



Rezept der Woche
Der OWZ-Küchenchef Michael Schiffer serviert Fasanenbrustchen mit weißen und roten Trauben.

► Seite 3

Rezept zum Glück
Längst weiß man: Körper und Psyche hängen eng zusammen. Wir sollten mehr auf ihn hören.

► Seite 4



AUSGABE SÜD

Woche 6 | 6. Februar 2026

Mops gegen Kater

Wenn der Kopf nach übermäßigem Alkoholkonsum am nächsten Morgen brummt, soll Rollmops helfen. Was wirkt wirklich gegen den Kater?

► Seite 2



Symbolbild: Yantra – stock.adobe.com

KURZ GEMELDET

Ausstellung in der Paulanerkirche

Amberg. Von jedem Menschen bleibt etwas, das an ihn erinnert, wenn die Person nicht mehr am Leben ist. Was der Nachwelt in Erinnerung bleiben soll, kann schon zu Lebzeiten festgelegt werden. Diesem Thema widmet sich die Ausstellung „Was bleibt“, die vom 6. bis 26. Februar in der Paulanerkirche zu sehen ist. Die Besucherinnen und Besucher lernen Menschen und deren Lebenswege kennen. Sie erhalten Einblick in die Erfahrungen und Erinnerungen, die sie in ihrem persönlichen Schatzkästchen gesammelt haben. Ein Begleitprogramm vertieft Themen der Ausstellung. Auch Führungen für Gruppen werden angeboten. Weitere Infos beim EBW unter Telefon 09622/607927 und auf www.ebw-oberpfalz.de.

Amberger Hexennacht am Marktplatz

Amberg. Ob Regen oder Sonnenschein: Am Unsinnigen Donnerstag verwandelt sich die Amberger Innenstadt in ein brodelndes Hexenmeer. Die Amberger Hexennacht zählt zu den absoluten Höhepunkten des Jahres – und 2026 gibt es einen besonderen Grund zu feiern: Das traditionelle Hexentreiben feiert am Donnerstag, 12. Februar, sein 30-jähriges Jubiläum. Bereits ab 12.30 Uhr treiben die Hexen der CSU Amberg und Kümmersbruck gemeinsam mit Hexenmusikant Florian Gröninger ihr Unwesen in der Altstadt. Von Geschäft zu Geschäft ziehend, verbreiten sie die unverwechselbare Amberger Hexenstimmung. Um 17.30 Uhr geht das bunte



Am Donnerstag, 12. Februar, feiert die Hexennacht 30-jähriges Jubiläum.

Bild: Michael Golinski/exb

Programm auf dem Marktplatz weiter: Beim Hexentanz für Kinder laden die Hexen gemeinsam mit der Tanzschule Seidl zum Mittanzen ein. Die Faschingsparty eröffnet um 18 Uhr Oberbürgermeister Michael Cerny. Dann

startet DJ Reto in den Abend und sorgt für Stimmung, bevor gegen 19 Uhr die Band Quertreiber übernimmt und den Marktplatz bis zum Ende der Outdoor-Party gegen 23 Uhr zum Beben bringt. Danach wird in den Lokaltäten

der Altstadt weitergefeiert – bis in die frühen Morgenstunden. Damit die Veranstaltung auch weiterhin kostenfrei, sicher und friedlich stattfinden kann, appelliert Organisator Thomas Eichenhofer an die Vernunft der Besucherinnen und Besucher. „Bringt keine eigenen Getränke mit und lasst Glasflaschen jeglicher Art zu Hause.“ Zudem sind Rucksäcke und Bollwagen auf dem Veranstaltungsgelände nicht erlaubt. Stichprobenartige Kontrollen sollen stattfinden, um die Sicherheit aller zu gewährleisten. Der ZNAS bietet wieder viele Sonderfahrten an, um alle Hexen mit ihren Besen sicher nach Hause zu bringen.

FEUCHTE HÄUSER? NASSE KELLER? SCHIMMEL?

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

FENSELAU BAUTENSCHUTZ
www.fenselau-bautenschutz.de

Inh. Jan P. Fenselau • Zum Weinberg 9 • 92272 Freudenberg
Tel.: 0 96 21 - 91 39 83 • www.fenselau-bautenschutz.de

Ihr Elektro- und Photovoltaik-Partner vor Ort

EPP Kutzner
Elektro & Photovoltaik Partner

Gewerbepark 17a
92289 Ursensollen
info@epp-kutzner.de

Wir beraten Sie gerne.
Tel. 09628-9297778

Google Bewertung 5.0

Telefon 09628-9297778 • www.epp-kutzner.de

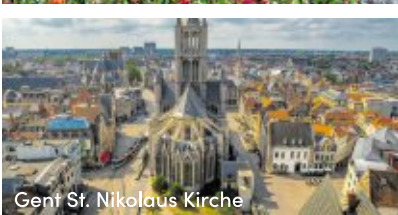


Flusskreuzfahrt Holland & Flandern

Kanäle, Flüsse und Meeresarme durchziehen Holland und Belgien und führen zu malerischen Städtchen. Erleben Sie eine bezaubernde Frühlingswoche in dieser idyllischen Umgebung und staunen Sie über die Blumenpracht, die das Land der Tulpen in dieser Jahreszeit für Sie bereithält.

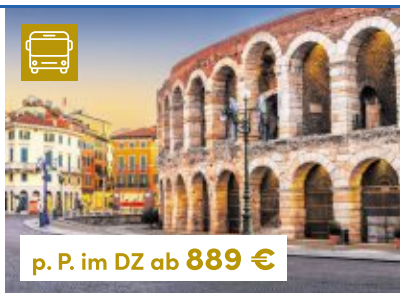
Ihre Inklusivleistungen

- Zugfahrt in der 2. Klasse inkl. Sitzplatzreservierung ab/bis Wunschbahnhof nach Düsseldorf oder wahlweise eigener Anreise
- 7 Übernachtungen inkl. Vollpension an Bord des komfortablen Superior Schiffs MS GLORIA
- Inkludierte Ausflüge: Keukenhof, Hoorn, Delft, Antwerpen und Nijmegen
- M-TOURS Reisebegleitung und Kreuzfahrtleitung



Ihr Reiseterrain
06.04. – 13.04.2026

Reisepreis p. P. im DZ
ab 1.499 €



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,- €



Höhepunkte des Baltikums
11.08. – 18.08.2026

Ihre Reisehighlights

- Flug ab/bis München nach Riga
- 7 Übernachtungen inkl. Frühstück & 6x Abendessen
- Stadtführungen, Tagesausflug auf die Kurische Nehrung, Berg der Kreuze, u.v.m.

Buchbar bis 05.05.2026 | 10,- €



Katertipps – was am Morgen wirklich hilft

Gerade jetzt im Fasching schauen viele von uns wieder zu tief ins Glas, die Quittung folgt dann am nächsten Morgen. Der Schädel brummt, der Magen ist flau, wir fühlen uns einfach richtig elend. Die Frage ist nun: Was hilft gegen den Kater?

Von Evi Wagner

Eigentlich hätten wir es doch besser wissen müssen, aber nun ist es mal wieder zu spät. Wir haben zu viel gefeiert – und vor allem zu viel getrunken – und wachen mit einem fiesen Kater auf. Die Symptome: Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel, Magen-Darm-Beschwerden, Kreislaufprobleme, Abgeschlagenheit, Müdigkeit, verminderte Leistungsfähigkeit, starker Durst und oft auch mentale Folgen wie innere Unruhe und Angstzustände.

Bis heute ist noch nicht genau geklärt, woher ein Kater – medizinisch: Veisalgia – genau kommt. Sicher ist nur: Der Alkohol entzieht dem Körper Flüssigkeit und reizt die Magenschleimhaut. Außerdem gerät laut Mediziner wohl das Gleichgewicht zwischen den Mineralstoffen wie Kalium, Natrium, Magnesium und Kalzium und dem Wasser im Körper durcheinander. Neben weiteren Ursachen sind das die Gründe für die typischen Kater-Symptome.

Hauptarbeit hat Leber

Die schlechte Nachricht zuerst: Da müssen wir jetzt leider durch, denn der Alkoholabbau im Körper lässt sich nicht beschleunigen. Die Hauptarbeit bei der Entgiftung – etwa 90 Prozent – wird von der Leber übernommen. Diese baut etwa 0,1 bis 0,2 Promille pro Stunde ab, für eine Blutalkoholkonzentration von 1,0 Promille braucht der Körper also mindestens zehn Stunden.

Dabei hängt die Geschwindigkeit des Abbaus von verschiedenen Faktoren ab – wie zum Beispiel vom Gewicht und vom Geschlecht der Person. Die Frage ist also jetzt nur noch, wie wir die



Wenn wir mal wieder zu tief ins Glas geschaut haben, brummt am nächsten Morgen oft der Schädel.

Symbolbild: Erwin Wodicka – stock.adobe.com

Symptome lindern können, damit es uns in dieser Zeit nicht allzu elend geht.

Mediziner raten bei Übelkeit: stilles Wasser trinken, Gemüsebrühe löffeln – und am besten ausruhen. Oft hilft auch ein kurzer Spaziergang an der frischen Luft, um unseren Kreislauf wieder in Schwung zu bringen.

Und jetzt erst einmal zur Apotheke? Das ist keine gute Idee. Von Elektrolytlösungen zum Wiederauffüllen der Mineralstoffspeicher nach einer durchzechten Nacht raten Apothekerinnen und Apotheker tatsächlich ab. Denn diese sind vor allem für Durchfallerkrankungen zugelassen – und auch gar nicht nötig.

Hausmittel

Denn zur Behandlung eines Katers seien Hausmittel – wie zum Beispiel ausreichend Wasser, Kohlenhydrate und salziges Essen – völlig

ausreichend. Wasser oder isotonische Getränke wie Fruchtsäfte ersetzen die verlorene Flüssigkeit und Elektrolyte, was ebenfalls Dehydrierung und Kopfschmerzen lindert.

Kaffee macht nicht nüchtern

Eines der größten Irrtümer beim Alkoholabbau ist übrigens, dass starker Kaffee wieder fit machen soll. Fakt ist: Kaffee macht wach, aber

nicht nüchtern. Den Alkoholabbau können wir mit Espresso und Co. nicht beeinflussen.

Und Hände weg vom sogenannten „Konterbier“. Gegen Alkohol hilft bestimmt nicht noch mehr Alkohol. Das wäre eine zusätzliche Belastung für die Leber – und der Alkoholabbau wird damit nur verschoben, die Auswirkungen des zu hohen Alkoholkonsums werden weiter ver-

SERVICE

Anti-Kater-Hausmittel

Eine Elektrolytlösung gegen Kater lässt sich auch bestens selbst herstellen.

- › 4 Teelöffel Zucker (Glucose und Fructose)
- › ¼ Teelöffel Kochsalz (Natriumchlorid)

- › 1 Tasse Orangensaft (Kalium)
- › 1 Liter stilles Mineralwasser oder Leitungswasser

Die Zutaten vermischen, bis sich Salz und Zucker aufgelöst haben. In kleinen Schlucken trinken.



Der Griff zur Schmerztablette ist nicht wirklich eine gute Idee.

Symbolbild: Patrick Daxenbichler – stock.adobe.com



Kaffee macht wach, aber nicht nüchtern. Als Anti-Kater-Mittel ist er weniger geeignet.

Symbolbild: nidafoto – stock.adobe.com



Ein ausgewogenes Frühstück lindert den Kater, dabei muss es aber nicht unbedingt Hering sein.

Symbolbild: Creative Studio – stock.adobe.com

schlimmert. Besser wäre es gewesen, schon am Abend zuvor ausreichend Wasser und ungesüßte Getränke vor und zwischen dem Alkohol zu trinken und Mischgetränke zu meiden.

Wasser trinken

Wenn wir schon trinken müssen, dann ist es am besten, den ganzen Abend hindurch bei einem hochwertigen alkoholischen Getränk zu bleiben.

Und schon vor dem Schlafen gehen viel Mineralwasser zu trinken. Dann ist der Körper mit Flüssigkeit versorgt und kann die Defizite besser ausgleichen.

Und wie steht es mit dem legendären Katerfrühstück am nächsten Morgen? Tatsächlich lindert eine ausgewogene Mahlzeit den Kater. „Es muss aber nicht unbedingt der Rollmops sein“, sagen Ärzte. Auch ein belegtes

Vollkornbrot oder Müsli mit frischem Obst bietet sich an.

Von der Schmerztablette sollten wir im Zweifelsfall besser die Finger lassen. Paracetamol zum Beispiel sollte auf keinen Fall bei alkoholbedingten Kopfschmerzen eingenommen werden.

Laut Herstellern kann der Wirkstoff in den Tabletten die Leber zusätzlich belasten, während das Organ mit der Entgiftung des Körpers zu tun hat.

Gleiches gilt für Ibuprofen. Das Medikament wird – wie Alkohol – in der Leber abgebaut und verstoffwechselt. Außerdem reizt Ibuprofen die Magenschleimhaut, so dass sich nach dem Alkoholkonsum das Risiko für Magenbeschwerden und Übelkeit nur noch erhöht.

Der sicherste Weg, einen Kater zu verhindern, ist es also immer noch, auf zu viel Alkohol zu verzichten.

ENTDECKEN SIE
DIE ZEITUNG
ZUM JUBILÄUM MIT EXTRA-VORTEIL



PREMIUM-ABO
3 Monate

oder

E-PAPER-ABO
6 Monate

FÜR EINMALIG NUR

80€

Sie sparen über 50% zum regulären Preis.

Schnell zugreifen
und bis 31. Mai
Angebot sichern!



Online bestellen unter:
onetz.de/om-jubiläum



Oder telefonisch:
0961 / 85 - 501



Verlagsgarantie: Die Zustellung des Aktionsabos endet automatisch! Das Angebot gilt für Haushalte im Verbreitungsgebiet, in die während der letzten drei Monate kein Abonnement unserer Zeitung geliefert wurde. Das Angebot gilt nicht für bestehende Abos.

2026 DAS JUBILÄUMSJAHR.
MIT EUCH. GEMEINSAM. FÜR MORGEN.

Fasanenbrüstchen mit Trauben

Aus der Normandie stammt dieses Rezept von OWZ-Küchenchef Michael Schiffer. Was vom Fasan übrigbleibt, kann noch für eine leckere Suppe verwendet werden.

Zubereitung: Den Fasan (wenn tiefgekühlt, dann auftauen lassen) unter kaltem Wasser abspülen. Innen und außen mit Küchenkrepp trockentupfen. Mit einem scharfen Messer den Fasan kurz hinten dem Flügelansatz quer durchteilen. Die Brüstchen auslösen.



Michael Schiffer

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

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de



Die Fasanenbrüstchen werden in Weißbrot gewendet und in der Pfanne kurz angebraten. Dazu werden die Trauben angerichtet.

Bild: Michael Schiffer

Brustknochen in einem viertel Liter Wasser zuge- deckt in einem Topf 20 Mi- nuten kochen. Durchsieben und mit Salz abschmecken. „Knochen und übrigen Fasan im Kühlschrank aufbewah- ren. Das ergibt am nächsten

Tag eine leckere Suppe“, empfiehlt OWZ-Küchenchef Michael Schiffer. Die – am besten kernlosen – Trauben in der Fasanenbrühe erhit- zen. Abtropfen lassen, die Brühe auffangen und die Trauben warm stellen.

Die Fasanenbrüstchen zweimal längs schräg in Streifen schneiden, salzen und in geriebenem Weißbrot wenden. Butter in einer Pfan- ne erhitzen. Die Brüstchen darin auf beiden Seiten eine halbe Minute anbraten.

Dann auf jeder Seite noch sechs Minuten bei mittlerer Hitze braten, dabei ständig mit Butter begießen. Wein und Fasanenbrühe angießen. Die Trauben noch einmal erhitzen. Alles auf ei- ner Platte anrichten. An einer

ZUTATEN

Fasanenbrüstchen mit Trauben

Rezept für zwei Personen.

- › 1 bratfertiger Fasan (oder tiefgekühlt) à 800 Gramm
- › ¼ Liter Wasser
- › Salz
- › 200 Gramm weiße und blaue Trauben
- › 1 Scheibe geriebenes Weißbrot
- › 40 Gramm Butter
- › 1 Glas Weißwein

Seite die Trauben anlegen. Mit Stangenweißbrot servie- ren. (dt)

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

Medizin

ANZEIGE

Wackelig auf den Beinen?

Wie Sie bei Schwindelbeschwerden wieder mehr Sicherheit finden

Was für andere selbstverständlich ist, fühlt sich mit Schwindel an wie ein wackeliger Balanceakt. Jeder Gang wird zur Herausforderung, jede Bewegung zur Unsicherheit. Taumea hilft, Schwindelbeschwerden zu lindern – und gibt das Vertrauen in den eigenen Körper zurück.

Ungefähr jeder 6. Patient klagt beim Hausarzt über Schwindel. Jährlich kommen etwa 11 Prozent neue Schwindelpatienten hinzu. Das Risiko, dass im Laufe des Lebens Schwindelbeschwerden auftreten, liegt bei jedem Menschen bei 30 bis 40 Prozent.



„Meine Mutter hat Taumea gekauft. Schon nach der ersten Einnahme verbesserte sich ihr Gesamtbefinden. Meine Mutter ist wieder vitaler.“

– Monika K. –

Menschen, die unter wiederkehrendem Schwindel leiden, leben häufig mit der Angst vor dem Gefühl, dass ihre Umgebung plötzlich beginnt, sich zu drehen oder der Boden unter ihnen anfängt zu schwanken.

Schwindelbeschwerden und ihre lästigen Begleiterscheinungen

Während sich einige von Schwindel Betroffene fühlen wie bei einer Karussellfahrt, haben andere das Gefühl, von einem Sog nach oben oder unten gezogen zu werden – typische Anzeichen für Dreh- und Liftschwindel, zwei der häufigsten Schwindelarten. Und als wäre das nicht genug, kommen oft auch noch Begleitscheinungen wie Kopfschmerzen, Sehstörungen, Übelkeit und Benommenheit dazu.

Es ist wichtig, dass Betroffene ihre Schwindelbeschwerden frühzeitig angehen, da sie unbehandelt chronisch verlaufen und die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können. Die gute



Das Gefühl zu taumeln, statt sicher zu gehen – jeder Dritte in Deutschland kennt das Problem

Nachricht: Sowohl Schwindelbeschwerden als auch die häufigen Begleitsymptome können heute erfolgreich behandelt werden.

Ein spezieller Dual-Komplex bekämpft Schwindelbeschwerden

Nach intensiver Recherche gelang es einem Team aus Wissenschaftlern, zwei Heilpflanzen

zu finden, die bei Schwindelbeschwerden sowie häufigen Begleitsymptomen, wie z. B. Kopfschmerzen und Übelkeit, helfen können: Anamirta cocculus (Scheinmyrte) und Gelsemium sempervirens (Gelber Jasmin). Ein spezieller Dual-Komplex aus genau diesen beiden pflanzlichen Wirkstoffen ist in den rezeptfreien Arzneitropfen Taumea (rezeptfrei, Apotheke) enthalten. Taumea kann nicht nur bei akuten, sondern vor allem auch bei chronischen Beschwerden eingesetzt werden und hat gleichzeitig keine bekannten Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten. Im Beipackzettel des deutschen Arzneimittels ist dies nachzulesen.

Auch wenn Schwindel häufig harmlos ist: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Für Ihre Apotheke:

Taumea
(PZN 07241184)

www.taumea.de

Schwindelbeschwerden? Natürlich TAUMEA.



TAUMEA®

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert
TAUMEA, Wirkstoffe: Anamirta cocculus D11, D4, Gelsemium sempervirens D11, D5, TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Mehr auf den Körper hören

Viele von uns denken, dass sie funktionieren müssen. Unwohlsein und Schmerzen verdrängen wir viel zu oft – so lange, bis es dann wirklich zu spät ist und gar nichts mehr geht. Wir sollten wieder mehr auf die Signale unseres Körpers achten.

Dauernd müde und schlapp? Immer öfter Rückenschmerzen oder Migräne? Schon wieder eine Erkältung eingefangen? Nicht selten ist der physische Zustand ein deutlicher Ausdruck davon, wie es uns psychisch geht. „Unser Körper hört alles, was unser Verstand sagt“, sagte die Musikerin und Schauspielerin Naomi Judd einmal so schön. Und auch die Wissenschaft weiß längst, wie eng Körper und Psyche zusammenhängen.

Leider haben wir in der ganzen Hektik viel zu oft unsere Balance verloren, nehmen die Signale unseres Körpers gar nicht mehr – oder viel zu spät – wahr. Wir schlafen zu wenig, essen zu viel und bewegen uns kaum. Wir setzen uns ständig selbst unter Stress, machen viel zu lange To-do-Listen und verzichten beim Essen auf notwendige Nährstoffe. Funktioniert irgendetwas nicht so, wie es funktionieren sollte, werfen wir schnell eine Tablette ein oder laufen zur „Reparatur“ zum Arzt. Wir behandeln unseren Körper



Längst weiß man: Körper und Psyche hängen eng zusammen.

Symbolbild: Sönke Hayen – stock.adobe.com

meist wie eine Maschine auf Autopilot – und nicht wie einen Teil von uns selbst. Höchste Zeit, dass wir das wieder ändern. Denn es ist nie zu spät zu lernen, auf unseren Körper zu hören und ihm das zu geben, was er wirklich braucht.

„Den Körper in guter Gesundheit zu wahren ist eine Verpflichtung. Sonst ist es uns nicht möglich, unseren Verstand stark und klar zu halten“, wusste auch schon Siddhartha Gautama, der uns als der Buddha bekannt ist. Leider haben viele von uns vor allem gelernt, dass wir funktionieren müssen – im

Job, als Eltern, als Partner. Gehören Sie auch zu denen, die Unwohlsein und Schmerzen lieber ignorieren, als zugeben zu müssen, dass Sie gerade nicht funktionieren? Schluss damit. Niemand hat

etwas davon, wenn wir irgendwann zusammenklappen, weil wir viel zu wenig auf unseren eigenen Körper gehört haben.

Nehmen wir uns doch lieber die nötige Zeit und finden wir heraus, was die Ursache hinter den Symptomen ist. Wenn wir das nächste Mal wieder nicht schlafen können, sollten wir überlegen, was es ist, das uns einfach nicht zur Ruhe kommen lässt. Lassen Sie uns endlich wieder die Beziehung zu unserem Körper pflegen. Dabei hilft nicht nur Meditation, sondern auch Bewegung. Lassen Sie uns Dinge wieder langsam und achtsam tun, öfter in uns hinein schauen statt hinaus. Denn eigentlich weiß unser Körper ganz genau, was uns gut tut – und was eben nicht. Wir müssen nur endlich wieder auf ihn hören. (ewa)



Evi Wagner

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

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de

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

Linux-Aktion für ältere Computer

Sulzbach-Rosenberg. Jährelang hat der Rechner seinen Dienst getan, lief unter Windows 7 und 8, verdaute die Version 10 gerade noch, aber jetzt ist Schluss: Denn Windows 11 packen viele angejahrte Laptops oder PCs nicht mehr. Dabei wären sie technisch noch gut in Schuss. Die Volkshochschule Amberg-Sulzbach hat hier eine Lösung parat: Im März gibt es eine „Rettungsaktion“, schreibt das Landratsamt Amberg-Sulzbach in seiner Pressemitteilung. Das VHS-Frühjahrsprogramm hält auch einen Linux-Tag bereit. Dabei wird die VHS am Samstag, 14. März, von Ehrenamtlichen von Computerspende Regensburg (computerspende-regensburg.de) unterstützt, die bei der VHS in Sulzbach-Rosenberg die Umstellung von älteren PCs und Notebooks vornehmen, wenn diese nicht mehr für Windows 11 geeignet sind und damit keine Updates mehr erhalten können. Der

gemeinnützige Verein Computerspende Regensburg sammelt unter anderem Computer und Zubehör von Firmen und Privatpersonen auf Spendenbasis, modernisiert sie und gibt sie an Menschen mit geringem Einkommen oder gemeinnützige Organisationen weiter.

Linux, das hat sich inzwischen herumgesprochen, ist eine hervorragende, oft kostenlose Alternative zu Windows 11 – ideal für ältere Hardware (ab fünf bis sieben Jahre) oder Nutzer, die Wert auf Datenschutz, keine Zwangs-Updates und volle Systemkontrolle legen.

Interessenten können sich für Samstag, 14. März, von 10 bis 16.30 Uhr einen Zeitraum von jeweils 30 Minuten pro Gerät reservieren unter www.vhs-as.de oder auch unter Telefon 09621/39-7700. Die Umstellung der mitgebrachten PCs und Notebooks ist kostenlos, aber die Ehrenamtlichen freuen sich über eine Spende an den Verein.

OWZ-STERNSTUNDEN

7. bis 13. Februar 2026

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

Da Sie es gelernt haben, auch mit höheren Belastungen umzugehen, kostet Sie ein Mehraufwand nur ein Lächeln. Sie haben die Sache im Griff.

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

Es liegt in der Natur der Eingewöhnungsphasen, dass Sie nicht einfach verlaufen. Wichtig ist, dass Sie sich nicht unter Druck setzen.

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

Viele attraktiv wirkende Dinge bringen Probleme mit sich. Nicht zuletzt der finanzielle Sektor könnte jetzt auf die Probe gestellt werden.

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

Es lassen sich jetzt Kontakte knüpfen, die in nächster Zeit von Bedeutung sein könnten. Gehen Sie mit Köpfchen und Fingerspitzengefühl vor.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Es wäre falsch, jetzt ein Wagnis einzugehen, auch wenn es Sie noch so sehr reizt. Bleiben Sie bei dem, was Ihnen vertraut ist.

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

Bei wichtigen Entscheidungen haben Sie jetzt eine glückliche Hand. Sie sind ruhiger und ausgeglichener als in der Vergangenheit.

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

Bei einem Wortgefecht könnten Sie den Kürzeren ziehen. Damit wird dann aber noch nicht alles verloren sein. Sie bekommen eine neue Chance.

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

Sie machen die Erfahrung, dass nicht alles zugleich geht. Sie müssen wegen eines beruflichen Zieles privat Abstriche machen.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Sie sollten sich schon mehr einfallen lassen, wenn Sie frischen Wind in ihre Umgebung bringen wollen. Animieren Sie Freunde zum Mitmachen.

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

Nicht zu viel planen! Sie suchen die Ruhe und sind gar nicht traurig, wenn jetzt nicht eine Einladung nach der nächsten ins Haus flattert.

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

Entgegen Ihrer sonst eher ausgleichenden Art neigen Sie manchmal zu unsachlicher Argumentation. Vermeiden Sie Konflikte.

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

Sie setzen Ihre Vorstellungen mit der nötigen Überzeugungskraft durch. Das Familienleben profitiert von Ihrer Ausgeglichenheit.

NOTFALLNUMMERN

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

Notruf für Eltern	0800/1110550
Notruf für Frauen und Mädchen (SkF)	09621/22200
Frauenhaus Burglengelfeld	09471/7131
Frauenhaus Weiden	0961/3893170
Frauenhaus Amberg	09621/487272
Kartensperr-Notruf	116116
ADAC-Pannenhilfe	
Festnetz:	0180/2222222
Handy:	222222
ACE (Autoclub Europa)	
Pannenhilfe	0711/530343536

OWZ-REDAKTION & VERTEILUNG

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

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

IMPRESSUM

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

Technische Gesamtherstellung:
Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Erscheinungsweise:
wöchentlich Freitag/Samstag

Redaktionsschluss: Mittwoch, 17 Uhr

Anzeigenschluss: Mittwoch, 16 Uhr

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

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

Für den Anzeigeninhalt ist der Auftraggeber selbst verantwortlich. Darüber hinaus kann für die Richtigkeit telefonisch übermittelter Anzeigen keine Haftung übernommen werden. Die Verteilung erfolgt kostenlos an ungehindert zugängliche Haushalte im Verbreitungsgebiet.

Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Annahme zur Veröffentlichung überträgt der Autor dem Verlag das ausschließliche Verlagsrecht für die Zeit bis zum Ablauf des Urheberrechts. Diese Rechteübertragung bezieht sich auf das Recht des Verlags, das Werk zu gewerblichen Zwecken zu vervielfältigen, zu verbreiten, öffentlich zugänglich zu machen und/oder in elektronischer oder andere Datenbanken aufzunehmen. Für unverlangt eingesendete Fotos, Unterlagen und Manuskripte übernimmt der Verlag keine Gewähr.

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

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

Als Beitrag zum Umweltschutz ist unsere Wochenzeitung aus Recyclingpapier hergestellt.

LEO

DIE NEUE LEO IST DA.

Kostenlos an zahlreichen Auslagestellen und online auf www.amberg24.de/leo und www.weiden24.de/leo.

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

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

Auto & Motor

Opel



Opel Meriva TÜV neu,
Bj. 2008, 90 PS, Benziner, silber,
Klima, AHK, viele Verschleißteile neu,
142 TKM, technisch einwandfrei.
☎ 0175/1579107

Volkswagen



VW, Typ 1.2, ca. 200.000 km, sparsam im
Verbrauch, TÜV bis 12/2027, VB 1.100,-
€. ☎ 0176/86309110

Kfz-Verschiedenes

**Suche Hobbyschrauber mit Bühne/
Grube** für meinen Jonglymer,
☎ 0157/54143124

Verk. mehrere Trabis,
nähere Auskünfte unter ☎ 09651/2120
od. 0175/6324013

Günstige Gebrauchte



Inserieren Sie in unserer Rubrik
„Günstige Gebrauchte“ und verkauf-
fen Sie hier Ihren Gebrauchtwagen.

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

Autokaufgesuche

Autoverwertung Wollenzhofen GmbH
kauft Autos zum Ausschachten
und Schrottfahrzeuge.

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

Kaufe Schrottautos!
Firma, Tel. 0171/4522135

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

Kaufe BMW bis einschl. Bj. 1991.
☎ 0151/65132156

Wohnmobile/Caravan

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

Motorräder

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

Suche Mofa, Moped, Motorrad, auch
Teile, Zustand egal. ☎ 0160/99631807

Mofas/Mopeds/Roller

**Sammler sucht Zündapp, Mofa, Mo-
kick usw., auch reparaturbedürftig.**
☎ 0171/8365048

Zweiradzubehör

Verkaufe Motorradstiefel Gr. 43,
Motorradhose Gr. XL, Tankrucksack u.
Gepäcktaschen. ☎ 0151/75054962



**2 - 5 Zeilen für 25,75 €*
Jede weitere Zeile 3,50 €**

Geben Sie jetzt Ihre
private Kleinanzeige auf.

Gültig für private
Kleinanzeigen, z.B

- » Räder/Bikes
- » E-Bikes
- » Sport/Freizeit/Hobby
- » Wassersport
- » Wintersport

Oberpfalz Medien
GmbH

Telefon 0961/85-502

E-Mail: anzeigen@oberpfalzmedien.de

*inkl. MwSt.

PARTNER & FREIZEIT



Wiedersehen

Hallo unbekannte Dame. Am Samstag
31.01.2026 Fußgängerzone Weiden
beim unteren Tor gingst mit einer Freun-
din ca.22.30Uhr, beim entgegenkom-
men hast so nett gelächelt, ich trug eine
Mütze. **Vielleicht liest du diese Zeilen.**
Zuschr. Nr. W49322Z an Der neue Tag,
Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder
onetz.de/chiffre

Affäre

Er, 50 Jahre, sucht Sie oder Paar für
erotische Treffen, mollig kein Hinder-
nis. ☎ 0175/5884628

Bekanntschaften

Welcher Rentner oder Pensionist mit
Auto würde mit Rentnerin kleinere Wall-
fahrten unternehmen? Zuschr.
Nr. W49316Z an Der neue Tag, Weigel-
straße 16, 92637 Weiden oder
onetz.de/chiffre

Er sucht Sie

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

Lebenslustiger Er, 63 J., viels. interr. su.
nette Sie für alles was gemeinsam mehr
Spaß macht. Zuschr. Nr. AZ49309A an
Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224
Amberg oder onetz.de/chiffre

Witwer, Ing., 177, 78 J., sportlich, natur-
verb., vorzeigb., su. Partnerin, 68-80 J.,
Raum Amberg. Zuschr. Nr. AZ49319A
an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224
Amberg oder onetz.de/chiffre

Sie sucht Ihn

Attraktive 62 jähr. Frau, su. einen hu-
morvollen, gebildeten Mann, bis 65 J.,
für einen liebev. dauerhaften 2. Lebens-
abschnitt. Ich habe eine schlanke Figur,
blonde Haare und wirke jünger als ich
bin. Ich bin ein gefühlvoller, lebensfroher
u. herzl. Mensch, der Nähe, Vertrauen
und Harmonie sehr schätzt. Gemeins.
Unternehmungen, Lachen und Zärtlich-
keit bedeuten mir viel. Du solltest NR,
etwa 1,80 gr. und ebenfalls liebevoll und
gepflegt sein. Ich wohne bei Weiden.
Bitte nur Bildzuschr. Nr. W49299Z an
Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637
Weiden oder onetz.de/chiffre

Modelle

Reife Dame erot.Mass. ☎ 0152/23016907

OWZ

www.onetz.de/owz
Redaktion:
redowz@oberpfalzmedien.de

LANDWIRTSCHAFT

**Sie möchten Ihre
Landmaschine verkaufen?**

Dann inserieren Sie unter unserer
Rubrik „Landwirtschaft“.

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

Landmaschinen

Verk. Holzspalter Vogesenblitz VP 16
EcoLine, in gutem gepflegten Zustand,
Bj. 2014, 16 t Spalkkraft, Pr. VB.
☎ 0151/75060368

Suche Forstseilwinde und einen
kleinen älteren Schlepper.
☎ 0151 10 64 39 65

Immobilien

Suche in der nördl. Oberpfalz eine
Hofstelle mit Laufstall, langfristig zu
pachten od. spätere Übernahme. Mit
Möglichkeit zur Weidehaltung. Zuschr.
Nr. W49311Z an Der neue Tag, Weigel-
straße 16, 92637 Weiden oder
onetz.de/chiffre

Suche Acker- und Grünland, im Raum
Kirchenthumbach, zahle Spitzenpreis.
Zuschr. Nr. W49305Z an Der neue Tag,
Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder
onetz.de/chiffre

Suche Ackerland zu kaufen im Raum
Kirchenthumbach, zahle Spitzenpreis.
Zuschr. Nr. W49305Z an Der neue Tag,
Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder
onetz.de/chiffre

Grundstück im Raum Tannesberg
gesucht. Ob Feld, Wald, Wiese oder
sonstiges in oder um Tannesberg ge-
sucht. ☎ 09655/9140479

Suche Landwirtschaftsflächen
zum Kaufen oder Pachten im Umkreis
von Speichersdorf, Vorbach, Prebitz.
☎ 0160/4204479

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

Tiermarkt

Suche weibl. Braunviehkalb.
☎ 0170/6766645

Verkauf ab Hof

Schaf Felle XXL.
Neu, sauber, verschiedene Farben,
je 55,- €. ☎ 0176/43268413

Landw. An- und
Verkauf

**Verkaufen größere Menge Stroh Qua-
derballen,** 2,40 m Länge, 1. & 2. Wahl,
ab 40 €/St., Transport möglich.
☎ 0177/7064944

OWZ
spezial

WERBUNG - GRAFIK - DRUCK

Print wirkt. Print wirkt. Print wirkt.

Gedruckte Werbung wirkt nachweislich stärker und nachhaltiger als viele digitale Formate

Neurowissenschaftliche Un-
tersuchungen zeigen, dass
Printanzeigen intensiver verar-
beitet werden: 75 % der Test-
personen erinnern sich an ge-
druckte Werbung, aber nur
44 % an digitale Anzeigen.
Physische Werbemittel aktivie-
ren zudem jene Hirnareale stär-
ker, die für Emotion und Erinne-
rung zuständig sind, was ihre
Wirkung verlängert. [fina-
fix.com], [marketing-strate-
gen.com]. Zugleich genießen
Printmedien ein hohes Vertrau-
en. Studien belegen, dass Pro-

spekte und Zeitungsanzeigen
bei preisbezogenen Informatio-
nen als besonders glaubwürdig
gelten und von vielen Men-
schen aktiv genutzt werden.
Der Prospektmonitor 2025
zeigt etwa, dass 78 % der
Deutschen wöchentlich ge-
druckte Prospekte lesen – ein
Wert, der trotz Digitalisierung
stabil bleibt. Wird der Versand
eingestellt, reagieren Konsu-
menten oft negativ, viele ver-
missen die Prospekte und kau-
fen seltener bei den betreffen-
den Händlern ein. [konicaminol-

ta.de]. Print wirkt aber nicht
nur emotional und vertrauens-
bildend, sondern auch verkaufs-
fördernd. Die ELMA-Sonderstu-
die 2025 zeigt, dass gedruckte
Prospekte konkrete Handlun-
gen auslösen – vom Stöbern bis
zum Ladenbesuch – und damit
ein leistungsstarker Bestandteil
im Medienmix bleiben. [dm-
company.ch]

Ein weiterer Vorteil: Print kann
sogar ökologisch punkten. Eine
LCA-Studie des Öko-Instituts
Freiburg (2025) belegt, dass ge-

druckte Werbung häufig einen
geringeren CO₂-Fußabdruck hat
als digitale Formate. So verursa-
chen gedruckte Prospekte pro
Million Impressionen nur etwa
ein Fünftel der Emissionen ver-
gleichbarer Online-PDF-Prospek-
te. [bvdn-online.de]
Kurz gesagt: Gedruckte Wer-
bung bleibt wirksam, weil sie
länger im Gedächtnis bleibt,
Vertrauen schafft, aktiv genutzt
wird und messbare Reaktionen
auslöst – und in manchen Fäl-
len sogar nachhaltiger ist als di-
gitale Alternativen. (exb/tt)



Print hat für Werbetreibende viele Vorteile, die digitale Me-
dien nicht bieten können.

Bild: littlewolf1989 - stock.adobe.com

DRUCK AUS DER OBERPFALZ FÜR DIE OBERPFALZ.
NACHHALTIG. REGIONAL. SPINTLER.

OFFSETDRUCK

MAILINGS

VERPACKUNGEN

DIGITALDRUCK

LOGISTIK

spintler
Alles was Druck ausmacht!

SPINTLER.COM | SERVICE@SPINTLER.COM
HOCHSTRAßE 21 | 92637 WEIDEN I.D.OPF.
T 09 61 - 47 11-0

Wohnen & Leben

Immobilienverkauf
Immobilienverkauf

www.ofen-goetz.de

Immobilienverkauf
3-Zi.-Eigentumswhg.

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

Immobilienverkauf
4-Zi.-Eigentumswhg. u. größer

Weiden, zentrumsn. 4-Zi.-Whg., EBK, Gäste-WC, teilmöbl., Parkplätze vorh., 1. Stock, Besichtigung jederzeit möglich, Energieausw. vorh., shp1548@gmx.de od. ☎ 0151/24029886

Immobilienverkauf
Grundstücke

Naturnahes Baugrundstück (Gebiet um Marienhilfberg Amberg), viele Arten der Bebauung möglich (EFH, MFH), wenige Minuten zur A6, ca. 700 m². Auf Anfrage 0151/26371904 (keine unterdruckten Nummern)

Immobilienkauf
Immobilienankauf

Suchen freie Eigentumswohnungen zum Kauf – gerne auch renovierungsbedürftig. Wir garantieren eine schnelle & unkomplizierte Abwicklung, keine Makler – privat oder privat. Wenn Sie überlegen zu verkaufen oder jemanden kennen, der seine Wohnung abgeben möchte, freuen wir uns über Ihre Nachricht: romi.phil15@gmail.com oder ☎ 0961/20660831

Suche renovierungsbedürftige ETW in Weiden, Amberg oder TIR. Bitte alles anbieten. 0160/96330260

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

Immobilienkauf
1-2-Familien-Häuser

Solventer Käufer sucht in Weiden und Umgebung! Erfahrener Privatinvestor sucht Immobilien zum Kauf – direkt von Eigentümern. Gesucht werden: Wohnungen, Einfamilienhäuser, Mehrfamilienhäuser oder Wohn- und Geschäftshäuser. Lage: bevorzugt in Stadtzentrum, aufstrebenden Wohngebieten oder grüner Randlage. Objektzustand: alle Zustände (sanierungsbedürftig bis neuwertig) Preis: flexibel, abhängig vom Objekt. Diskrete Abwicklung und kurzfristige Kaufentscheidungen garantiert. ☎ 0151/20047446

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

Wir suchen ein kleines Einfamilienhaus, auch zum Renovieren, in **Vohenstrauß.** Bitte alles anbieten. Danke. Zuschr. Nr. W49304Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Vermietungen
1-2-Familien-Häuser

Verm. älteres EFH in SAD, 80 m² Wfl., EBK, WZ m. Eßecke, Schlafz., Ki.Zi., Du./2x WC, gr. Keller m. Bad, Balk., gr. Garten, Stellpl., Holz-Kohle-Heizung, KM 750,- € + NK. ☎ 0174/8371958

Vermietungen
1-Zi.-Wohnungen/App.

Amberg-Innenstadt: Möbl. Appartement/Du.-WC, ab sofort zu vermieten. 230,-€, Heizung sep., ☎ 0172/8287438

Vermietungen
2-Zi.-Wohnungen

2-Zi.-Wohnung zu vermieten 48 qm, barrierefrei, Erstbezug, mit Balkon, Kellerabteil und Carport. Kaltmiete: 600 €, Sofort verfügbar, ruhige Lage in 92507 Nabburg. ☎ 0160/1845191

Amberg-Eisberg, 2 Zimmer, Küche m. EBK, Bad, Balkon, ca. 63 m², Parterre, Garage zu vermieten, 600,- € KM + 60,- € NK + 60,- € Garage, 2 MM Kauti-on. Bei Interesse bitte Mail an: info-graf2806@web.de

Stulln: Schöne, helle, frisch renov., 2,5-Zi.-Whg., 60 m², 1. OG, neue EBK, Garage, Stellplatz, Kellerabteil, ab 1. März zu verm. ☎ 0151/41949147

AM Martinshöhe, schöne helle 2-Zi.-Wohnung mit Balkon, ca. 50 m², I. OG, Kfz-Stellplatz, Kellerabteil, ab sofort zu vermieten, 450,- € + NK. ☎ 0171/6941306

AM: 2-Zi.-Whg., 50 m², Küchenzeile, Abstellraum, 2. OG, Süd-Balkon, ab sofort zu vermieten. Näheres unter ☎ 01522/9491225

Vermietungen
3-Zi.-Wohnungen

Nähe TIR: Helle 3 Zimmer, OG, ca. 90 m², Küche, Dusche, Balkon, Gartennutzung mögl., KM 435,-, NK 180,-€, 3 MM Kauti-on, Zuschr. Nr. W49301A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

3,5-Zi Whg EG in Wernberg-Köblitz 100 qm, inkl. moderne Einbauküche, Terrasse + Gartenanteil u. Garage + 1 Stellplatz, Miete: 800,00€ + NK 200,00€, Sofortbezug möglich, erreichb. unter Tel: 0160/96481868

Wernberg-Köblitz: 3-Zi.-Whg. mit Balkon, 85 m², 1. OG, EBK, Bad m. Fenster, Garage, keine Haustiere, Garten, Keller u. Dachboden, zentral, ab 01.03., 830 € warm. ☎ 0160/90456365

Neustadt/WN, 2 ½ Zi., 68 m², DG, ruhig, Kü., Bad, Gartenutz. k.T., NR, KM 380,-€ + NK, ca. 200,- € KT. ☎ 08846/1287 oder 0176/14794661

Kümmersbruck: 3 Zi., Kü., Bad, Balk., 1. Stock, zu verm., 80 m², KM 580,- € + NK, keine Haustiere. ☎ 09621/83990

Sehr schöne 3½ Zi.-Whg., EBK, 2. Stock, Marienhilfbergweg, Amberg. ☎ 09621/15282 od. 0174/8627320

OG-WH in Nabburg, 70 m², ab März 26, mit südseitl. Balk., zu verm. ☎ 0173/5760275

Vermietungen
4-Zi.-Wohnungen u. größer

Nähe TIR: Helle 5 Zi.-EG-Wohnung, ca. 120 m², Küche, Bad, Terrasse, Gartennutzung mögl., KM 580,-€, NK 220,-, Garage 30,-€, 3 MM Kaut., Zuschr. Nr. W49300A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

4 Zi., Kü., Tageslichtbad, 1. Stock, m. Garage in Amberg zu vermieten. 800,- € kalt. ☎ 09438/4145

Vermietungen
Wohngemeinschaften

3-Zimmer Mansardenwhg. 2.OG in Weiden-Ost ab 1.2.2026 zu vermieten ideal für Studenten WG ca.1,5 km zur OTH Zi.Gr. 10,3/12,6/13,9 qm Moderne Einbauküche mit Wohn-Essbereich 23,5 qm Bad mit Dusche u. Waschmaschinenanschluss Kellerabteil, Öl-Zentralheizung, schallisolierte Kunststofffenster etc. Mietpreis der Zi. warm 270,-/290,-/310,- Kaltmiete 660,- Nebenkosten 210,- Warmmiete 870,- Besichtigung nach Vereinbarung Tel. 01716842536

Mietgesuche
Garagen/Stellplätze

Suche Garage/Lagerplatz f. Roller und Kleinteile, Raum Amberg-Sulzbach. ☎ 0151/4188942

Verpachtungen
Pachtgesuche

Verpachtungen/Pachtgesuche

Fluss oder Weiher zur Pacht gesucht. Suche Kiesgrube/Weiher oder Flussstück in der Nähe von Weiherhammer (Umkreis 15km) zum Pachten oder Kaufen. 09605/6409012

Vorteile nutzen,
besser einkaufen! **Vorteilscard**

Leser-Service
0961/85-501

ÜBERRASCHEN SIE
BESONDERE MENSCHEN MIT EINER
ANZEIGE IN UNSERER TAGESZEITUNG!LIEBE WORTE ZUM
VALENTINSTAG

Senden Sie Ihren
Liebsten eine
schöne Botschaft,
passend zum
Valentinstag.

GRÜßE
AN DIE
LIEBSTEN

AKTION
**50%
RABATT**

Nicht mit anderen
Rabattaktionen
kombinierbar.

Aktionsende: 31.03.2026

Nr. 3: 92 x 50 mm

Für meinen Schatz, Anna!



Musteranzeige verkleinert

Du bist für mich Nähe ohne Enge,
Geben ohne Erwartung,
Zärtlichkeit ohne Absicht,
Liebe ohne Forderung,
Zauber ohne Ende.
Danke für die schönen Jahre mit Dir.
Ich liebe Dich!
Dein Stefan

Eine Auswahl an verschiedenen Anzeigenformaten und Motiven finden Sie unter
www.onetz.de/anzeigenmuster-nette-rubrik ☎ Service: 0961/85-502

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

oberpfalz
medien

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



Das
große Immobilienangebot
der Region!

oberpfalz
medien



Sparkasse
Amberg-Sulzbach

Marienstraße 10
92224 Amberg
Telefon 09621/3 00 24 33
E-Mail: immobilien@sparkasse-amberg-sulzbach.de
www.sparkasse-amberg-sulzbach.de



Sparkasse Oberpfalz
Nord
Immobilienteam

Herr Braun, Herr Kestel
Sparkassenplatz 1, 92637 Weiden
Telefon 0961/83-2 05
E-Mail: immobilienabteilung@sparkasse-oberpfalz-nord.de
Web: www.sparkasse-oberpfalz-nord.de/immobilien

ImmoCenter | FinanzCenter

ImmoCenter |
FinanzCenter GmbH

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



SOMMER Immobilien

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



Gregor Immobilien- und
Hausverwaltung
Ihre Zufriedenheit ist
unsere Verpflichtung
seit 1993

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



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

BAR ANKAUF 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.

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

Herr Haller
Über 15 Jahre für Sie da!

ÖFFNUNGSZEITEN: Montag bis Donnerstag 8:30 - 13:00 Uhr und 13:30 - 16:30 Uhr
Freitag durchgehend von 8:30-13:00 Uhr

Angebot im Februar!
E-Bike Kundendienst 85€ ab März 90€
Fahrrad Kundendienst 60€ ab März 65€
(auf alle Marken)

REPARATUR - VERKAUF - ZUBEHÖR
FAHRRADPROFI
INH. P. CHESARU

TEL.: 09621-7890010 • FAX: 09621-7890009
NEUMÜHLERSTR. 16, 92224 AMBERG
www.fahrradprofi.de • Email: fahrradprofi@hotmail.de

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

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

Verkäufe

Verk. 3-Schiebe-Pumpe Piccolino TDE 3 für Abwasser u. Kläranlagen, Förderleistung 3,5 ccm/Std., 58 l/min., Spannung 230 V, 4 Graphitlamellen neu, ca. 1 J. gelaufen, NP 750,- €, VP 350,- €. ☎ 0171/7480381

VERSTÄRKEN SIE DAS TEAM VON OBERPFALZ MEDIEN ALS:

MEDIABERATER VERKAUFSINNENDIENST (m/w/d)

- Betreuung und Weiterentwicklung eines fest zugewiesenen Kundenstammes
- Aktiver, aktionsbezogener Verkauf und Vermarktung unserer Werbeprodukte (Print, Digital, Crossmedial)
- Erstellung von Preiskalkulationen, individuellen Angeboten sowie Auftragsabwicklung
- Bearbeitung von Kundenanfragen und Reklamationen

BENEFITS

- flexible Arbeitszeiten
- mobiles Arbeiten
- flache Hierarchien
- Gesundheitsmaßnahmen

INTERESSE?

ANSPRECHPARTNER:

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

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

oder auf den Plattformen:

Instagram Facebook LinkedIn X TikTok

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

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

Brennstoffe

Buchenbrennholz, ofenfertig, 33 cm lang, günstig zu verkaufen.
☎ 0171/7455915

Trockenes Brennholz, 33cm, pro Ster Fichte/Kiefer 80€, Buche 115€, Lieferung möglich. ☎ 0175/3521524

Einrichtung/Haushalt

Haushaltauflösung: Geschirr und sonstige Gegenstände billig abzugeben.
☎ 0160/98307845

Flohmärkte/Basare

Wohnungsauflösung
diverse Möbel u. Haushaltsartikel, am So., 08.02., 10 - 17 Uhr, bei Maier, Hauptstr. 9, 92665 Altenstadt/Waldnaab. ☎ 0170/2164268

Kaufgesuche

Aufgepasst! Winterzeit – jetzt bares Geld sichern! Wir kaufen Porzellan, Bleikristallgläser, Münzen, alte Geldscheine, Musikinstrumente, Arm- & Taschenuhren, Modeschmuck und Antiquitäten aller Art. Faire Bewertung – Sofortige Barzahlung – Diskret und seriös!
Rufen Sie an: 0152-16652073

Sammler sucht Emailschilder, Bierkrüge von Brauereien, Postkarten, Ansichtskarten, militärische Fotoalben, Sterbebilder, Orden auch defekte Motorsägen Stihl Husqvarna. Bitte anrufen Tel. 09431-379370 oder 0170 1807820

Su. von Hutschenreuther o. Rosenthal Porzellan/Kristall ☎ **0177/2721821**

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

Suche Vorwerk-Staubsauger mit Zubehör incl. Teppichbürste.
☎ 09642/7041611

Suche Tischkutter, Fleischwolf, Schwingsiebroder, Rau-Kombi-Legegerät. ☎ 0173 893 61 52

Jogginghose Gr. 60
su. ☎ 09666/445

Suche Hartholzmöbel für den privaten Gebrauch. ☎ 0176/43904981

DKW RT 175-250ccm Motorradteile; Tel. 0160-97572429

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

Musikinstrumente



Suche Akkordeons, Harmonikas, Bandoneons, auch alt/defekt
☎ 0175/2379190, akko24@web.de

Akkordeon HOHNER VERDI III, 120 Bässe, mit Rollkoffer, Bestzustand!! 490,- €, ☎ 0151/42434627

Schmuck/Uhren

Bringen Sie Farbe ins Spiel! Farbiges 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

Smartphones/Handys

Wer kann mir den Umgang mit Smartphone gegen Bezahlung erklären ☎ **01629295247**

Sport/Freizeit/Hobby

Crosstrainer Ellipsentrainer Reebok Crosstrainer, neuwertiger Zustand, wenig gebraucht, nur Abholung, bei Interesse bitte melden unter 01758787903. 120 €, Barzahlung bei Abholung.

Fischer Progressor F19, 170 cm, eine Saison gefahren, sehr guter Zustand, VB125 €. Bis 16 Uhr unter der Woche erreichbar unter der Nummer ☎ 0961 470 370 45

Sehr stabiler Heimtrainer mit vielen Funktionen zu verkaufen, 50 Euro. ☎ 0151/53625987

Ergometer C 6, Fabrikat Kettler, gegen Selbstabholung, 150,-, ☎ 0151/75063311

Verk. 3-Schiebe-Pumpe Piccolino TDE 3 für Abwasser u. Kläranlagen, Förderleistung 3,5 ccm/Std., 58 l/min., Spannung 230 V, 4 Graphitlamellen neu, ca. 1 J. gelaufen, NP 750,- €, VP 350,- €. ☎ 0171/7480381

Verk. Ölbilder auf Leinwand Klettnersturm TIR, Fischhofbrücke, Altes Rathaus TIR, Stiffländer Karpfen, Große Kappl, Rauher Kulm, Steinbergkirche Bärnau, Grenzlandturm Bärnau, Stilleben, Stonehenge etc. ☎ 0173/9453261

Verkaufe Eckbankgruppe, Jugendzimmer m. Schreibtisch, Schlafzimmer, Esszimmer, 4 Stühle, Esszimmertisch Eiche, Sekretär, Kl. Spinnrad als Zierde ☎ 0961/47050855

3 Holz-Stühle „Wiener-Geflecht“, gepolstert, a 50,-, **neuw. He.-Boss-Daunen-Longjacke**, schwarz, Gr. 54, 150,-, **altes Leinen**, 6 **grau-blaue Steinzeugtöpfe** zu verk. ☎ 09621/71117

Verk. Infrarotkabine Komfort für 2 Personen; Gr.: 1,90 h x 1,20 b x 1,06 t; gekauft Sep. 2023; NP: 1.199,-; 3-Mal benutzt; VP: 900,-; Selbstabholung Erberdorf - Ml. + Sa. ab 15 Uhr. ☎ 09682/4283

Flohmartartikel aus Haushaltsauflösung. Verkauft wird ein komplettes Konvolut an Flohmartikeln aus Haushaltsauflösung. Preis VB; Tel.: 0162 698 3848

Ü-Eier Kpl. Serien u. ca. 150 Stck. Figuren. Abnahme nur kpl., Preis nach Vereinbarung. ☎ 0170/9817711

Feldküche mit kompl. Ausstattung, **Hartmotor**, sowie **Schlauchwagen** mit Inventar. ☎ 09651/2120 od. 0175/6324013

Salzstreuwagen und 025 Stihl Motorsäge, zu verk. ☎ 09666/445

Standkühlschrank, neuwertig, billig zu verkaufen. ☎ 0171/7838062

Schlitten, neu, nicht benutzt, für 30 € zu verk. ☎ 09661/811553

BEKANNT-MACHUNGEN

Dienstleistungen

Welche Heizungs-Sanitär-Fachfirma kann den Kundendienst einer Vissmann-Ölheizung in Weiden übernehmen? ☎ 09621/12168

Handwerker

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

Viel mehr als ein Stück Papier

Gutes tun mit Ihrem Testament!



Jetzt informieren:
johanniter.de/testament

JOHANNITER



Foto: Jörg Farys

Dieses Prospekt liegt heute Ihrer Tageszeitung bei

VITA NOVA
ENTDECKEN, WAS SIE MIT

(Teilbelegung)

Informationen zur Beilagenwerbung:
Telefon 0961/85-630 • Telefax 0961/85-688
E-Mail: beilagen@oberpfalzmedien.de

VERANSTALTUNGEN

oberpfalz medien präsentiert

DIE PERFEKTEN GESCHENKIDEEN FÜR IHRE LIEBSTEN!

SCHLAGER & Spaß
ANDY BORG
NICKI DAMIANO MAIOLINI

FANTASY
BUBE DAME KÖNIG
Sandro Mela Rose

So., 22.02.26 **So., 29.03.26**

ACC AMBERG
VVK: Amberger Zeitung Tel. 09621-306230, Der neue Tag Weiden Tel. 0961-85550
www.THOMANN-Management.de | Burgebrach

PURA VIDA MUSICAL ENTERPRISES PRESENTS

ABBA MAMMA MIA
AND MUCH MORE
A GREAT TRIBUTE SHOW

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

TICKETS: eventim Vorverkaufsstellen, alle örtlichen Vorverkaufsstellen eventim

oberpfalz medien

Sie suchen einen verlässlichen, kompetenten Partner, der den **Kartenvorverkauf für Ihre Veranstaltung** übernimmt?

Wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Ihren Anruf!

eventim

ntticket.de

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/85-553

Anzeigen-Service 0961/85-502

we are one

JR RÄDLINGER

Werde Teil der JR Erfolgsgeschichte in der nördl. Oberpfalz und Umgebung!

Egal, ob du gerade deinen Abschluss gemacht hast oder bereits Berufserfahrung mitbringst – unsere Unternehmensgruppe bietet dir viele verschiedene Einstiegs-möglichkeiten.

Neugierig geworden?

Bewirb dich bei JR und starte jetzt deine Karriere!

Rädlinger Straßen- und Tiefbau GmbH
Stegenwaldhauser Straße 3 | 95152 Selbitz
Tel. +49 9971 4003-6045
www.raedlinger.com

Top Company
Kununu

Fachkraft Lohn & Gehalt (m/w/d) mit Berufserfahrung gesucht. Wir freuen uns über Ihre Bewerbung an info@steuerkanzlei-keller.de

Stellengesuche

Suche Stelle als Ärztin, in Allgemein- arztpraxis, in Weiden od. Umgebung max. 50 km, Kein Führerschein, 23 Jahre im Beruf. ☎ 0160/5725869

Private Stellenangebote

Suche Hilfe im Haushalt und Einkau- fen mithilfe, 2x 2 Stunden/pro Wo- che, mit Auto in AS, keine Putzen. Bitte melde dich unter Zuschriften r. W49306Z an Amberger Ztg., Mühlgas- se 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Suche Frau, die mir beim Kochen und Einkaufen mithilfe. Mit Auto, kein Putzen. Bitte melde dich unter Zuschr. Nr. W49296Z an Amberger Ztg., Mühl- gasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Raum Eslarn: Suche Reinigungss- kraft, 4-6 Std./Woche, 20,- € Std.- Lohn. Zuschr. Nr. W49321A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Wei- den oder onetz.de/chiffre

Suche für ca. 2- bis 3 Stunden pro Woche eine zuverlässige Putzfee für 2-Personen-Haushalt in Schmid- mühlen. Bei Interesse, ☎ 0162/3838036

Winterdienst, KLEINRAIGERING. Schneeräumer gesucht bei Bedarf. ☎ 0152 33 51 88 77

Bauhelfer für Heizkörperanierung ge- sucht, ☎ 0157-50125601

Pflege vor Ort

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

Suche 24 Std. Pflegekraft für häusl. Pflege einer männl. Person, 68 J.. Kann gehen noch ste- hen. Ist auf Rollstuhl angewiesen. Biete mietreies wohnen sowie 2.000,- € monat. ☎ 0170 9292222

ABSCHLUSS? CHECK!

Finde deine Ausbildung auf www.ausbildung-oberpfalz.de



ausbildung-oberpfalz.de

Ein Angebot von **oberpfalz medien**

SAUBERKEIT IST DEINE STÄRKE? JETZT BEWERBEN:

Wir suchen für unseren Standort in Falkenberg:

Mitarbeiter:in Glas- und Gebäudereinigung (m/w/d)

IGZ WORK WITH PASSION

#myjobismypassion
Mach auch du deine Leidenschaft zum Beruf!

Beim **Zweckverband Müllverwertung Schwandorf (ZMS)** ist zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine unbefristete Vollzeitstelle zu besetzen:

IT-Systembetreuer (m/w/d)

Wir erwarten eine erfolgreich abgeschlossene Ausbildung als Fachinformatiker oder eine vergleichbare Ausbildung im Bereich IT, Netzwerk-, Kommunikationstechnik.

Es bestehen gute Entwicklungsmöglichkeiten im Rahmen des Tarifvertrages Versorgungsbetriebe (TV-V).

Die ausführliche Stellenausschreibung finden Sie auf unserer Homepage www.z-m-s.de.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung bis **01. März 2026**.

Die **Stadt Vilseck** (ca. 6.300 Einwohner) sucht zum **01.10.2026** eine

- Fachkraft (m/w/d) für das Kulturamt und die Tourist-Information.**

Das detaillierte Stellenangebot mit Anforderungsprofil und Aufgabenbeschreibung entnehmen Sie bitte unserer Homepage www.vilseck.de/stellenausschreibung. Ihre aussagekräftige Bewerbung mit den üblichen Unterlagen senden Sie bitte bis **spätestens 09. März 2026** an die Stadt Vilseck, Marktplatz 13, 92249 Vilseck, gerne auch per Email (poststelle@vilseck.de).

Hans-Martin Schertl, 1. Bürgermeister

oberpfalz logistik

WIR SUCHEN

ZUSTELLER (m/w/d)
Minijob - Basis

Liefere News aus der Region für:

- Amberg
- Garsdorf / Ursensollen
- Hahnbach
- Poppenricht
- Sulzbach-Rosenberg

JETZT BEWERBEN

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

HERMAT H

Wir sind ein inhabergeführtes Familienunternehmen und beschäftigen uns seit über 40 Jahren mit der Herstellung und dem erfolgreichen Vertrieb von hochwertigen Design- und Funktionstürbeschlägen.

Zur Verstärkung unseres Teams, suchen wir in Vollzeit eine/n Innendienst (m/w/d)

Ihre Aufgaben:

- Bearbeitung und Überwachung von Kundenaufträgen vom Auftragseingang bis zur termingerechten Auslieferung
- Kompetente Beratung unserer gewerblichen Fachkunden am Telefon oder per E-Mail
- Administrative Aufgaben (u.a. Stammdatenpflege)
- Schnittstelle mit Einkauf, Produktion und Logistik sowie Qualitätsmanagement

Ihr Profil:

- Sicherer Umgang mit dem MS-Office-Paket
- Selbstständiges und gewissenhaftes Arbeiten im Team
- Eigeninitiative und Verantwortungsbewusstsein
- Sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift
- Gute Englischkenntnisse, oder optional weitere Fremdsprachenkenntnisse wären positiv, Grundkenntnisse der englischen Sprache erforderlich.

Wir bieten:

- Eine abwechslungsreiche Tätigkeit mit einem breiten Kundenspektrum sowie Produktportfolio
- Ein angenehmes Betriebsklima mit einem engagierten Team und kurzen Entscheidungswegen

Falls Ihr Interesse geweckt haben, bitten wir um Ihre aussagefähige Bewer- bung mit Angaben Ihrer Verfügbarkeit und Gehaltsvorstellung.

Eine solide und gründliche Einarbeitung wird gewährleistet.

Fa. Hermat Metallwaren B. Porst GmbH
Personalabteilung, Frohnbergstraße 23 – 92256 Hahnbach
Oder per mail an: bewerbung@hermat.de

Stellenangebote

Wir suchen zum nächstmög- lichen Zeitpunkt einen **Bagger- fahrer (m/w/d)**, einen **Radla- derfahrer (m/w/d)** und einen **Dumperfahrer (m/w/d)** im Raum Amberg. Weitere Infos finden Sie unter www.bockundsoehne.de, ☎ 07343-922680

Bürofachkraft in Teilzeit (m/w/d) 25-30 Std./Woche Gesucht von Maschi- nenbau Unternehmen in Weiherham- mer für die eigenständige Bearbeitung allgem. Büroarbeiten wie Auftragsbe- arbeitung und Rechnungsstellung. Be- werbungen bitte an Hr. Bauer unter bauer@bbh.net

Interesse an einem TOP- Nebenver- dienst mit freier Zeiteinteilung auf selbstst. Basis? Wir suchen Sie zur **Befüllung unserer Automaten** in Neuhaus an der Pegnitz mit Umsatzbe- teiligung! job@zoells.de Mehr Infos: www.zoells.de oder 09101 909390

PTA (m/w/d) gesucht zum 01.04. oder später, Teil- oder Vollzeit, über tarifliche Bezahlung. **Johannis Apotheke**, Bahnhofstr. 7, 92637 Weiden, ☎ 0961-5005

Reinigungskraft (m/w/d) ge- sucht, 2x Woche, auf Minijob-Basis gesucht. **Johannis Apotheke**, Bahnhofstr. 7, 92637 Weiden, ☎ 0961 5005

Landwirtschaft: Größerer Ackerbaube- trieb mit Biogasanlage in 92539 sucht **Helfer oder Fahrer (m/w/d)** in Teil- oder Vollzeit mit Führerschein T oder CE. ☎ 0160/93115680

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Amberg-Neumarkt i. d. OPf.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine

Bürokraft (m/w/d)

Amtsverwaltung in Amberg
(Vollzeit, unbefristet, 40 Stunden/Woche Arbeitszeit
Vergütung bis Entgeltgruppe 5 TV-L)

Alle Informationen zur Stelle, Ihren Ansprechpartner und den Bewerbungsverfahren erhalten Sie online unter <https://www.aelf-na.bayern.de>

Bewerben Sie sich bitte vorrangig per E-Mail mit Angabe der Stellenbezeichnung (Bürokraft Amtsverwaltung) und den üblichen Unterlagen bis spätestens **14.02.2026** unter bewerbung@aelf-na.bayern.de.

Zahnarztpraxis Dr. med. dent

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

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

Zahnmedizinische/n Fachangestellte/n (m/w/d).

Gerne auch Berufswiedereinsteiger
Gehalt nach Tätigkeitsgruppe 5

Ihr Kontakt für Ihre Stellenanzeigen

Sie suchen Mitarbeiter und/oder Fachkräfte?

Ihre Service-E-Mail-Adresse und Service-Telefonnummer für Stellenanzeigen:

stellen@oberpfalzmedien.de

0961/85-330

Chemielaborant (m/w/d)

NABU OBERFLÄCHENTECHNIK

CHEMIE IST DEIN FACH? DANN KOMM IN UNSER TEAM.

Dein Job. Auch in Teilzeit möglich.

Interesse? Dann freuen wir uns auf Deinen Lebenslauf mit Kontaktdaten. Sende diesen an bewerbung@nabu-stulln.de

NABU-Oberflächentechnik GmbH | Werksweg 2 | 92551 Stulln
office@nabu-stulln.de | www.nabu-stulln.de

Die Stadt Burglengenfeld besetzt zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine Schlüsselposition der Verwaltung

Stadtbaumeister (m/w/d)
mit künftiger Leitung des Stadtbauamts

Weitere Informationen unter www.burglengenfeld.de

Die Große Kreisstadt Selb sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen **Architekten / Stadtplaner (m/w/d)**

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