder vom Dachboden, machen Sie mit Ihren Kindern oder Enkeln eine Schneeballschlacht, schnallen Sie sich die Langlaufski an die Füße oder wandern Sie durch den glitzernden Winterwald. Das Glück liegt schließlich im Freien – ja, auch jetzt in der kalten Jahreszeit. Längst ist wissenschaftlich erwiesen: Der Aufenthalt in der Natur macht nicht nur den Kopf frei, sondern entspannt außerdem und wirkt sich positiv auf unser Wohlbefinden aus.

Und ganz nebenbei wird auch noch unser Immunsystem gestärkt. Wie sagte einst Naturforscher Alexander von Humboldt: „Die Natur muss gefühlt werden.“ Und das gilt besonders an sonnig glitzernden Wintertagen. Denn nicht nur Sonne und Schnee machen glücklich, sondern auch die herrliche Stille, die sich oft mit den Flocken zusammen über die Landschaft legt.

Der Lärm der Welt scheint dann etwas weiter weg zu sein als sonst – und wir dürfen ihn getrost für einige Stunden komplett vergessen. Oder sogar noch etwas länger. (ewa)

**Mehr Rezepte zum Glück auf:**  
[www.onetz.de/themen/  
gluecksrezept](http://www.onetz.de/themen/gluecksrezept)



Evi Wagner

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

**Kontakt:**  
[redowz@oberpfalzmedien.de](mailto:redowz@oberpfalzmedien.de)

## OWZ-STERNSTUNDEN

17. bis 23. Januar 2026

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

Ein Komplex wichtiger Aufgaben wird auf Sie zukommen. Durch ausreichend Schlaf könnten Sie erforderliche Kräfte auftanken.

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

Wie es aussieht, sind Verstimmungen im zwischenmenschlichen Bereich nicht auszuschließen. Kehren Sie Ihr Ego nicht zu sehr heraus.

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

Wichtige Entscheidungen nicht übereilen. Die Zeichen stehen derzeit auf Sturm. Gönnen Sie sich zwischen durch einmal Rückzugsmöglichkeiten.

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

Ein Streit wird im Keim erstickt, wenn Sie sich darum bemühen, auch die Beweggründe des anderen zu verstehen. Nicht nur Ihre Meinung zählt.

### Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Sie lassen sich nicht einmal von dem größten Pessimisten abhalten und verfolgen eifrig Ihre Ziele. Sie wissen genau, wohin die Reise geht.

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

Eine ärgerliche Sache ist jetzt so gut wie ausgestanden. Reichen Sie jemandem Ihre Hand als Zeichen der Versöhnung oder laden Sie ihn ein.

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

Zurzeit müssen Sie viel Mut beweisen. Halten Sie einen wichtigen Termin ein, dann wird schon nichts schiefgehen. Fortuna stärkt Sie jetzt bei allen Belangen.

## NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110	Notruf für Eltern 0800/110550
Feuerwehr	112	Notruf für Frauen und
Notarzt/Rettungsdienst	112	Mädchen (SkF) 09621/22200
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Frauenhaus Burglengenfeld 09471/7131
Giftnotruf	089/19240	Frauenhaus Weiden 0961/3893170
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923 0941/9440 (Uni)	Frauenhaus Amberg 09621/487272
Telefonseelsorge	0941/5987923 0941/9440 (Uni)	Kartensperr-Notruf 116116
Nordoberpfalz	0800/1110111	ADAC-Pannenhilfe
Kinder-/Jugendtelefon	0800/5458668	Festnetz: 0180/2222222
Donum Vitae	0800/0066737	Handy: 222222
Weißer Ring	0800/343434	ACE (Autoclub Europa)
		Pannenhilfe 0711/530343536

## OWZ-REDAKTION & VERTEILUNG

### OWZ-Zentralredaktion:

Telefon: 0961/85-480  
Fax: 0961/85-555-323  
E-Mail: [redowz@oberpfalzmedien.de](mailto:redowz@oberpfalzmedien.de)

### OWZ-Verteilung:

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

# OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

Die Ausgabe OWZ Nord und OWZ Süd erscheint mit einer aktuellen Gesamtauflage von 154.982 Exemplaren.

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

Geschäftsleitung:  
Thomas Maul

Zentrale Redaktionsleitung:  
Kai Kohlhe (verantw.)  
Sandra Schmidt (stellv.)  
E-Mail: [redowz@oberpfalzmedien.de](mailto:redowz@oberpfalzmedien.de)

Technische Gesamterstellung:  
Oberpfälzer Medien GmbH  
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Erscheinungsweise:  
wöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr

Anzeigenchluss: Mittwoch, 16 Uhr

Anzeigenpreise: It. Preisliste Nr. 61,  
1. Januar 2026

Anzeigenannahme:  
Oberpfälzer Medien GmbH  
Weigelstraße 16, 92637 Weiden  
Telefon 0961/85-502

E-Mail: [anzeigen@oberpfalzmedien.de](mailto:anzeigen@oberpfalzmedien.de)

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

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

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-Briefkasten.de](http://www.werbung-im-Briefkasten.de)

Als Beitrag zum Umweltschutz ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt.

Viele tolle  
Veranstaltungen!

Jetzt Tickets im Vorverkauf  
sichern und bequem zu  
Hause ausdrucken.

**ntticket.de**

Hier ist für jeden  
etwas dabei.

Unsere Magazine für Sie.  
[onetz.de/magazine](http://onetz.de/magazine)

wirheiraten  
gesund vital  
IDYLLISCHE  
SINNLICH  
Lebhaft  
INTUITIV

oberpfälzerin  
PARUM-LAYERING  
SINNLICH  
Lebhaft  
INTUITIV

BAVARIAN TIMES  
LEO

Jetzt Tickets im Vorverkauf  
sichern und bequem zu  
Hause ausdrucken.

Jetzt Tickets im Vorverkauf  
sichern und bequem zu  
Hause ausdrucken.

FR., 16. / SA., 17. JANUAR 2026

## Auto & Motor



**BMW 530d F11 Touring**, 180 kW, EZ 2/11, 197 Tkm, EURO 5, Vollausst., Automatic, Sophisto-grau-met., Soft-Close alle Türen, Head-Up Display, Panoramadach elektr., Leder-Komfortsitze-Memory, Komfort Zugang, SR 245/35 R 20 95 Y, 275/30 R 20 97 Y, WR 225/55 R17 97 Y, VB 10490,- €. ☎ 0171/1714517

### Günstige Gebrauchte



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

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

### Ersatzteile

**Su. Altopelteile neu u. gr.**, auch Autos zum Schlachten. ☎ 0160/95556065

### Autokaufgesuche

**Autoverwertung Wollenzhofen GmbH**  
kaufen Autos zum Ausschlachten und Schrottfahrzeuge.  
**Wir zahlen Bestpreise für**  
Audi, BMW, Opel, VW, Mercedes und viele andere!  
**Sofortige Barzahlung.**  
Günstig Gebrauchteile zu verkaufen.  
Tel. 09626-929806, Mobil 0171-2615437 (WhatsApp)

**Kaufe Schrottautos!**  
Firma, Tel. 0171/4522135

**Suche Auto mit TÜV**, gerne älter.  
☎ 09622/717522

**BMW E30 zu kaufen gesucht**, bitte alles anbieten. ☎ 0151/65132156

### Wohnmobile/Caravan

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen ☎ 03944-36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de)

### Motorräder

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

**www.onetz.de/owz**

**OWZ** | Redaktion:  
redowz@oberpfalzmedien.de

### E-Bikes



**E-City-Bike 28" NCM Hamburg 28**  
Brahmen ALU, mech. Scheibenbr. Heckmotor 250W, 55Nm, 468Wh, sehr wenig gefahren techn. u. opt. top, VB 520 €. ☎ 09661/2655

## PARTNER & FREIZEIT

Jetzt auch im Internet: [www.onetz.de/anzeigen](http://www.onetz.de/anzeigen)



### Freundschaften

**Jung gebliebene 77jährige Frau** sucht Freundin für gemeinsame Unternehmungen im Lkr Amberg. Zuschr. Nr. AZ49228Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

### Sport- und Hobbypartner

**Lust auf Walzer, Cha-cha-cha**, Rumba? Tanzfreudige Sie su. ebensolten Ihn (+/- 60, gepf., NR, Raum Amberg, mit Niveau) für Bälle in Amberg. Zuschr. (bitte mit Tel.-Nr.) Zuschr. Nr. AZ49231A an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

### Bekanntschaften

**Ich bin eine 68-jährige Witwe** und suche einen humorvollen ehrlichen Mann, der mich unterstützt, mit dem ich lachen kann und der mir gemeinsam das Leben genießen möchte. Ich freue mich darauf mit einem lieben Menschen zu teilen. Zuschriften unter folgender Chiffrennummer: Zuschr. Nr. W49236A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

**Er (62/183) sucht Sie** für Freundschaft+ im Raum AM/AS Zuschriften Nr. W49218Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

**Er, 56**, 1,82 m, normale Figur, sucht Sie für erotische und diskrete Treffen. Bei Sympathie und Zuneigung wäre auch eine Freundschaft Plus möglich. Freundschaft Plus ist besser als Einigkeit. ☎ 0151/25325046

**Hallo liebe Frauen**, ich, m, 40, gepflegt, normale Figur, ledig, mobil und tageslichttauglich suche eine vernachlässigte Sie zwischen 18 und 60 Jahren für eine erotische Freundschaft/Dauerbeziehung, ohne finanzielles Interesse. Aussehen zweitrangig. Würde mich freuen, wenn sich eine Frau melden würde unter WhatsApp/SMS 0151/50904509

**Er sucht Sie**

**Er 62 J. sucht nette Frau im passenden Alter, ruhig etwas mollig**, für schöne Partnerschaft. ☎ 0171/4790704

**zweisam** heißt verliebt sein

Finden Sie Kontakte, Flirts oder die große Liebe in der Oberpfalz.

**zweisam.onetz.de**

Jetzt kostenlos anmelden

**Netter Er 61**, 171 groß, vorzeigbar, Nichtraucher und Nichtrinker, kurze Haare, grüne Augen, humorvoll, ehrlich, treu, romantisch, leider Schichtarbeiter, unternehmungslustig, aufgeschlossen, wohne Nähe Eschenbach. Versuche mal auf diesem Wege eine nette hübsche Sie kennenzulernen für eine schöne harmonische Beziehung mit all Ihren Höhen u. Tiefen. Würde mich sehr über eine Zuschrift o. WhatsApp freuen gerne auch per Mail netterer@t-online.de oder WhatsApp 0157-33195047

**Charmanter Mann**, Mitte 60, schlank, NR, vielseitig interessant, su. ebenso schlanke Frau, NR, für eine feste Beziehung, Raum AM, Sulzbach-Rosenberg, SAD. ☎ 0163 867 08 21

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

### Sie sucht Ihn

**Attrakt. Sonja 65 J.**, verwitwet, habe ein liebes, fürsorgliches Wesen, bin häuslich, harmonisch, mag die Natur, das Landleben, Kachelofenwärme u. sehne mich pv nach einem lieben Mann! Bist Du auch alleine ? Nur Mut! **Anruf o. SMS 0151-28383646**

**Liebevolle Marga, 79 J.**, seit einigen Jahren Witwe, bin eine saubere, hübsche Frau mit weiblicher Figur, nicht anspruchsvoll, mag gemütliche Abende daheim. Da ich keine Kinder habe bin ich immer allein – ich suche pv einen ehrlichen Mann dem es ähnlich geht – wir bereiten alles am Telefon, wenn Sie anrufen ☎ 0151 - 62913874

### Klubs/Treffs/Kontakte

**Tabulose Lisa hat Lust Ruf an 09005-1067526**  
1,99€/Min aus allen deutschen Netzen

### Modelle

**Reife Dame erot.Mass.** ☎ 0152/23016907

ANZEIGE

## LANDWIRTSCHAFT

### Landmaschinen

**Su. 8 to. Dreiseitenkipper**, Pöttinger Ladewagen, ab Bj. 95, Kreiselheuer, 6-od. 8-Stern, Kreiselschwader, Schlepperreifen, Gr. 480/70 R 34, oder Komplettreifer f. GTA. ☎ 0152/37097210

### Immobilien

**Verk. Hofstelle, 2.500 m<sup>2</sup>**, Gem. Freimond-Pamsendorf, mit Wohnhaus, Scheunen und Stallung. Zuschr. Nr. W49229Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

**Ein Amazona Düngerstreuer** und eine Lemken Scheibenegge, neuwertig, zu verkaufen. ☎ 09643/916580

**Suche im Großraum Kemnath/Stadt landwirtschaftl. Grund zu pachten.** ☎ 0162/5978312

### Tiermarkt

**Legehennen zu verk.**, ab 31.1.2026, von 13 bis 16 Uhr, 92724 Trabitz, Ort Pichlberg. ☎ 0170/4447778

**Verkaufe hochtragende Kalbin.** ☎ 09602/61386

**Einjährige Legehennen** zu verkaufen. ☎ 09665/1626

**Frischmelkende Kalbin** zu verkaufen. ☎ 09633/2325

**3 Stück männliche Fleckviehfresser** zu verkaufen. ☎ 0152/01990426

### Gesundheit

# Schneller einschlafen mit Magnesium Plus?

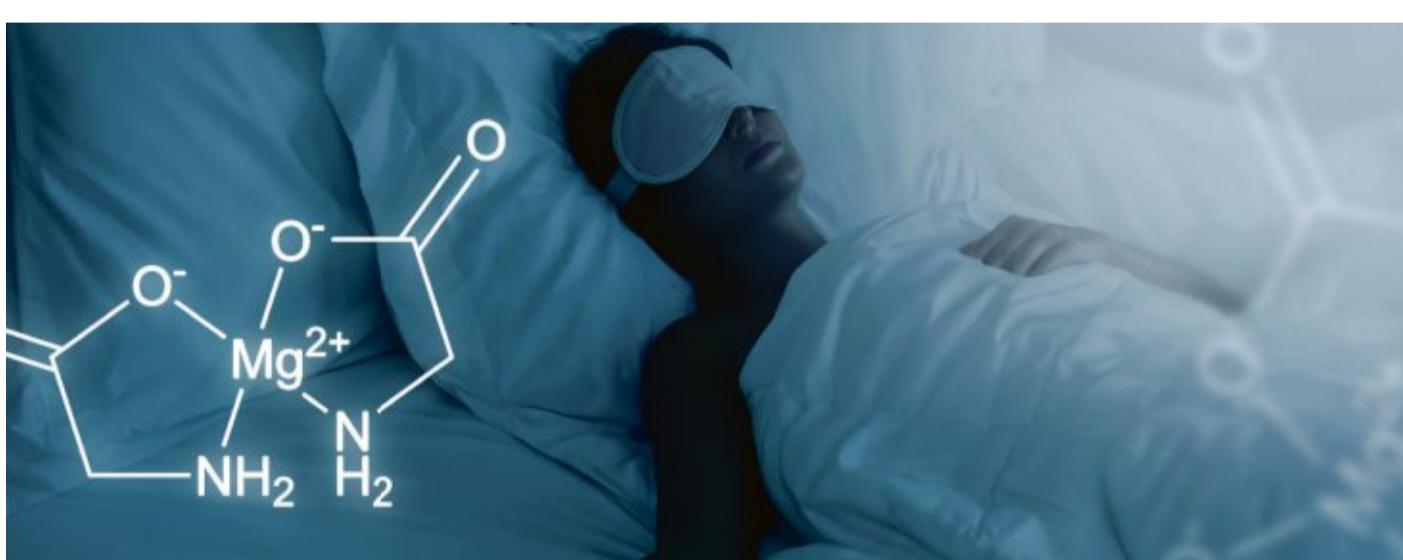
Innovative Formel für ein neues Schlafgefühl

**Die Amerikaner machen es vor:**  
Der Magnesium-Trend ist in alter Munde. Was viele hierzulande nicht wissen: Probleme im Schlaf können mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Logisch, dass nun auch zahllose Präparate auf den deutschen Markt schwemmen. Aber Vorsicht: Der Teufel steckt im Detail. Welches Präparat mit Magnesium dank einer speziellen Formel beim Einschlafen unterstützen kann, erfahren Sie hier.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung. Der neue Schlaftrift aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

### Welche Rolle spielt Magnesium?

Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.<sup>1</sup> Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium tritt auch zu einer normalen



Funktion des Nervensystems bei<sup>1</sup>, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.<sup>1</sup> Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

### Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne

die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

### Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Magnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von

Baldriparan, dem Nr. 1<sup>o</sup> Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.<sup>2</sup> So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan**  
**Magnesium PLUS**  
(PZN 19927389)

[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)



## KURS ANGEBOT

**ANMELDUNG:**

Tickets erhältlich in unseren Geschäftsstellen Weiden und Amberg oder online unter [www.onetz.de/tcm](http://www.onetz.de/tcm)



**nticket.de**

### STARKES IMMUNSYSTEM FÜR DIE GANZE FAMILIE

**Kursinhalte:**

- Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
- Warum in der TCM eine starke Mitte so wichtig ist
- Stärkung des Immunsystems nach TCM
- Praktische Tipps für Zuhause

**Termin:** Donnerstag, 22. Januar 2026, 19.00 - 21.00 Uhr

**Ort:** Kubus, Schulgasse 1, 92289 Ursensollen

**Kursgebühr:** Für Abonnenten: 20,- €  
Für Nichtabonnenten: 35,- €

**Kursleiterin:** Marion Bauer | [www.lebenskrafterwecken.de](http://www.lebenskrafterwecken.de)

**Tel. für Rückfragen:** 0961/85-550

**oberpfalz medien**

Marion Bauer ist studierte Betriebswirtin und Gründerin von LEBENSKRAFT ERWECKEN. Als TCM-Ernährungs- und Lebensberaterin begleitet sie Menschen 1:1, hält Workshops und Vorträge (online/vor Ort) und unterstützt das betriebliche Gesundheitswesen von Unternehmen.

**Marion Bauer**  
**TCM-Coach**

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

## ANKAUF/ VERKAUF

**Bekleidung**



Ihre Artikel jetzt mit einem Bild hervorheben!  
**Bildpreis nur 11,00 €\***  
Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:  
[anzeigen@oberpfalzmedien.de](mailto:anzeigen@oberpfalzmedien.de)  
\*Preis versteht sich inkl. MwSt.  
Nur gültig für Privatkunden

**Brennstoffe**

Verkauft wird **Buchenbrennholz** in folgenden Längen: Buche 25 cm frisch 110,- €, Buche 33 cm frisch 115,- €. Verkauft wird in Ster. ☎ 09635/8188

**Buche Brennholz**  
Buche, auf 33 cm geschnitten, trocken, pro Ster 120,- €, Lieferung mit Aufpreis möglich in Hirschau. ☎ 0174/1746913

**Büro- u. Geschäftsausstattung**



**Gelegenheit – Büroschreibtische**, höhenverstellbar m. Drehsessel, Sideboards, weiß. Sehr hochwertig. Umständehalter, 50 % unter VP zu verk.; ☎ 0171/5361853

**Einrichtung/Haushalt**

**Sofa mit elektrischer Kippfunktion**, L-Form, Alcantara, braun, 2,05 m x 2,65 m, inklusive Hocker mit Staufach, 1,30 m x 0,65 m, Selbstabholung, 290,- €, zu verkaufen. ☎ 0152/22771188

**Wegen Wohnungsauflösung** Esstisch u. Couch, und verschiedene Haushaltsspielzeug zu verkaufen, ich verschenke auch. ☎ 0151/21466948

**Couch, braun**, Stoff veloursähnlich, 3-Sitzer, 1 1/2 J. alt, 2,20 m lang, bei Selbstabholung, 180,- €. Amberg ☎ 0160/91617398

**Gartengeräte/-bedarf**

**Murray-Schneefräse 8,5**, 70 cm breit, 8,5 PS, Bj. 2007, B+S-Motor, E-Starter, wenig gelaufen, guter Zustand, VB: 370,- €. ☎ 0151/10649332

**Kaufgesuche**

Ankauf von **DVD-Sammlungen jeder Art**, sowie **Blu Rays** und **HC, Filmfiguren**, im guten Zustand. ☎ 0176/64623965

**Suche Mikrocar**, Tischkutter, Fleischwolf, Schwiengesbroder, Rau-Kombi-Legegerät. ☎ 0173 893 61 52

**Suche Ölofen**, gebraucht, bis 5 Jahre. ☎ 09627/344

**Su, Lederhosen**, Charivari, Kropfketten, Silberbesteck, Zinn. ☎ 0178/5351818

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

**Musik/CDs**

**Schallplatten gesucht**: Heavy Metal, Hardrock, Punk, Gothic, Reggae, Hip-Hop, Elektro, Beat, Psych, Kraut, Blues, Jazz, Rock/Pop allgemein... guter Zustand, kein Schlager ! ☎ 0151 15242646

**Musikinstrumente**

**Vollsilberflöte MURAMATSU**, generalüberholt (mit Rechnung), 1.850,- €. ☎ 0151/42434627

**Hohner Student IVN Akkordeon**, inkl. Koffer, 60 bäsig, günstig zu verkaufen. ☎ 09659 240

## BEKANNNT-MACHUNGEN

**Schmuck/Uhren**

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

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

**Sport/Freizeit/Hobby**

**Doppelflinte Mickler Kaliber 16/65** Western Rev. Hege 36Black Powder Doppelflinte Simson Kaliber 16/70 Sportwaffe Einzellader Walther UIT Halbaut. Pistole Walther 9mm Luger. Abgabe nur an EWB - ☎ 0173/8734004

**Halbautomat Büchse Heckler & Koch**, inkl. Ziellernr., **Pistole 9mm Walther**, Abgabe nur an Erwerbsberechtigte, Preis VB. ☎ 0173/8734004

**Tickets**



**Bilder sagen mehr als Worte!**  
**Ein Bild für nur 11,00 €\***  
Schicken Sie uns Ihren Text und Ihr Bild direkt per Mail an:  
[anzeigen@oberpfalzmedien.de](mailto:anzeigen@oberpfalzmedien.de)  
\*Preis versteht sich inkl. MwSt.  
Nur gültig für Privatkunden

**Verkäufe**

**Schlafzimmerschrank mit Spiegel**, 2,70 x 2,25 x 0,60 m, **Ledercouch** schwarz, 2,40 x 0,90 m, beides gut erhalten, zur Selbstabholung, Preise verhandelbar. ☎ 0151/28935176

**Damen-Fahrrad**, Vortexx, 3-Gang-Schaltung, 26", € 30,-, **Motorsense** (Freischneider), Lux, €, 30,-, Bilder per WhatsApp mögl. ☎ 0162/9294459

**Orig. German Wings Flugzeugsitze**, 3er-Reihe, neuwertiger Zustand, VB 380,- €. ☎ 09621/673607

**Winteräpfel** zu verkaufen. ☎ 09628/613

**Verkaufe Schneefräse**, guter Zustand; **Verkaufe Haustürvordach** incl. ein Seitenteil, ☎ 0151/59144409

**2 Nähmaschine**, Adler u. Meister, beide versenkbar, zu verkaufen. ☎ 0170/1475511

**Handwerker**

**Bauunternehmen**, Meisterbetrieb, übernimmt Neubau-, Umbau-, Renovierungs-, Maler-, Fliesenleger- u. Bodenbelagsarbeiten, auch kleine Aufträge, sehr preisgünstig. ☎ 0151/57004087

**Verschiedenes**



**Ehrlicher Finder Gesucht**  
Haben im Stadtteil Ullersricht Roschauerstr, eine Umhängetasche mit erheblichen Geldbetrag verloren. Wir bitten den Finder sich zu melden. Wir sind ein Seniorenpaar, waren unsere einzigen Ersparnisse. Werden hohen Finderlohn zahlen. ☎ 015144941018 oder im Fundamt abgeben mit Anschrift.

**SCHAFKOPF**  
Ich suche Mitspielerinnen für eine gemütliche Schafkopf-Runde. schafkopf1@gmx.net

**OWZ wie gedruckt!**



Lesen Sie die letzten Ausgaben der OWZ ganz bequem im Blätterkatalog unter [www.onetz.de/owz](http://www.onetz.de/owz)

**Zugelaufen**  
Sehr zutrauliche Katze Mitte Dezember 2025 in Hebermühle Nähe Teunz zugelaufen. Vermisst sie jemand? ☎ 0160 903 130 02

**oberpfalz medien**

Geben Sie Ihre **Pferdesport-Anzeige** unter unserer Rubrik „Landwirtschaft“ auf.

Oberpfalz Medien GmbH  
Telefon 0961/85-502  
E-Mail: [anzeigen@oberpfalzmedien.de](mailto:anzeigen@oberpfalzmedien.de)



**HAUSTIERE**

**Haustiere**

**Mini Bichon Frisé Hündin**, 5 Monate, sucht neue gutes Zuhause. ☎ 0151/28846218

**Vermisste Tiere**



**WERDEN SIE URWALD RETTER MIT IHREM NACHLASS.**

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

**Malerisches Südnorwegen – Entdeckungsreise durch das Land der Fjorde**

Eindrucksvolle Fjordlandschaften, bunte Städte, faszinierende Marmorhöhlen und eine Straße, die über das Meer zu führen scheint – all das erwartet Sie auf dieser abwechslungsreichen Rundreise durch den malerischen Süden Norwegens.

**Stabkirche Maihaugen Museum**

**Nidaros Kathedrale Trondheim**

**Geiranger Fjord**

**Arena di Verona**  
**07.09. – 10.09.2026**

**Ihre Inklusivleistungen**

- Flug ab/bis München nach Oslo und von Bergen zurück
- Je 1 Übernachtung inkl. Halbpension in Oslo, Svingvoll, Trondheim, Molde und Sognsdal & 2 Nächte in Bergen
- Eintritte für Maihaugen-Museum in Lillehammer, Nidaros-Dom in Trondheim und Marmorhöhle in Molde inkl. Floßfahrt
- Mini-Kreuzfahrt auf dem Geirangerfjord, u.v.m.

**Ihr Reisetermin**  
**05.06. – 12.06.2026**

**Reisepreis p. P. im DZ**  
**ab 2.999 €**

Buchbar bis 26.02.2026 | ↗ 10,- €

**Arena di Verona**  
**07.09. – 10.09.2026**

**Ihre Reisehighlights**

- Fahrt im komfortablen Reisebus ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 3 Übernachtungen inkl. Frühstück im Hotel Relais Empire (400 Meter von der Arena entfernt)
- Opernkarte für „Nabucco“

Buchbar bis 30.03.2026 | ↗ 10,- €

**Flusskreuzfahrt auf dem Rhein**  
**11.05. – 21.05.2026**

**Ihre Reisehighlights**

- An- und Abreise im komfortablen Reisebus ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 10 Ü/V/P an Bord des komfortablen Superior Schiffs MS GLORIA
- inkludierte Ausflüge nach Koblenz, Speyer, Straßburg, Colmar, Wiesbaden, Köln uvm.

**Gepäck? Haben wir schon zuhause abgegeben ...**  
Für Ihre Flussreise bieten wir Ihnen den TEFLA Haus-Schiff Service an. So können Sie vorab Ihr Gepäck schnell und sicher von der Houstür direkt zu Ihrer Kabine an Bord des Schiffes und zurück.

**p. P. ab 2.489 €**

**Leserreisen**  
**oberpfalz medien**

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

Die M-TOURS Erlebnisreisen GmbH, Puricellistraße 32, 93049 Regensburg tritt als Veranstalter auf. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.

Bildnachweise: v.l.n.r.: © Dmitry Naumov/Shutterstock.com, © dibrova/Shutterstock.com, © saiko3p/Shutterstock.com, © Sean Pavone/Shutterstock.com, © Scylla AG

**Info**

**Info**

**Info**

**Info**

**oberpfalz medien**



49 Enjoyhotels  
in den Niederlanden,  
Belgien,  
Deutschland und Frankreich.

**enjoyhotels.de**

All-Inclusive-Urlaub



5 Tage All-Inclusive  
mit eigenen PKW!

# 5 Tage All-Inclusive-Urlaub

Unterkunft + Essen + Trinken + Unterhaltung

**RHÖN**

Enjoyhotel Rhön Residence in Dipperz



Es gibt sogar ein kleines Kino

Kostenloser Busfahrt-/Shuttle-Service zur Wasserkuppe, dem höchsten Berg der Rhön



Kostenlose Nutzung von Sauna, Innen- und Außenpool

5 DAGEN  
VANAF €  
**199,95**  
p.p.

**HOCHSAUERLAND**

Enjoy Berghotel Hochsauerland in Winterberg



**NEU**  
Enjoyhotel in Deutschland

**ERÖFFNUNGSAANGEBOT**

5 DAGEN  
VANAF €  
**229,95**  
p.p.

**TEUTOBURGERWALD**

Enjoy Landhotel Lippischer Hof in Lügde



Kostenlose Nutzung Sauna

5 TAGE AB €  
**239,95**  
p.p.

**LAHNTAL-RHEIN-MAINREGION**

Enjoyhotel Bürgerhof Wetzlar in Wetzlar



Am Rande der historischen Innenstadt

5 TAGE AB €  
**249,95**  
p.p.

**LÜNEBURGER HEIDE**

Enjoy Landhotel Michaelishof in Bergen



Die größte Heide-landschaft Europas

5 TAGE AB €  
**199,95**  
p.p.

**RHÖN**

Enjoy Wellnesshotel Aqualux in Bad Salzschlirf



Kostenlose Nutzung Saunen, Innen- und Außenpool

Kostenlose Busfahrt/Shuttle-service zur Barockstadt Fulda

5 TAGE AB €  
**209,95**  
p.p.

**WATTENINSELN - AMELAND**

Enjoyhotel Hollum Ameland in Hollum



Kostenlose Nutzung der finnischen Außensauna

5 TAGE AB €  
**249,95**  
p.p.

**WATTENINSELN - VLIELAND**

Enjoyhotel Vlieland in Oost-Vlieland



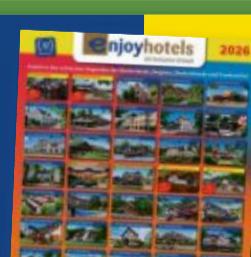
Ruhe, Weite und Natur in ihrer reinsten Form

**NEU**  
Enjoyhotel in den Niederlanden  
GEÖFFNET AB FEBRUAR 2026

5 TAGE AB €  
**269,95**  
p.p.

## In Ihrem 5-tägigen All-Inclusive-Urlaub enthalten:

- ✓ Empfang mit Mittagessen oder Kaffee mit Kuchen oder etwas anderem Leckerem
- ✓ 4 x Übernachtung mit reichhaltigem "Enjoy"-Frühstücksbuffet
- ✓ 4 x Mittagessen oder Lunchpaket
- ✓ 4 x Drei-Gänge-Dinner oder Abendbuffet
- ✓ Kaffeecke: Kaffee und Tee den ganzen Tag KOSTENLOS
- ✓ Täglich alle Getränke von 17:00 bis 24:00 Uhr KOSTENLOS: Softdrinks, Fruchtsaft, Bier, Wein, Jenever und Apfekorn
- ✓ Jeden Abend Spaß und Unterhaltung, z. B. ein Spaziergang und Live-Musik. Dazu werden regelmäßig (herzhafte) Snacks serviert
- ✓ KOSTENLOSE Auto-, Fahrrad- und Wanderrouten



Fordern Sie jetzt die  
**ERNEUERTE BROCHÜRE FÜR 2026**  
an unter [www.enjoyhotels.de](http://www.enjoyhotels.de)

Der Ausgangspreis ist der niedrigste Preis für ein bestimmtes Ankunftsdatum. Die Preise variieren je nach Ankunftsdatum.

Weitere Enjoyhotels finden Sie unter [www.enjoyhotels.de](http://www.enjoyhotels.de) oder rufen Sie kostenlos an: 0800 - 28 18 818

Alle Fehler vorbehalten und exklusive lokale Steuern. Keine Buchungskosten

### Stellenangebote

**NEXOCOM®**  
ELEKTRO- UND FERNMELDETECHNIK

**Wir suchen ab sofort für unser Einsatzgebiet Neumarkt i. d. Opf./Amberg / Burglengenfeld:**

- Monteur im Oi-Freileitungsbau\*
- Kupfermonteur\*
- Glasfasermonteur\*
- Monteur für Kabelzieh- und Einblasarbeiten\*
- Bauleiter\*
- Bauabrechner\*
- Vorarbeiter/ Bauhelfer im Tiefbau\* \*(m/w/d)

**Wir bieten:**

- Modernste Arbeits- und Werkzeugausstattung sowie neuste Fahrzeuge
- Sicherer Arbeitsplatz mit langfristiger Perspektive und Aufstiegschancen
- Flache Hierarchien und schnelle Entscheidungsfindung in einem Betrieb mit familiärer Führung
- Bereitstellung von Arbeitskleidung
- Überdurchschnittliche Vergütung und zusätzlicher Leistungsbonus

**Nexocom GmbH**  
Spitzbergweg 3, 96275 Marktzeuln  
Tel.: 09574 6548008  
bewerbung@nexocom.de

**JETZT BEWERBEN**

**Verkaufstalente**  
in Teilzeit und auf geringfügiger Basis, für unseren neuen s.Oliver Store im Herzen von Weiden, gesucht.

Bewerbungen an info@reili-mode.de oder schriftlich an

**s.Oliver**  
s.Oliver Store Weiden  
REILI Mode GmbH  
Wörthstr. 14, 92637 Weiden

**Zahnmedizinische/n Fachangestellte/n (m/w/d).**  
Gehalt nach Tätigkeitsgruppe 5

**Rothbäller**  
Dr. Hans Rothbäller  
Gabelsbergerstraße 8  
92224 Amberg  
info@dr-rothbäller.de  
09621/33859

Wir suchen ab sofort zur Verstärkung unseres Teams in Voll- oder Teilzeit eine

**KOPF Fahrservice sucht:**  
**Fahrer (m/w/d)** aus Mitterteich auf 603,- € Basis / Teilzeit PKW/Kleinbus (Führerscheinklasse B)  
**MIETAUTO KOPF** 09631/2613

**Hautarztpraxis in Weiden sucht MFA in Vollzeit**  
Schriftliche Bewerbung an: Privatärztliche Hautarztpraxis Josef Mörtl Bahnhofstr. 15, 92637 Weiden

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

**WU**  
Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt für die Instandhaltung / Sanierung unseres Wohnungsbestandes in Amberg:  
**Maurer / Putzer (m/w/d)**  
Wenn Du eine unbefristete Beschäftigung in Deiner Region suchst, freuen wir uns auf Deine Bewerbung per E-Mail an: personal@wu-amberg.de oder per Post an Wohnungsunternehmen Amberg, Podewilsstr. 10 a, 92224 Amberg.  
[www.wu-amberg.de](http://www.wu-amberg.de)

**Verkäuferin (m/w/d)** gesucht für unsere VOIT-Imbissstände in Weiden; Aushilfe/Teilzeit/Vollzeit Melde dich bei uns ☎ 0151/57553904 oder ☎ 0961/6345440

**Koch (m/w/d)** für Partyservice/Kantine in Uenslossen gesucht. Nachmittage (Mo-Fr) + Sonntage frei, Metzgerei Partyservice Hirsch, ☎ 09628/1561, hirsch@t-online.de

**Aushilfskraftfahrer (m/w/d)** aus Raum Wernberg für gelegentliche, kurzfristige Einsätze gesucht. (Kipper vorladen, LKW in Werkstatt bringen). ☎ 09604/93266-0

**Suche Abspül- und Putzhilfe,** je Do. 11-15 Uhr, Gasthaus Riebel in Döltsch. ☎ 09681/615

**Stellengesuche**

**Zuverlässiger Rentner** (flexibel, freundlich, pünktlich) sucht Minijob im Bereich Einkauf, Telefonservice oder Fahrdienst. Erfahrung im Umgang mit Menschen vorhanden. Erfahrung als EK- u. Mawi-Leiter vorhanden. Führerscheininkl. B (unfallfrei). Kontakt: ☎ 0179 73 04 765

**Gelernte Haushälterin (34) aus CZ,** deutschsprechend, sucht Stelle als Allrounderin (putzen, bügeln, kochen). Bin ehrlich, zuverlässig, korrekt und mobil. Arbeitszeit nach VB, im Raum TIR und MAK. ☎ / SMS 0157/34738171 (Hana)

**oberpfalz logistik**

**WIR SUCHEN**

**ZUSTELLER (m/w/d)**  
auf Minijob - Basis / Springer  
Vollzeit

**Liefere News aus der Region für:**  
Amberg als Springer – Gebenbach  
Hirschau – Kohlberg –  
Poppenricht – Sulzbach  
Rosenberg – Vorbach –  
Weiherhammer

**JETZT BEWERBEN**

**oberpfalz logistik**

**Ansprechpartner:**

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

[www.oberpfalzlogistik.de/karriere/](http://www.oberpfalzlogistik.de/karriere/)

[www.onetz.de/owz](http://www.onetz.de/owz)

**OWZ**

Vertrieb: Telefon 0961/85-501

**oberpfalz medien**

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



**Der perfekte Start**  
in den Tag!

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



**Landratsamt Schwandorf**

Beim Landkreis Schwandorf ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine **Ingenieur- oder Architektenstelle** (Dipl.-Ing. / Bachelor in der Fachrichtung Bauingenieurwesen oder Architektur) in **Teilzeit** (mind. 19,5 Wochenstunden) **bis optional zur Vollzeit** für die technische Sachbearbeitung in Baugenehmigungsverfahren zu besetzen.

**Nähere Informationen zu dieser Stellenausschreibung** finden Sie im Internet unter [www.Landkreis-Schwandorf.de](http://www.Landkreis-Schwandorf.de) oder mit Hilfe des QR-Codes.

**Landratsamt Schwandorf**  
Ebeling, Landrat

**S TRALLER**  
Bauunternehmen GmbH

Gartengestaltung - Bauwerkstrockenlegung - Abbruch

Zur Verstärkung suchen wir ab sofort:  
**(m/w/d) Vorarbeiter**  
**(m/d/w) Helfer**

Einfach online bewerben:  
[www.bp-straller.de/karriere](http://www.bp-straller.de/karriere)

Wir suchen ab sofort einen  
**Koch (m/w/d)** oder eine  
**Küchenhilfe (m/w/d)** 20 - 30 Stunden

**Metzgerei Englhard**  
FLEISCH & MEAT

**Achtung: Bei uns arbeitest Du von Mo.-Fr. von 7.00 bis 13.00 Uhr.**

Bewerbungen bitte an  
Metzgerei Englhard GmbH & Co. KG, z. Hd. Sandra Völk  
Georgenstraße 62, 92224 Amberg, Telefon 09621/12592  
E-Mail: metzgerei.englhard@t-online.de - [www.metzgerei-englhard.de](http://www.metzgerei-englhard.de)  
Bewerbung auch per WhatsApp möglich: 0160/91056347

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

**STELLVERTRETENDE TEAMLEITUNG HR (m/w/d)**

**PERSONALREFERENT HR OPERATIONS (m/w/d)**

**PERSONALREFERENT HR BUSINESS PARTNER (m/w/d)**

**HR SPECIALIST PAYROLL (m/w/d)**

**BENEFITS**

- flexible Arbeitszeiten
- mobiles Arbeiten
- flache Hierarchien
- Gesundheitsmaßnahmen

**INTERESSE?**

**ANSPRECHPARTNER:**  
Oberpfalz Medien GmbH  
Recruiting-Team  
0961/85-1213  
Weigelstraße 16  
92637 Weiden

**Mehr Infos unter:**  
[www.oberpfalzmedien.de/karriere/stellenanzeigen](http://www.oberpfalzmedien.de/karriere/stellenanzeigen)

**oder auf den Plattformen:**

**INTERESSE?**

**ANSPRECHPARTNER:**  
Oberpfalz Medien GmbH  
Recruiting-Team  
0961/85-1213  
Weigelstraße 16  
92637 Weiden

**oder auf den Plattformen:**

**Pflege vor Ort**

**Wir helfen gerne in Edelsfeld** und im Umkr. von 20 Km. Kaufen ein, betreuen, begleiten, übernehmen Schriftverkehr, Fahrdienste und leichte Hausarbeiten etc. Abrechnung über Pflegekasse wäre möglich, da ehrenamtlich registriert. Bitte melden unter ☎ 0151/68104289.

**Unterricht/Fortbildung**

**Nachhilfe in Französisch und Englisch** gesucht, Bezahlung nach Absprache. Zuschr. Nr. W49221Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder [onetz.de/chiffre](http://www.onetz.de/chiffre)

## Wohnen & Leben

Immobilienverkauf  
Immobilienverkauf

[www.ofen-goetz.de](http://www.ofen-goetz.de)

Immobilienverkauf  
Doppel-/Reihenhäuser

Attraktives Reiheneckhaus in begehrter Lage in Weiden-Ost zu verkaufen, Wfl. ca. 170 m<sup>2</sup>, ca. 400 m<sup>2</sup> Grund, mitten im Grünen, dennoch zentrumsnah, exkl. Innenausstattung, Studiobereich im DG, VB 620.000,- €. ☎ 0173/5967005

Reihenhaus in Ensdorf, Bj. 1995, 165 m<sup>2</sup> Wfl., 5 Zimmer, 3 WC, 2 Bäder, Garage, Preis 299.000,- €, von privat zu verkaufen. ☎ 0171/6512779

Immobilienverkauf  
3-Zi.-Eigentumswhg.

Tirschenreuth: Helle, gepflegte 3-Zi.-ETW., DG m. Balkon und Stellplatz, niedriger Energieverbrauch, ruhige Lage, Bj. 1970, teilrenoviert, 129.000,- €. ☎ 0152/25791138

Amberg/Ammersricht: 3-Zi.-Whg., 85 m<sup>2</sup>, zu verkaufen. Zuschr. Nr. AZ49194Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Immobilienkauf  
Immobilienankauf

Suche Wohnimmobilie jeglicher Art von Privat an Privat, in Amberg Stadtgebiet und Innenstadt. ☎ 096219011814

Su. v. Privat ETW - Häuser, gerne saniertes bedürftig. Firma ☎ 0175/7011852

Immobilienkauf  
1-2-Familien-Häuser

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

Einfamilienhaus gesucht Mein Mann und ich suchen ein Haus in Alleinfamilie, viel Grundstück. Kann gerne etwas renovierungsbedürftig sein, kein Abrissobjekt. Im Umkreis von 15km 92637 Weiden Bis 200.000€ 0151 51375137

EFH gesucht junge Fam. sucht Bestandsimmobilie ab 130 m<sup>2</sup> Wfl., mit Garten & Keller. Lkr. TIR & NEW/WEN. mail.efh-gesucht@web.de ☎ 0173 34 700 02

Junges Paar sucht Einfamilienhaus in der Stadt Tirschenreuth. Renovierungsobjekte sind willkommen. Für Angebote gerne melden. 0151/29132973

Vermietungen  
Vermietungen

Whg. in AM, Raigeringer Höhe, 85 m<sup>2</sup>, 3 ZKB (EBK), an alleinsteh. Person, 1. Stock, möbliert, 700,- € + NK, zu verm., evtl. gr. Whg., ca. 110 m<sup>2</sup>, wird gesu. bzw. Tausch. ☎ 09621/14162 AB

1-Zimmer-Wohnung, Amberg, neben Hochfachschule, mit EBK, möb. mit Bett, Kommode und Tisch, 1. Stock, ab sofort frei, ideal für Student/in. ☎ 0175/7550139

Schwandorf: 85 m<sup>2</sup>, 1. Stock, 530,- € + 180,- € NK, zentrumsnah, für ältere Personen, ab sofort zu vermieten. ☎ 09438/591 19 19 Uhr

Zimmer an Wochenendheimfahrer zu vermieten, Regenstauf bei Regensburg. ☎ 0175/2035467

Vermietungen  
1-Zi.-Wohnungen/App.

Amberg: Nähe Siemens 1 1/2 Zi.-Whg. teilmöbl., zu vermieten, 32 m<sup>2</sup>, KM 340,- €, zzgl. NK, Kaut. 1.020,- €, ☎ 0170/4747911  
Objekt ID: GNYQ85 I immo.onetz.de

AM, 1-Zi.-Whg., Innenstadt, 54 m<sup>2</sup>, 1. Stock, Terrasse, kpl. neu saniert, 840,- € warm. ☎ 0160/3339175

Vermietungen  
2-Zi.-Wohnungen

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

AM: 2-Zi.-Whg., 50 m<sup>2</sup>, Küchenzeile, Abstellraum, 2. OG, Süd-Balkon, ab sofort zu vermieten. Näheres unter ☎ 01522/9491225

Vohenstrauß/Altenstadt, Singlewhg. 50 m<sup>2</sup>, 2 Zi., Kü., Dusche, Diele, Abstellraum, Gashzg., EG, ab sofort zu vermieten. ☎ 09651/1541

Freudenberg, 2 Zi.-Whg., 50 m<sup>2</sup>, Küche, Bad mit Fußbodenhzg., Terrasse, Garage, für eine Person geeignet, keine Haustiere. ☎ 0162/3197123 ab 17 Uhr

AM, sehr moderne 2-Zi.-Whg., offenes Wohnen, 77 m<sup>2</sup>, Nähe FH, m. Fußbodenheizung, EBK, Balkon, Erstbezug, ab sofort zu vermieten. ☎ 0175/7550139

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

Vermietungen  
3-Zi.-Wohnungen

Zweifamilien-WH in Nabburg, zwei getrennte von einander zugängige Wohnungen, EG 65 m<sup>2</sup>, OG 75 m<sup>2</sup>, ab Frühjahr 26. März/April, beide Whg. mit südseitl. Balk., zu verm. ☎ 0173/5760275

92263 Ebermannsdorf: 3 Zi.-DG-Whg., ca. 100 m<sup>2</sup>, Küche (EBK), Bad, WC, Abstellr., Balkon, 55,- € kalt + NK + 2 MM Kaut. + Garage 50,- €, keine Haustiere, nur an NR ab 1.4. ☎ 09624/1098

Kümmersbruck: 3 Zi., Kü., Bad, 1. Stock, zu verm., 80 m<sup>2</sup>, KM 580,- € + NK, keine Haustiere. ☎ 09621/83990

Vermietungen  
4-Zi.-Wohnungen u. größer

4 Zi., Küche, Bad, 95 m<sup>2</sup>, 700,- € zzgl. NK ab 01.04. 2026 in 92237 Su.-Ro. zu verm. ☎ 0171 5448229

Su-Ro Großberghof: 4-Zi.-Wohnung, 92 m<sup>2</sup>, Kü., Bad, WC, EB, Kl. Ter., KM 650 + NK. ☎ 09661/2675

Mietgesuche  
Mietgesuche

Arzt su. 2 bis 3-Zi.-Whg. in Weiden zentrumsnah (wenn möglich Nähe Sintzelstr.), Haustiere erwünscht (Hund/Katze), ab sofort. ☎ 0152/56341091

Mietgesuche  
1-2-Familien-Häuser

Suche Haus in Moosbach/VOH od. bis zu 30 km Umkreis zu mieten (evtl. Leibrente). ☎ 0171/7677041 oder noredin@t-online.de

Mietgesuche  
Garagen/Stellplätze

Stellplatz o. Garage zur Miete in Waldershof gesucht. ☎ 01758272490

Mietgesuche  
2-Zi.-Wohnungen

Ruhige Rentnerin, NR, sucht ab Febr./März 2026 im Raum Schwarzenfeld, in ruhiger Lage, 2-3-Zi.-Wohnung, ca. 50 m<sup>2</sup>, mit Gartenutzung od. Terrasse, langfristig. ☎ 09431/7987448

Mietgesuche  
3-Zi.-Wohnungen

Notfall! 3ZKB mit Gartenmitbenutzung. Ich (weiblich, angestellt, alleinstehend) suche dringend eine 3ZKB bis 500 Euro kalt mit Garten in dem ich meine 10 Hühner mitnehmen darf. Gern Bauernhof oder ländlich. Der Ort spielt keine Rolle. ☎ 0170/3243999

Su. eine 3 Zimmer Wohnung in Weiden m. Balk. Bin eine alleinst. Frau mit einem 18 Jähr. Sohn, NR und o. Haustiere. Ich habe eine Festanstellung bei den Justizbeh. WEN. Wir sind ruh. Mieter und suchen auf diesem Weg eine Wohng. zum Wohlfühlen. ☎ 0176/ 21886883

Mietgesuche  
Garagen/Stellplätze

eventim\*



Deutsche Umwelthilfe

50 Jahre Wir setzen Umweltschutz durch

Helfen auch Sie mit, als Fördermitglied.

Für uns alle!

[www.duh.de/50jahre](http://www.duh.de/50jahre)



## VERANSTALTUNGEN



## Zeit für einen Tapetenwechsel?

Schalten Sie eine Anzeige in der Tageszeitung und lassen Sie Lebens(räume wahr werden! Jetzt unter den Rubriken „Immobilienkauf“ oder „Mietgesuche“ inserieren!

2-5 Zeilen  
für nur  
25,75 €



Das  
große Immobilienangebot  
der Region!

oberpfalz  
medien

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



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



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

Sparkassen  
Immobilien  
VERMITTLUNGS  
Sparkasse  
Amberg-Sulzbach

Marienstraße 10  
92224 Amberg  
Telefon 09621/3 00 24 33  
E-Mail: [immobilien@sparkasse-amberg-sulzbach.de](mailto:immobilien@sparkasse-amberg-sulzbach.de)  
[www.sparkasse-amberg-sulzbach.de](http://www.sparkasse-amberg-sulzbach.de)

Sparkassen  
Immobilien  
VERMITTLUNGS  
Sparkasse Oberpfalz  
Nord  
Immobilienteam

Herr Braun, Herr Kestel  
Sparkassenplatz 1  
92637 Weiden  
Telefon 0961/83-2 05  
E-Mail:  
[immobilienabteilung@sparkasse-oberpfalz-nord.de](mailto:immobilienabteilung@sparkasse-oberpfalz-nord.de)  
[www.sparkasse-oberpfalz-nord.de/immobilien](http://www.sparkasse-oberpfalz-nord.de/immobilien)

ImmoCenter | FinanzCenter  
FinanzCenter  
Immobilien - Anlage - Investition  
Schloßgraben 8  
92224 Amberg  
Telefon 09621 78772 44  
Telefax 09621 78772 49  
E-Mail: [info@immocenter.de](mailto:info@immocenter.de)  
Web: [www.immocenter.de](http://www.immocenter.de)  
Mitglied im Immobilienverband Deutschland IVD

S SOMMER  
SOMMER Immobilien  
Hannelore Sommer  
92637 Weiden  
Liebigstraße 5  
Telefon +49 961 39 161 990  
Fax +49 961 39 161 997  
[www.SOMMER-Immobilien.eu](http://www.SOMMER-Immobilien.eu)



Werden auch Sie Partner von immobilien.onetz.de und profitieren Sie von den Vorteilen!  
Mehr Infos auf [www.immobiliensparrer.com](http://www.immobiliensparrer.com) oder bei Oberpfalz Medien GmbH unter Telefon 0961/ 85 481.

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



JANUAR 2026		
18. Jan. 2026	Ramona Fink Gospel Group - Abschiedskonzert!!	Mehrfachsporthalle Foerster, Wernberg-Köblitz
18. Jan. 2026	Monty Python`s Spamlot	Stadthalle Neustadt
18. Jan. 2026	Tango Transit - Akrobat	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
21. Jan. 2026	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Eliot Streichquartett	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
23. Jan. 2026	Freakshow des Mister Gonzales - Ersatz für Doubleface!	Gasthof Hotel zum Wulfen, Sulzbach-Rosenberg
24. Jan. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer) - Ersatz für Doubleface	Golfhotel Fahrenbach, Tröstau
24. Jan. 2026	Fischer&Rabe	Schmidt-Haus, Nabburg
24. Jan. 2026	Wolfgang Krebs - Bayern liebt DICH!	Stadthalle, Waldsassen
30. Jan. 2026	Stephan Zinner - Prachtexemplar	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
30. Jan. 2026	Lucy van Kuhl	Schafferhof, Windischeschenbach
FEBRUAR 2026		
01. Feb. 2026	Martin Zingsheim	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunstbühne
05. Feb. 2026	Alexander Stevens & Jacqueline Belle	Max-Reger-Halle, Weiden
07. Feb. 2026	Peter Wittmann und die Ballhaus-Boys	Historische Druckerei Seidel Saal, Sulzbach-Rosenberg
07. Feb. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Kultur-Schloss Theuern, Kimmersbrück
07. Feb. 2026	Widersacher aller Liedermacher	Schmidt-Haus, Nabburg
07. Feb. 2026	Schlagnosball 2026 mit Johnny Gold	Casino Wirtshaus, Amberg
10. Feb. 2026 Rabatt-Code: VC10	The 12 Tenors	Max-Reger-Halle, Weiden
11. Feb. 2026 Rabatt-Code: VC10	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Aust-Trio mit Klarinette, Bratsche und Klavier	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
12. Feb. 2026 Rabatt-Code: VC10	The 12 Tenors	Amberger Congress Centrum
13. Feb. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Brauerei Jacob Saal, Bodenwöhren
13. Feb. 2026	Die Golden Glitter Band	Schafferhof, Windischeschenbach
13. Feb. 2026	Maxjoseph	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
14. Feb. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Spitalkirche, Nabburg
19. Feb. 2026	Rites of the Blood Moon Tour '26	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
20. Feb. 2026	1. Weidener Turn und Tanzgala	Max-Reger-Halle, Weiden
20. Feb. 2026	Romeo Kaltenbrunner	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunstbühne
21. Feb. 2026	Martin Frank	Max-Reger-Halle, Weiden
21. Feb. 2026	Living Theory	VAZ-Pfarrheim, Burglengenfeld
22. Feb. 2026 Rabatt-Code: VC10	Chiemgauer Volkstheater	Max-Reger-Halle, Weiden
25. Feb. 2026	Multivisionsshows über den Jakobsweg Tour 26	Kulturzentrum Hans Bauer, Weiden
26. Feb. 2026 Rabatt-Code: VC10	The Cashbags - One Hit at a Time	Musikomm, Amberg
27. Feb. 2026	Eva Karl Faltermeier	Amberger Congress Centrum
27. Feb. 2026	Caro Matzko - Alte Wut	Capitol Bild & Bühne, Sulzbach-Rosenberg
27. Feb. 2026	Martina Schwarzmann	Sportarena, Speichersdorf

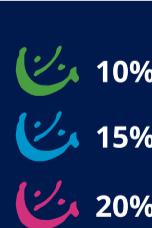
27. Feb. 2026	Eva Karl Faltermeier	Amberger Congress Centrum
27. Feb. 2026	Weiherer	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
28. Feb. 2026	Vergiss Vegas (Varieté)	Ringtheater, Amberg
<b>TRIBUTE TO COLDPLAY</b> Mit „Viva La Vida“ 19.03.2026 - 19:30 Uhr Coldplay Tribute Show Schwarzachtalhalle - Neunburg vorm Wald		
28. Feb. 2026	LJAB (Lost in Bar)	Kultur-Schloss Theuern, Kimmersbrück
28. Feb. 2026	Burglengenfelder Rocknacht II	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld

APRIL 2026		
07. Apr. 2026	Heino - Made in Germany Solo Tour 2026	Max-Reger-Halle, Weiden
08. Apr. 2026	VERLEGT! Kastelruther Spatzen Tournee	Max-Reger-Halle, Weiden
09.04.2026 Rabatt-Code: VC10	Da Meier & Watschnbaam	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
10. Apr. 2026	Fonse Doppelhammer	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
10. Apr. 2026	Bewie Bauer - Ein Teenager wird 50!	Schafferhof, Windischeschenbach
10. Apr. 2026 Rabatt-Code: VC10	Abba Diamonds	Congress-Centrum, Amberg
10. Apr. 2026	Mathias Tretter	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunstbühne
11. Apr. 2026	Beyond - A Pink Flyod tribute	Congress-Centrum, Amberg
11. Apr. 2026	Tom & Basti	VAZ, Pfarrheim, Burglengenfeld
15. Apr. 2026 Rabatt-Code: VC10	Heeresmusikkorps Veitshöchheim	Max-Reger-Halle, Weiden
16. Apr. 2026 Rabatt-Code: VC10	Sarah Brandhuber	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
17. Apr. 2026 Rabatt-Code: VC10	Roland Heftner	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld
18. Apr. 2026	Lisa Wahlandt Quartett	Schafferhof, Windischeschenbach
18. Apr. 2026	Monty Python`s Spamlot	Kettelerhaus Saal, Tirschenreuth
18. Apr. 2026	Holger Paetz	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunstbühne
19. Apr. 2026 Rabatt-Code: VC10	Tom & Basti	Restaurant Miesberg, Schwarzenfeld

MÄRZ 2026		
05. Mär. 2026	RABEA: Cello trifft auf Alternative Pop	Ehemalige Synagoge, Sulzbach-Rosenberg
06. Mär. 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Gasthof Hotel zum Wulfen, Sulzbach-Rosenberg
06. Mär. 2026	Stephen Schlögl - Wien, du Stadt meiner Träume	Historische Druckerei Seidel, Sulzbach-Rosenberg
06. Mär. 2026	1ste Blues Night 2026	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
06. Mär. 2026	B.B. & The Blues Shacks	Schafferhof, Windischeschenbach
07. Mär. 2026	Six Pack	Kultur-Schloss Theuern, Kimmersbrück
12. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Das Phantom der Oper	Max-Reger-Halle, Weiden
13. Mär. 2026	The Rooster Crows	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
14. Mär. 2026	Ovigo sings: "Unstillbare Gier..... nach Musical!"	Historischer Schlosssaal, Neunburg v. Wald
14. Mär. 2026	Gankino Circus: Das Gegeite von Rock'n Roll	Capitol Bild & Bühne, Sulzbach-Rosenberg
14. Mär. 2026	MTW	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
20. Mär. 2026	Gwasch - Mitsingkonzert zugunsten der Aktion Lichtblitze	TSG Turnhalle, Mantel
21. Mär. 2026	Josef Hader "Hader on Ice"	Stadthalle, Grafenwöhren
21. Mär. 2026	BBou - der Oberpfälzer Freigeist	Schafferhof, Windischeschenbach
21. Mär. 2026	Stephan Bauer	WESB Mehrzweckhalle Kleinkunstbühne
22. Mär. 2026	Passionskonzert mit Sonus Aeternus	Siftsbasilika, Waldsassen
22. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Harry G	Amberger Congress Centrum
22. Mär. 2026	Das Experiment	Emil-Kemmer-Haus Saal, Oberviechtach
22. Mär. 2026	Dreiviertelblut- Post	Capitol Bild & Bühne, Sulzbach-Rosenberg
24. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Harry G	Weiden, Max-Reger-Halle
25. Mär. 2026	63. Konzertreihe des Kammermusikkreises Séleán-Trio mit Tenorposaune, Bassposaune und Klavier	Staatliche Berufsschule Konzertsaal, Sulzbach-Rosenberg
25. Mär. 2026	Live Multivisionsshows Abenteuer Südamerika	Max-Reger-Halle, Weiden
25. Mär. 2026	Pam Pam Ida	Schafferhof, Windischeschenbach
27. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Irina Titova - Queen of Sand	Congress-Centrum, Amberg
29. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Sigi Zimmerschied	Schafferhof, Windischeschenbach
29. Mär. 2026 Rabatt-Code: VC10	Fantasy - Bube Dame König - Tour 2026	Congress-Centrum, Amberg



03. Mai 2026 Rabatt-Code: VC10	Eisi Gulp	Musikomm, Amberg
03. Mai 2026	Die Udo Jürgens Story	Amberger Congress Centrum
03. Mai 2026	BR Brettspitzen	Max-Reger-Halle, Weiden
09. Mai 2026 Rabatt-Code: VC10	Nockis	Nordgauhalle, Nabburg
10. Mai 2026	Orkekonzert mit Prof. Wolfgang Seifen (Keverlaer)	Stiftsbasilika, Waldsassen
16. Mai 2026	Toni & Max Uthoff	Stadthalle, Neustadt
17. Mai 2026	Bywater Call	VAZ Pfarrheim, Burglengenfeld
17. Mai 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Altenstadt a.d. Waldnaab
17. Mai 2026	Tom & Basti	Kultur- und Veranstaltungszentrum, Tirschenreuth
19. Mai 2026	Ringsteller + La Piccola Banda	Ringtheater, Amberg
22. Mai 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Restaurant im Chaletdorf Laumber, Brennberg
29. Mai 2026	Das Geheimnis der Blutgräfin (Dinner mit Killer)	Gasthof Hotel "Glück Auf", Wackersdorf
JUNI 2026		
12. Jun. 2026	Live im SchlossBauernHof - Stolz im Schlossbauernhof	Stolz im Schlossbauernhof
26. Juni 2026	Culcha Candela	Steinbruch-Arena Werk, Burglengenfeld
26/27. Juni 2026	Eine ganz heiße Nummer	Spitalhof, Nabburg
JULI 2026		
04. Juli 2026	Robin Hood	Schloß Burgreswitz, Moosbach
04. Juli 2026	Stahlzeit	Steinbruch Arena, Burglengenfeld
05. Juli 2026	Robin Hood	Schloß Burgreswitz, Moosbach
05. Juli 2026	Jubiläums-Konzert „15 Jahre SingingWitt“	Kath. Stadtpfarrkirche Mariä, Vohenstrauß
11. Juli 2026	Robin Hood	Schloß Burgreswitz, Moosbach
12. Juli 2026	Orgelkonzert mit Paolo Oreni	Stiftsbasilika, Waldsassen
13. Juli 2026	ZZ Top The Big One	P3 am Jahnstadion, Regensburg
24. Juli 2026	Jubiläums-Konzert „15 Jahre SingingWitt“	Kloster, Speinshart
31. Juli 2026 Rabatt-Code: VC10	Schmidbauer/Kälberer/Ringsteller	Schlosspark, Schwarzenfeld
AUGUST 2026		
02. Aug. 2026 Rabatt-Code: VC10	Nena	Schlosspark, Schwarzenfeld
02. Aug. 2026	Orgelkonzert mit Prof. Günther Kaunzinger (Würzburg)	Stiftsbasilika, Waldsassen
07. Aug. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Schlossgäststätte Kröbitz Terasse, Neunburg v. Wald
28. Aug. 2026	Blind Date (Musical)	Vorplatz Wieskapelle, Speinshart
SEPTEMBER 2026		
02. Sep. 2026	The Sweet	ZKF Schwandorf, Theaterbühne
04. Sep. 2026	Dinner mit Singer: Crashkurs für Liebeslieder	Emil-Kemmer-Haus Saal, Oberviechtach
04. Sep. 2026 Rabatt-Code: VC10	Nockis	Zelt und Kulturfestival, Schwandorf



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

MIT DER VORTEILSCARD RABATTE SICHERN

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

Der neue Tag · Weigelstraße 16 · 9