

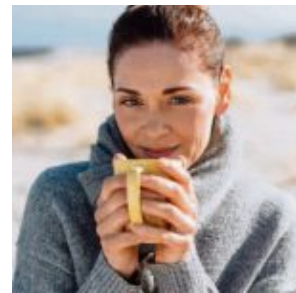


Rezept der Woche
OWZ-Küchenchef Michael Schiffer
bereitet ein Kaninchengulasch zu. Mit
Zutaten für eine süßsauerliche Note.

► Seite 3

Rezept zum Glück
In der Ruhe liegt die Kraft, sagt ein altes
Sprichwort. Die OWZ-Glücksexpertin
erklärt, warum das so ist.

► Seite 4



Gerichte für die Fastenzeit

Von Aschermittwoch bis
Ostern ist Fastenzeit.
Traditionell verzichten
Christen dann auf Fleisch.
Kartoffeln wurden in
diesen Wochen viel
gegessen. Rezept-Tipps
und Historisches.

► Seite 2

Symbolbild: Printemps – stock.adobe.com



Seniorenprogramm im Klinikum: Umgang mit Schmerz

Weiden. Die Eigenkompetenz
des Patienten im Umgang
mit der Schmerzerkrankung
fördern und Hilfe zur Selbst-
hilfe bieten – darum geht es
beim Seniorenprogramm an
der Schmerztagesklinik am
Klinikum Weiden. Zielgruppe
sind dabei ältere Schmerzpa-
tienten mit schmerz- und
krankheitsbedingten Ein-

schränkungen, für die ein
mehrwöchiges werktägliches
Intensivprogramm körper-
lich zu belastend wäre. Daher
erfolgt die multimodale Be-
handlung über einen Zeit-
raum von zwölf Wochen je-
weils am Dienstag (9.30 bis
16 Uhr) und am Donnerstag
(8.45 bis 13.30 Uhr) durch
Therapeuten nach einem fes-

ten Stundenplan mit Einzel-
und Gruppentherapieele-
menten. Auch hier liegt der
Schwerpunkt auf geistig und
körperlich aktivierenden
Maßnahmen. Die Erarbei-
tung von individuellen
Heimprogrammen ist ein
wichtiger Bestandteil. Das
Programm beginnt am 15.
September. Eine Anmeldung

zur ausführlichen Erstvor-
stellung mit Anamnese und
Untersuchung ist bereits
jetzt täglich zwischen 8 und
16 Uhr (freitags 8 bis 14 Uhr)
im Sekretariat der Schmerz-
tagesklinik unter Telefon
0961/303-13242 möglich, um
bei entsprechender Eignung
die Teilnahme am Programm
zu vereinbaren.

**BESTATTUNGSINSTITUT
SCHNEIDER**
92637 WEIDEN, SINTZELSTRASSE 12
Telefon 0961/670280 · Fax 61959
Mobil 0171/2128552

**FEUCHTE HÄUSER?
NASSE KELLER?
SCHIMMEL?**
Wir helfen – kompetent und zuverlässig.
Dauerhafte Schimmelbeseitigung und Mauertrockenlegung
mit VEINAL-System seit über 15 Jahren.

FENSEL AU 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

Demenz
Forschung braucht
Ihre Hilfe!
www.breuerstiftung.de

Hans und Ilse
**Breuer
Stiftung**
ALZHEIMER
FORSCHUNG UND HILFE

Goldankauf bei Argento
fair, sicher, zum Höchstpreis
Amberg, Lederergasse 3
Weiden, Wörthstraße 3

J & M GLÜCK
Fenster - Haustüren
Rollläden
Überdachungen
Sonnenschutz
Insektenschutz
Markisen
Rollo Motoren

ALLE REPARATUREN
(auch Fremdfabrikate)

Fohlenweg 1, 92637 Weiden - Tel. 0961 - 3989483

Schmitz Bestellungen
Weiden & Grafenwöhr
☎ 0961 35 0 35

Sonnenschutz
für Ihre Fenster & Türen
Lamellenvorhänge • Plissees • Jalousien

JETZT AKTIONSPREISE!

Sindy Möbel-Markt GmbH
Joseph-Haas-Str. 23
92637 Weiden West
Tel. 0961/67035-0

**SINDERSBERGER
sindy
WOHNTExTIL**

**ADAM
ZAUNBAU**

**Zaun- & Toranlagen seit
über 40 Jahren!**

Weiden i.d. Opf. 0961/ 401 80 822
www.zaunbau-adam.de

**Viel mehr als ein
Stück Papier**
Gutes tun mit Ihrem
Testament!

**Jetzt
informieren:**
johanniter.de/
testament

JOHANNITER

Foto: Jörg Farys

Bestatter-Meisterbetrieb
BESTATTUNG BAUER
92637 Weiden - Zur Centralwerkstätte 20 · Tel (0961) 3 40 50

HÖHBAUER Fenster öffnen Welten.

TAG DER OFFENEN TÜR
14.-15. März 2026
jeweils von 10-17 Uhr

**Durchblick für
dein Bauprojekt**

Alle Infos unter:
HÖHBAUER GmbH
Kohlberger Str. 2
92706 Luhe-Wildenau
(0 96 07) 80-0
www.hoehbauer.com/tidot

**JETZT
NEU!**

**Dein Kaufland-
Prospekt ab
sofort im Innenteil**

OWZ Redaktion:
redowz@oberpfalzmedien.de

www.onetz.de/owz

Fleischlos: Traditionelle Gerichte in der Fastenzeit

Mit dem Aschermittwoch hat sie begonnen, die Fastenzeit. Diese bedeutet vielerorts Verzicht. Traditionell essen viele Christen jetzt weder Fleisch noch trinken sie Alkohol. Früher galt jedoch noch der Satz: „Flüssiges bricht Fasten nicht.“

Von Evi Wagner

Amberg. „Erdäpfel in der Fröh, mittags in der Bröih, omnds in da Heit, Erdäpfel für alle Zeit“, so wird in einem alten Regensburger Heimatbuch die Eintönigkeit der Fastenküche beschrieben. In früheren Zeiten wurde noch sehr oft streng gefastet – vor allen kirchlichen Hochfesten. Es gab das Oster- und Pfingstfasten, das Dankfasten im Herbst und das Adventsfasten. Dazu kamen dann noch einzelne Fasttage wie vor Allerheiligen oder Christi Himmelfahrt.

Zumindest eine Fastenzeit hat sich bis heute erhalten: das Osterfasten, das am Aschermittwoch beginnt. Noch bis ins frühe 20. Jahrhundert hinein erlaubten die strengen Fastengebote in dieser Zeit keinerlei Fleischspeisen. Im Mittelalter waren



Für die Fastenzeit gibt es viele Rezepte.

sogar noch die Laktizien, also Milch, Käse, Butter und Eier, die als „flüssiges Fleisch“ galten, verboten.

Wer es sich leisten konnte, versuchte schon immer, die

strengen Fastengebote durch besonders schmackhafte Fastenspeisen zu umgehen. Und so musste trotz fleischlicher Enthaltensamkeit nicht auf Gaumenfreuden verzichtet

werden. Es kamen zum Beispiel verschiedene Mehlspeisen auf den Tisch. Und natürlich Fisch – in der Oberpfalz war das meistens der Karpfen. Nicht zu vergessen das süffige Starkbier, das von den Mönchen in den Klöstern gebraut wurde.

Verschiedene Kochbücher, die sich ausschließlich mit Fastenspeisen beschäftigten, sind bis heute erhalten. Die Regensburger Pfarrersköchin Anna Huber beschreibt in ihrem Kochbuch „Die vollständige Fastenküche – praktische Anleitungen zur Zubereitung von 364 Fastenspeisen“ aus dem Jahr 1870 allein fast 50 verschiedene Fastensuppen.

„Früher standen in dieser Zeit vor allem einfache Speisen auf dem Speisezettel“, erklärt auch Martha Wein, Beraterin für Bildungsfragen in der Hauswirtschaft beim Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Amberg-Neumarkt. „Kartoffeln und Mehl dienten als Basis. Aus dem Vorrat verwendete man Schmalz, Zwiebel und Wurzelgemüse. Einfache Suppen kamen auf den Tisch – zum Beispiel die Brennsuppe“, sagt sie.

„Etwas aufwendiger und nahrhafter wurde die aufgeschmolzene Kartoffelsuppe zubereitet. Mit den ersten wärmeren Tagen ließen sich wieder die ersten grünen Kräuter im Garten entdecken – etwa Schnittlauch und Brennessel. Die mineralstoff- und vitaminhaltigen Blättchen wurden gerne als Zutat und Aromaträger verwendet. Sie kommen auch heute zum Beispiel als Brennesselsuppe gerne auf den Tisch.“

■ Brennsuppe (für 4 Personen)

- › 50 Gramm Schmalz
- › 100 Gramm Mehl
- › eine Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten
- › 1 Liter Wasser
- › Salz



Die Brennsuppe basiert auf einer dunklen Einbrenne aus Schmalz, Mehl und Zwiebel.

Bild: sharafizdushanbe – stock.adobe.com



Die Kartoffelsuppe gehört zu den typischen Fastengerichten.

Bild: oxie99 – stock.adobbe.com



Die Brennesselsuppe kann auch mit Sahne verfeinert werden.

Bild: ArTo – stock.adobe.com

› Pfeffer

› ein Esslöffel Liebstöckelkraut oder Petersilie

Zubereitung: Aus Schmalz, Mehl und Zwiebel eine dunkle Einbrenne herstellen. Mit Wasser aufgießen und 20 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer und den Kräutern würzen und mit einer Scheibe Brot servieren.

■ Aufgeschmolzene Kartoffelsuppe (für 4 Personen)

- › 500 Gramm Kartoffeln
- › 2 gelbe Rüben
- › 1 Viertel einer Sellerieknolle
- › 1 große Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten
- › 2 Esslöffel Öl
- › 1,3 Liter Wasser
- › Salz
- › Pfeffer

› 1 Esslöffel Liebstöckelkraut

› Majoran

Zubereitung: Kartoffeln, gelbe Rüben und Sellerie putzen und in kleine Würfel schneiden. Das Gemüse in wenig Öl glasig andünsten und mit Wasser aufgießen. Salz und Pfeffer zugeben und die Suppe

pe 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Zwiebel in einer Pfanne goldgelb rösten. Dann Kartoffeln in der Suppe mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken und Majoran zugeben. Die gerösteten Zwiebeln heiß zur Suppe geben und die Suppe mit Majoran bestreuen.

■ Brennesselsuppe (für 4 Personen)

- › 250 Gramm junge, zarte Brennesselblätter
- › 1 mittelgroße Zwiebel, in kleine Würfel geschnitten
- › 2 Esslöffel Butter oder Öl
- › 1 Esslöffel Mehl
- › 0,75 Liter Wasser
- › Salz
- › Pfeffer
- › Muskatnuss
- › nach Belieben 50 Milliliter Sahne

Zubereitung: Zwiebel im Fett glasig dünsten. Brennesselblätter zugeben, diese kurz mit dünsten. Mit Mehl bestäuben, mit Wasser oder Gemüsebrühe aufgießen. Zehn Minuten köcheln lassen. Die Suppe mixen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach Belieben mit Sahne abrunden.



NISSAN

Wie neu. Aber günstiger

QASHQAI ACENTA

1.3 DIG-T Mild-Hybrid 6MT
4x2, 103 kW (140 PS), Benzin

Ab € 27.490,-*
UVP: € 37.390,-

- Einparkhilfe hinten & Rückfahrkamera
- Schlüssellostes Zugangs- & Startsystem
- Beheizbare Vordersitze & beheizbares Lenkrad
- Querverkehrswarner & Toterwinkelassistent
- 17-Zoll Räder mit Leichtmetallfelgen

Jetzt bis zu **€ 15.229,- sparen.***

NISSAN QASHQAI ACENTA 1.3 DIG-T Mild-Hybrid 6MT 4x2, 103 kW (140 PS), Benzin: Energieverbrauch kombiniert: 6,3 (l/100 km); CO₂-Emissionen kombiniert: 142 (g/km); CO₂-Klasse: E.

*Der Preis gilt für eine Tageszulassung.

*Gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung (UVP) eines nicht zugelassenen Neufahrzeugs mit abweichender Motorisierung und Ausstattung. Alle Angebote gelten nur solange der Vorrat reicht. Abb. zeigt Sonderausstattung. Zwischenverkauf vorbehalten. Symbolbild.

SONNLEITNER 
100% AUTO
Sonnleitner Germany GmbH

92637 Weiden
Am Forst 12
Tel. 0961/38941-0

4x in Deutschland!
Ihr Nissan Partner
in der Region
sonnleitner-auto.com



Kaninchengulasch süßsauer

Das Kaninchengulasch wird von OWZ-Küchenchef Michael Schiffer in einer Weißwein-Orangen-Soße gegart. Das süßsauerliche Aroma wird mit Obstessig und einer Prise Zucker unterstützt.

Zubereitung: Das küchenfertige Kaninchengulasch waschen sowie mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen und das Fleisch darin unter ständigem Rühren braten. Den Weißwein angießen, den



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



Das Kaninchengulasch wird mit Obstessig, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und einer Prise Zucker süßsauerlich abgeschmeckt.

Bild: Michael Schiffer

Rosmarin und den Thymian dazugeben. Den Saft von zwei Orangen dazugeben, und das Kaninchen in der Weißweinsoße in 60 bis 70 Minuten gar schmoren.

In der Zwischenzeit die Lauchzwiebeln putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. 30 Minuten vor Garende zum Fleisch geben. Die Äpfel schälen, entkernen und in Schnitze schnei-

den. Mit Zitronensaft beträufeln und 20 Minuten vor Garende zum Fleisch geben. Nach Ende der Garzeit das Kaninchengulasch mit Obstessig, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und einer Prise Zu-

ZUTATEN

Kaninchengulasch süßsauer

Rezept für vier Personen.

- 1 Kilogramm Kaninchengulasch
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 bis 2 Esslöffel Butterschmalz
- 1 Flasche Weißwein
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- Saft von 2 Orangen
- 400 Gramm Lauchzwiebeln
- 4 süßsauerliche Äpfel
- Saft von 1 Zitrone
- einige Tropfen Obstessig
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 1 Prise Zucker

cker süßsauerlich abschmecken. Anrichten, ausgarnieren und servieren. (dmsi)

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

TIPPS & CO.

Bauernbrot

Bauernbrot zählt zu den beliebtesten Brotsorten. In den Leitsätzen für Brot und Kleingebäck ist genau definiert, was darunter zu verstehen ist: ein meist runder Brotlaib, der ohne Backform direkt im Ofen gebacken wird und eine bemehlte, oft rissige Kruste besitzt. Typisch ist das rustikale Erscheinungsbild und das kräftige Aroma. Der Geschmack entsteht unter anderem durch den Sauerteiganteil. „Bei Bauernbrot mit einem Roggenanteil von über 20 Prozent muss die zugesetzte Säuremenge zu mindestens zwei Dritteln aus Sauerteig stammen“, sagt Sabine Hülsmann, Ernährungsexpertin bei der Verbraucherzentrale Bayern. Wie fein oder grob das Mehl gemahlen ist, schreiben die Leitsätze nicht vor. Die genaue Zusammensetzung hängt von der jeweiligen Rezeptur des Herstellers ab. Werden Vollkornmehle verwendet, ist das in der Regel in der Bezeichnung erkennbar – etwa als „Vollkorn-Bauernbrot“. Wer den Anteil von Vollkorn oder Sauerteig genauer wissen möchte, sollte beim Bäcker nachfragen. Viele handwerkliche Betriebe geben die Zusammensetzung gerne an. (exb)

Arthrose im Knie?

Dieser Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplexen 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!

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.¹ Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel bei Arthrose angreifen.² 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.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Arthro

(PZN 15617516)

www.rubaxx.de

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!

Jetzt in Vorteilsgröße 100 ml



RubaXX®

¹Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • ²Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Immer mit der Ruhe

Oft fällt es uns alles andere als leicht, gelassen zu bleiben. Wir regen uns auf, machen Stress und dramatisieren. Und meist merken wir erst später, wie unnötig das Ganze war. Die gute Nachricht ist: Wir können lernen, Ruhe zu bewahren.

„Geht’s eigentlich noch?“ „Bist du eigentlich total bescheuert?“ „So nicht!“ „Das darf doch alles nicht wahr sein!“ „Tickst du noch ganz richtig?“ Es gibt viele Situationen, in denen wir uns aufregen, ausflippen, andere beschimpfen, wütend, frustriert oder zutiefst enttäuscht sind. Ob es um den Chef geht, von dem wir uns wieder einmal ungerecht behandelt fühlen, den Partner, der uns wieder mal überhaupt nicht zu verstehen scheint, den Verkehrsüberwacher, der uns einen Strafzettel ausgestellt hat, den unverschämten Kollegen im Büro, die frechen Gören auf der Straße oder die Einschränkungen, die wir wieder einmal hinnehmen müssen.

Und in diesen Situationen sagen wir dann schnell mal Dinge, die wir eigentlich gar nicht so meinen, und han-



Wie schon ein altes Sprichwort so treffend sagt: In der Ruhe liegt die Kraft.
Symbolbild: contrastwerkstatt – stock.adobe.com

deln uns so nur noch jede Menge weiteren Ärger und unnötigen Streit ein. Das permanente Aufregen schadet nicht nur unserer Laune, sondern auch unserer Gesundheit. In der Ruhe liegt die Kraft, heißt es nicht umsonst so treffend. Wenn wir gelassen bleiben, können wir nicht nur Konflikte viel leichter lösen, sondern auch viel mehr glückliche Momente im Leben genießen.

Doch das ist oft leichter gesagt als getan. Vor allem dann, wenn zur Wut und zum Ärger noch die Angst kommt. Gerade in Zeiten wie diesen, in denen sich viele von uns Sorgen um die Zukunft machen, liegen nicht selten unsere Nerven blank. Doch es gibt eine gute Nachricht: Gelassenheit kann man tatsächlich lernen. „Die meisten machen bestimmte Ereignis-

se und Menschen für ihren Stress verantwortlich“, erklärt Autor und Coach Thomas Hohensee, der unter anderem die Bücher „Gelassenheit beginnt im Kopf“ und „100x gelassener“ geschrieben hat. „Dabei übersehen sie, dass erst die Art und Weise, wie sie über diese Dinge denken, ihnen zu schaffen macht. Stress entsteht im Kopf, genau wie Gelassenheit. Wir fühlen und handeln so, wie wir denken.“

Laut Hohensee macht es Sinn, immer wieder die Beobachterposition einzunehmen. Nur indem wir einen Schritt zurücktreten und uns fragen: „Was tue ich da eigentlich?“, „Was denke ich?“ oder „Geht das nicht auch anders?“, entwickeln wir die nötige Bewusstheit. Wir sind dann nicht mehr vom Strudel der Ereignisse mitgerissen, sondern frei. Schon der antike Philosoph Epiktet wusste: „Nicht die Dinge selbst, sondern die Meinungen über dieselben beunruhigen die Menschen.“

Wir fühlen also, wie wir denken. Und dieses Denken können wir tatsächlich lernen. Sicherlich geht das nicht von heute auf morgen, dafür sind viele kleine Schritte nötig. Aber diese lohnen sich, denn es macht nichts glücklicher, als die Ruhe zu bewahren und gelassen zu bleiben. (ewa)

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



Evi Wagner

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

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-STERNSTUNDEN

7. bis 13. März 2026

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

Obwohl viele Worte fallen, könnten Sie sich missverstanden fühlen. Manchmal ist es besser, eine Sache auf sich beruhen zu lassen.

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

Jetzt nur keine falsche Zurückhaltung! Im Gegenteil: Sie dürfen durchaus zeigen, dass Sie auf das, was Sie erreicht haben, sehr stolz sind.

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

Es geht alles voran. Die Gesellschaft eines lieben Menschen versüßt das Leben zusätzlich. Sie haben wirklich keinen Grund zu klagen.

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

In berufliche wie auch private Dinge sollten Sie sich nicht von anderen hineinreden lassen. Es gibt Sachen, die nur Sie entscheiden können.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)

Sie könnten eine Situation verkennen und dadurch ganz genau das Falsche tun. Warten Sie lieber die Entwicklung der Dinge noch ein wenig ab.

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

Erfreuliche Ereignisse zu Hause und unter Freunden häufen sich. Distanzieren Sie sich von Menschen, die ganz und gar nicht zu Ihnen passen.

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

Jetzt alle verfügbaren Kräfte ins Berufsleben investieren. Nur keine Zeit an Träumereien und Müßiggang verschwenden.

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

Ihre körperliche Leistungsfähigkeit unterstützt Sie jetzt dabei, ein Ziel ohne Umschweife anzupfeilen. Hören Sie nicht auf Klatsch.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)

Eine Idee wird an Sie herangetragen, die Ihnen reizvoll erscheint. Einen Anfangserfolg werden Sie schon bald verbuchen können.

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

Sie vermögen sich nun einen Vorsprung zu sichern, den Sie auch brauchen, um Ihre Ziele zu erreichen. Günstige Zeit für künstlerische Aktivitäten.

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

Verlässlich wie ein Schweizer Uhrwerk stehen Sie einem Freund zur Seite. Sie spüren eben ganz genau, wann und wo Ihre Hilfe gebraucht wird.

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

Auf dem Arbeitssektor dürfen sich einige Schwierigkeiten ergeben. Nicht jeder ist von Ihren Ideen sofort überzeugt. Verhaltene Reaktionen folgen.

NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110	Notruf für Frauen und Mädchen (SkF)	09621/22200
Feuerwehr	112	Frauenhaus Burglengenfeld	09471/7131
Notarzt/Rettungsdienst	112	Frauenhaus Weiden	0961/3893170
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Frauenhaus Amberg	09621/487272
Giftnotruf	089/19240	Kartensperr-Notruf	116116
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923	ADAC-Pannenhilfe	
Telefonseelsorge	0800/1110111	Festnetz:	0180/2222222
Kinder-/Jugendtelefon	0800/0066737	Handy:	222222
Donum Vitae	0800/343434	ACE (Autoclub Europa)	
Weißer Ring	0800/1110550	Pannenhilfe	0711/530343536

OWZ-REDAKTION UND VERTEILUNG

OWZ-Zentralredaktion:	OWZ-Verteilung:
Telefon: 0961/85-480	Telefon: 0961/85-501
Fax: 0961/85-555-323	Anzeigen-Service:
E-Mail: redowz@oberpfalzmedien.de	Telefon: 0961/85-502
	09621/306-130

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



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!



Ganz bequem online bestellen unter:
onetz.de/jubiläum-abo



Oder telefonisch bestellen unter:
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.

IMPRESSUM

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

OWZ

Oberpfälzer Wochenzeitung

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

Falls Sie diese Zeitung nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen 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.



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

Hübsches Kommunionkleid, Gr. 146, m. Jäckchen, pass. Zubehör u. Schuhe (Gr. 36), u. **Kommunionanzug**, Gr. 158, dunkelblau, zu verk. ☎ 0961/27700

Brennstoffe

Brennholz gespalten
in 1 m, 50 cm, 33 cm, 25 cm, abholbar od. Lieferung gegen Aufpreis möglich, von privat, Raum Sulzbach-Rosenberg, zu verkaufen. ☎ 0172/6400976

Erle, 1 m gespalten, 1 Ster 80,- €, ofenfertig gesägt, 95,- €, geeignet zum Grillen oder Räuchern. ☎ 0151/16211224

Einrichtung/Haushalt

Wohnungsauflösung am Sa. 7.3.26 in Amberg, Rolf-Benz-Couch, 2er Kunstleder-couch, 3fach drehbarer Couch-tisch, Fernseher 55", Kaffeemaschine, Fernsehsessel, Bilder, Geschirr usw. ☎ 0171/2834975

Moderne Polstergarnitur Comfort, L-Form, ca. 2,90 x 2,20 m, Höhe ca. 85 cm, Bezug onyx-darkgrey, Federkern, Füße Eiche, sehr gepf., wenig benutzt, NP 1.400,-, VB 350,- ☎ 0160/8541118

Haushaltsauflösung in Weiden: große Küche, Wohnzimmer (Tisch, Couch 3 + 2, Hocker), Schlafzimmer (Doppelbett, gr. Schrank, uvm.), gr. Bad, alles gut erhalten. ☎ 0151/28562325

Kinderbett, komplett, neuwertig, 1,40 x 0,70 m, m. 4 Garnituren Bettwäsche, Preis VB. ☎ 09628/705

Couch, 1,80 m, Federkern, königsblau Velours, sehr gt. Zustand, 75,- €, bei Selbstabhol. in Amberg. ☎ 0173/8941339

Flohmärkte/Basare

Möbel/Kinders./Deko uvm. Samstag 7.3.2026 von 10 bis 17 Uhr, Mühlratstr. 11, Moosbach, OT Burgtreswitz. ☎ 0151/65787371

Kaufgesuche

Kaufe Metalle

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

Wer hat Jagdtrophäen, Geweihe, Gehörne, Hirschabwürfe, präp. Tiere, usw. abzugeben? Auch kpl. Jagd/Sammelungsbestand. ☎ 09975/1068

Suche Jagdgewehr, Blaser, R8, Kaliber. 308 oder größer, Erwerbslaubnis vorhanden, ☎ 0170/9270940

Suche alte Scheunenbretter. ☎ 09627/797

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

Suche gut erhaltene Landhausküche ☎ 0157/31651371

Musikinstrumente

Akkordeon von Hohner Concerto IV – günstig zu verk. ☎ 0160/93209342

Nähmaschinen

Rimoldi Industrie Overlock Maschine, 5-fädig, Modell B 29.7, voll funktionsf., **Industrie Nähmaschine Dürkopp** 243-1555, auch für Leder + Plane, Mas-siv mit Tisch, beide generalüberholt, VB. ☎ 09633/2126

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

Onetz.de
Newsletter

onetz.de/newsletter

Viel mehr als ein
Stück Papier

Gutes tun mit Ihrem Testament!



Jetzt informieren:
johanniter.de/testament



JOHANNITER



Foto: Jörg Farys

oberpfalz medien

Sparen Sie

mit unserer Vorteilscard
-50% auf die „Nette Rubrik“



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

OWZ
spezial

GARTEN & LANDSCHAFTSPFLEGE



Den neuen Garten mit dem Fachmann planen

Partner aus dem Garten- und Landschaftsbau unterstützen Sie



Selbst Hand anlegen bei der Gartenarbeit macht Spaß und wirkt entspannend. Wer allerdings eine umfassende Neugestaltung plant, sollte mit dem Fachmann reden. Bild: ronstik - stock.adobe.com

Ein neuer Garten ist ein spannendes Projekt – doch wer die richtigen Partner an seiner Seite hat, spart Zeit, Nerven und am Ende oft auch Geld. Ob Sie einen pflegeleichten Familiengarten, eine üppige Blumen-oase oder ein modernes Outdoor-Wohnzimmer gestalten möchten: Fachleute aus dem Garten- und Landschaftsbau bringen Exper-

tise, Kreativität und handwerkliches Können mit. Doch wer sind die wichtigsten Ansprechpartner, und was können sie konkret beitragen?

Allrounder für Umsetzung

Garten- und Landschaftsbaubetriebe sind die zentralen Ansprechpartner, wenn es um die praktische Umsetzung geht. Sie übernehmen Erdarbeiten, den Bau von Wegen, Terrassen und Teichen, setzen Pflanzen fachgerecht und sorgen für eine professionelle Bewässerung. Viele Betriebe bieten auch 3D-Planungen an, sodass Sie Ihr Grün schon vor dem ersten Spatenstich visualisieren können.

Aus erster Hand

Ohne Pflanzen kein Garten! Baumschulen und Gärtnereien sind die richtigen Adressen, wenn es um die Auswahl von Gehölzen, Stauden und Blumen geht.

Viele bieten nicht nur Verkauf, sondern auch Beratung an: Welche Pflanzen passen zu Ihrem Standort? Welche sind pflegeleicht oder besonders bienenfreundlich? Einige Gärtnereien arbeiten direkt mit Landschaftsbauern zusammen und liefern die Pflanzen sogar pflanzfertig an – ein echter Zeitvorteil.

Technik für Komfort

Ein moderner Garten kommt selten ohne Technik aus. Fachbetriebe für Bewässerungssysteme sorgen dafür, dass Ihr Grün auch in trockenen Phasen optimal versorgt wird – von einfachen

Tropfbewässerungen bis zu smarten Steuerungen per App. Für stimmungsvolle Abendstunden sind Gartenbeleuchtungsspezialisten gefragt: Sie planen und installieren energieeffiziente LED-Systeme, die Sicherheit und Atmosphäre verbinden. (exb/tt)

Garten & Landschaftsbau



Alexander Hofmann Gartenbaumeister
Führweg 3, 92670 Windischeschenbach | ☎ 0173/3715013
☎ 09681/2673 | @ www.kreativ-gartenbau-hofmann.de
✉ gartenbau.hofmann.1@web.de

Pflaster, Steine und Betonbauteile für Garten- und Landschaftsbau



huberSTEIN

www.huberstein.de

Besuchen Sie unsere 1.100 m² große Musterfläche.
Die Musterfläche ist täglich geöffnet.
Industriestraße 5, 92442 Wackersdorf

Freitag / Samstag 20. & 21. März 8:00 - 17:00 Uhr

GARTENMARKT

Frühlings ERWACHEN

Saisonstart • Große Pflanzenauswahl • Angrillen

PFLANZENVERKAUF
MULCHSTOFFE
BRENNHOLZ
DÜNGER
ERDEN
DEKO

Erster inklusiver Gartenmarkt in der Oberpfalz!

Reguläre Öffnungszeiten:
Mo. - Do. 07:00 - 15:30 Uhr
Fr. 07:00 - 14:00 Uhr
Sa. 07:00 - 13:00 Uhr
(April-Mai und September-Oktober)

Eisenhammerstraße 34
92237 Sulzbach-Rosenberg
☎ 09661/ 106 - 107

Jura Grün
der Jura Werkstätten
Amberg-Sulzbach gGmbH

Sehnsucht nach Frühling?
Dann kommen Sie zu unserem Frühlingserwachen!

Die Gartengestalter aus Windischeschenbach



Schinner
Garten- u. Landschaftsbau

Wasser
Erde
Pflanzen
Stein
Zaunbau

Wiesenstraße 8
09681/400578
92670 Windischeschenbach
galabau-schinner@t-online.de
galabau_schinner
Schinner Garten-Landschaftsbau

www.galabau-schinner.de



HACKL
Garten & Landschaftsbau
0174/ 410 78 76

- Baumfällungen
- Problembaumfällungen
- Hecken- und Gehölzschnitt
- Gartenpflege
- Landschaftsbau
- Teichbau und Zaunbau
- Hausmeisterservice / Winterdienst
- Minibagger- und Radladerarbeiten

Problembaumfaellungen@freenet.de

Telefon 09661/8798165
E-Mail: info@hausmeisterservice-hackl.de
Ludwig-Erhard-Straße 2 in 92237 Sulzbach-Rosenberg

ANKAUF/ VERKAUF

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



ntticket.de

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

**Wir beraten Sie gerne und
freuen uns auf Ihren Anruf!**

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/85-553

Verkäufe



Verk. in Amberg Couch, 3 Jahre,
2,63 x 1,8 m, verstellbare Teile,
Preis VB. ☎ 0173/8734004 ab 17 Uhr



Feuerfester Tresor, B 50/T 40/H 40 cm,
näheres unter Ebay Kleinanzeigen
Anz.-ID 3326913112, ☎ 0151/55405453

**Sehr günstig abzugeben und leicht
defekt:** Wäschetrockner, Solarium,
Handtuchheizkörper, hochw. 3-Loch-Ar-
maturen, Armaturen f. Waschbecken
und Badewanne. ☎ 09674/924687

Briefmarkenalben, neu, Stück 5,- €,
Meyers Konversationslexikon, 1893;
21 Bände, Ausgabe 1893;
☎ 0160/3060337

40 Umzugskartons (2 versch. Größen),
1x genutzt, Neuwert 120,- € für 60,- €
abzugeben. ☎ 09681/9189090

Essecke mit Tisch, 2 Stühle, Sitzbank
aufklappbar, VB 420,-€, Dielen Möbel,
VB 150,- € ☎ 0961/21650

Hausschlachtungsgeräte, Tischwurf-
füller, Tischfleischwolf, alles Handbe-
trieb zu verk. ☎ 09631/1523

Kinderautositz, 50 €, Gästebett mit
Lattenrost, Kopfteil verstellbar, 86
x 193 cm, 40 €. ☎ 09644/6153

Verloren/Gefunden

Um Rückgabe der braunen Geldbörse
im Geschäft, in der Georgenstr. in Am-
berg, am Mi. 18. 2. 26 wird gebeten beim
Fundamt oder Postkasten v. Adresse
auf den Dokumenten, vor Videoauswert.

BEKANNT- MACHUNGEN

Bekanntmachungen

*Wo der Himmel
die Erde berührt*
medjugorje
Monatliche Botschaft
vom 25.02.2026
Liebe Kinder! In dieser Zeit
der Gnade rufe ich euch
erneut auf, euer Leben Gott
darzubringen, damit Er euch,
durch eure persönliche Umkehr
zur Auferstehung führt. Meine
lieben Kinder, Gott ist euch nahe
und erhört eure Gebete, aber
ihr seid schläfrig und deshalb
hat Er mich zu euch gesandt,
um euch zu wecken und damit
ihr in Heiligkeit strahlt wie eine
Frühlingsblume. Danke, dass ihr
meinem Ruf gefolgt seid!
(Mit kirchlicher Erlaubnis)
Info: www.medjugorje.de
Tel. 07302/4081

Verschiedenes

Zwei Jäger mit Hund (45 u. 15 Jagdjah-
re) su. Jagdmöglichkeit im Großraum
Steinwald/Erbsdorf/TIR/Markredwitz,
Mispacht oder Pacht möglich. ☎ 0171/
4287701

Dienstleistungen

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

OWZ www.onetz.de/owz
Vertrieb:
Telefon 0961/85-501

RÄUMUNGSVERKAUF

WIR SCHLIESSEN

ALLES REDUZIERT !!!

ALLES
MIND.

BIS
ZU

20%
50%



Marktsontag 15.3. geöffnet von 12.00 - 17.00

ROSE Haushalt · Geschenke
Spielsachen

Unterer Markt 1
92681 Erbsdorf
www.Rose-Erbsdorf.de

MO-Fr 10.00 - 12.00 u. 14.00 - 18.00
SA 10.00 - 12.00

Handwerker

Bauunternehmen, Meisterbetrieb, über-
nimmt Neubau-, Umbau-, Renovie-
rungs-, Maler-, Fliesenleger- u. Boden-
belagsarbeiten, auch kleine Aufträge,
sehr preisgünstig. ☎ 0151/57004087

Vermisste Tiere



Roter Kater in Neukirchen b. Su-Ro,
Nähe Bahnhof, vermisst, vielleicht
in Zug gelockt und andernorts aus-
gesetzt, mit Finderlohn, Hinweise
bitte an ☎ 09663-349

SENIOREN

Seniorenbedarf

SENIOREN-ROLLER
Nova Motors
Modell Bendi Premium-Silber
Preis VB. ☎ 01716293439

HAUSTIERE

Haustiere

Reinrassiger Schäferhund, Rüde,
Stockhaar, 3 J., nur an erfahrene
Personen zu verk., Preis VB.
☎ 0160-96516441

Hundehütte, 1,30 m x 0,65 m, neu, zu
verkaufen ☎ 09604/4919477

Junge Kanarienvögel, gelb und ge-
scheckt, zu verk. ☎ 0151 111 222 58

Alzheimer-Forschung braucht Hilfe!

Unterstützen Sie jetzt die
Hans und Ilse Breuer-Stiftung
in Forschung und Hilfe!

www.breuerstiftung.de



Einmal zahlen –
Inserat zwei Wochen lang
kostenlos wiederholen!
2 - 5 Zeilen für 25,75 €!
Jede weitere Zeile 3,50 €.

Holen Sie Ihre Schätze ans Tageslicht!

Entrümpeln Sie Ihren Keller oder Dachboden
und machen Sie Trödel zu barem Geld.
Verkaufen Sie Ihre ungenutzten Gegenstände
im Kleinanzeigenmarkt der Tageszeitung
und der OWZ.

Gültig für private Kleinanzeigen, z. B. unter folgenden Rubriken:

- » Alles fürs Kind
- » Bekleidung
- » Bücher/Filme/DVD's
- » Computer/EDV-Zubehör
- » Einrichtung/Haushalt
- » Foto/Optik
- » Gartengeräte/-bedarf
- » Heimwerkergeräte
- » HiFi/TV/Video
- » Kaufgesuche
- » Musik/CD's
- » Musikinstrumente
- » Pflanzen
- » Räder/Bikes
- » Schmuck/Uhren
- » Smartphones/Handys
- » Spielwaren
- » Sport/Freizeit/Hobby
- » Tickets
- » Verkäufe
- » Verloren/Gefunden
- » Wassersport
- » Wer verschenkt?
- » Wintersport
- » Vermisste Tiere

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



Wohnen & Leben

Immobilienverkauf

Immobilienverkauf

Mehrfamilienhäuser

Gut eingeführter gastronomischer Betrieb in der nördl. Oberpfalz mit Wohnhaus, Grün- u. Freischankflächen, eingebettet in die örtl. Infrastruktur, zu verk. od. zu verp. Zuschr. Nr. W49421Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

www.ofen-goetz.de

Immobilienverkauf

1-2-Familien-Häuser

EINFAMILIENHAUS MIT MODERNISIERTEN AUSSTATTUNGSDetails UND GROSSZÜGIGEM GRUNDSTÜCK!
ca. 144,00 m² Wohnfl., ca. 761,00 m² Grundst., Bj. 1955, EBA, 245,36 kWh/(m²*a), Gas, G, Obj.-Nr. 4539
Kaufpreis 189.000 €
☎ 0961 84-791
a.krapf@city-immobilienmarkt.de

KURZFRISTIG BEZIEHBAR, GEPFLEGT UND GROSSZÜGIG EINFAMILIENHAUS IN KAILING BEI VOHENSTRAUSS!
ca. 150,00 m² Wohnfl., ca. 1.063,00 m² Grundst., Bj. 1994, EBA, 191,1 kWh/(m²*a), Öl, F, Obj.-Nr. 4479
Kaufpreis 395.000 €
☎ 0961 84-253
c.eichermueller@city-immobilienmarkt.de

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

Amberg/Eisberg: Architektenhaus mit Einliegerwhg., (m. Balkon), Bj. 72, teilrenov. 2001, unterkellert, m. Garten, Doppelgarage, Eck-Grundstück, 780 m² Grund, 138 m² + 100 m² Wfl.
☎ 09621/603369

2-Fam.-Reiheneckhaus, Nähe Innenstadt Sulzbach-Rosenberg, Bj. 1961, ges. Wfl. 160 m², mit Garten, renovierungsbed., von Privat zu verk., ☎ 0157/84479587

Immobilienverkauf

Doppel-/Reihenhäuser

REIHENMITTELHAUS MIT GARAGE, WINTERGARTEN UND FREISCHWIMMBECKEN AM MERKLSTEIG ZU VERKAUFEN!
ca. 118,00 m² Wohnfl., ca. 592,00 m² Grundst., Bj. 1965, EBA, 167,3 kWh/(m²*a), Öl, F, Obj.-Nr. 4489
Kaufpreis 370.000 €
a.meral@city-immobilienmarkt.de
☎ 0961 84-264

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

oberpfalz medien
Anzeigen-Service
0961/85-502

WIR BIETEN IN MANTEL EIN KERN-SANIERTES MEHRFAMILIENHAUS MIT HOCHWERTIGER AUSSTATTUNG!
ca. 262,00 m² Wohnfl., ca. 605,00 m² Grundst., Bj. 1910, EBA, 28,7 kWh/(m²*a), Strom-Mix, A+, Obj.-Nr. 4502
Kaufpreis 1.000.000 €
a.burkhard@city-immobilienmarkt.de
☎ 0961 84-390

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

Immobilienverkauf

Gewerbliche Objekte

WOHN- UND GESCHÄFTSHAUS IM HERZEN DER KREISSTADT NEUSTADT A. D. WALDNAAB
ca. 140,00 m² Wohnfl., ca. 349,00 m² Grundst., Bj. 1920, EBA, Gas, G, Obj.-Nr. 4260
Kaufpreis 329.000 €
n.ruf@city-immobilienmarkt.de
☎ 09651 505531

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

Immobilienverkauf

App-/1-Zi.-Eigentumswgh.

KAPITAL ANLEGEN, ABER RICHTIG! GEMÜTLICHES 1-ZI. APARTMENT MIT LOGGIA IN WEIDEN-OST ZU VERKAUFEN!
ca. 35,00 m² Wohnfl., Bj. 1972, EVA, 238,49 kWh/(m²*a), Gas, G, Obj.-Nr. 4403
Kaufpreis 95.000 €
a.meral@city-immobilienmarkt.de
☎ 0961 84-264

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

Immobilienverkauf

2-Zi.-Eigentumswgh.

WERDEN SIE VERMIETER! NEUWERTIGE BARRIEREFREIE EIGENTUMSWOHNUNG IN KLEINER WOHNANLAGE
ca. 55,00 m² Wohnfl., Bj. 2020, EBA, 43,7 kWh/(m²*a), Gas, A, Obj.-Nr. 4366
Kaufpreis 259.000 €
n.ruf@city-immobilienmarkt.de
☎ 09651 505531

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

SuRo: Helle 2 Zimmer, Küche mit EBK, Bad mit Wanne, 60 m², Pelletofen, Keller- und Dachbodenabteil, kleine Garage, Gartennutzung möglich, aktuell leersteh., VB 140000,-€ ☎ 0173/8643649

ETW, AM, 2 Zi, Kü, Bad, Balkon, 59 m², 3. OG, 145.000 €. Garage optional, Kontakt: hauer-22@web.de

Immobilienverkauf

3-Zi.-Eigentumswgh.

Amberg/Dreifaltigkeit: ETW 3,5 Zi, 85m² renovierungsbedürftig, Balkon, mit Aufzug, 6. Stock, VB 169.000 €, ☎ 0179/4619516

Immobilienverkauf

4-Zi.-Eigentumswgh. u. größer

WEN Ost/Stadtnähe: attraktive, helle 4 Zi.-ETW, 84 m², mit Balkon und Aufzug, TG Stellplatz, sofort bezugsfertig, VP 228.000,- €; Zuschr. Nr. W49422A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

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

TRAUMGRUNDSTÜCK MIT ABRISSE-OBJEKT IN SONNIGER SÜDLAGE – IHR NEUES ZUHAUSE WARTET!
ca. 994,00 m² Grundst., Obj.-Nr. 4556
Kaufpreis 220.000 €
a.krapf@city-immobilienmarkt.de
☎ 0961 84-791

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

Bauplatz in der Gemeinde Schmidgaden, OT: Trisching zu verkaufen. Voll erschl., kein Bauzwang. Näheres unter: Zuschr. Nr. AZ49430Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Waldgrundstück (Nähe Luhe), schlagbar, VB, zu verkaufen. ☎ 0151/41230968

Waldgrundstück, 1,83 ha, Gemeinde Stadlern, zu verk. ☎ 0160/2621202

Immobilienverkauf

Immobilienankauf

Wohnung, Haus, Reihenhaushaus od. Doppelhaus in Amberg/Innenstadt zu kaufen gesucht. Bitte alles anbieten. Zuschr. Nr. W49412Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Einfamilienhaus gesucht Suche Haus in Weiden und Umgebung, bevorzugt Schirmitz, Pirk, Neunkirchen, Rothenstadt. Bj. ab 1970, gerne auch neuwertiger. Tel. 0175/3827297

Solventes Ehepaar sucht Haus oder Wohnung in der Oberpfalz zum Kauf! Nur neuwertig bzw. energetisch saniert, unkomplizierte und seriöse Abwicklung, bitte alles anbieten! ☎ 0170/1193001

Kleine dreiköpfige Familie sucht Haus (nicht renovierungsbedürftig) oder **Baugrundstück** (ab 400 m²) in Amberg und 15 km Umkreis zum Kauf. ☎ 0172 190 20 31

Privater Ankauf von Mehrfamilienhäusern oder Wohnungen in Amberg, Finanzierung vorhanden, bitte alles anbieten. ☎ 0156/79114507

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

Immobilienverkauf

1-2-Familien-Häuser

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

Kleine Familie sucht Haus/Bungalow in Wernberg-Köblitz oder Umgebung zum Kauf. Sanierung/Umbau durchaus gewünscht. ☎ 0151/17365012 Rückruf garantiert, da wegen Berufstätigkeit ggf. nicht direkt erreichbar

Suchen Haus z. Kauf Altstadt W/N Liebe Altensiedler, eine tolle Familie su. ein Haus zum Kauf, max. kl. Renovierungsarb. in Altstadt W/N. Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung ☎ 0151/70020475

Dringend! 2-Fam.-Haus in Weiden zu kaufen gesucht, auch mit großer und kleiner Wohnung. ☎ 0151/61402357

Immobilienverkauf

3-Zi.-Eigentumswgh.

Su, 3-Zi.-ETW in Pressath (od. 10 km Umgebung), mögl. EG, evtl. m. Balkon od. Terrasse. ☎ 0151/44532204

Immobilienverkauf

Grundstücke

Gartengrundstück gesucht Suche in und um Weiden ein eingezäuntes Gartengrundstück mit Obstbäumen zum Kauf. ☎ 0151-15376414

Vermietungen

Vermietungen

Büro-/Ausstellungs- und Lager-räume, insgesamt ca. 400 qm, z.T. auch als Wohnung nutzbar, ggf. auch Teilflächen möglich, Parkplätze/Stellflächen vorhanden, verkehrsgünstig gelegen, in **Weiden – Nähe Waldfriedhof zu vermieten** Tel. 0170 3459291

WEN-Frauenrichter Dorfplatz 1: EG-Wohnung, 86m², Wohnkü., (EBK), Wohnz., Schlafz., Bad, KZ/Büro, Abstellr. + sep. Stauraum, sep. WC, Möbel können übernommen werden, Gartennutzung, Parken im Hof bzw. Carport, Ölheizung, KM VB € 1200,-. ☎ 0160/91066140 oder E-Mail: gm.frank@t-online.de

Bis zu 100 % Rabatt

... wenn Sie hier Ihre **Immobilie** verkaufen.

Wir sagen Ihnen wie!

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

Aktion nur gültig für Privatkunden.

Vermietungen

2-Zi.-Wohnungen

Mietgesuche

1-2-Familien-Häuser

Kümmersbruck, 2-Zim-Whg., 72 m² Erdgeschoss, Barrierefrei, EBK, Terrasse, Kellerabteil, TG-Stellplatz, Aufzug ab 1.06.2026 zu vermieten ☎ 01712295175

Windischeschenbach, 2 Zi.-DG-Whg., Kü., Bad, 80 m², gr. helles Wohnz., gr. Terr. gemeins. Benutzung, KM 420,- € + NK + 2 Mon. Kauton, keine Haustiere. ☎ 09681/400500

Windischeschenbach, 2 Zi.-DG-Whg., Kü., Bad, 80 m², gr. helles Wohnz., gr. Terr. gemeins. Benutzung, KM 420,- € + NK + 2 Mon. Kauton, keine Haustiere. ☎ 09681/400500

OVI: Helle 3-Zi.-Whg., ca. 80 m², EBK, Abstellraum, 2. Stock, ruh., zentrale Lage, ab sofort od. später zu verm. ☎ 0151/54324975

Floß: 84 m² gemütliche Wohnung, 3-Zi., 1. St., KM 600,00 € + 100,00 € Nebenkosten, EBK, ab Mai zu verm. ☎ 0160/7783158

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

Vermietungen

4-Zi.-Wohnungen u. größer

Su.-Ro. 4-Zi.-Whg., 2 Ki.zi., 1 Schlafz. m. begehbaren Kleiderschr., Kü. m. Wohn/Eßber., Wo.zi. m. Dachterr., Bad m. Wanne/Du., WC, Gäste-WC, FB-Hzg., ca. 100 m², 1350,- € warm. ☎ 0151/70315642

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

Junge Familie sucht Haus zur Miete Mutter von 2 Kindern mit PG u. erw. Sohn (Zwillinge 9 Jahre, 23 Jahre) sucht **Haus mit Garten in VOHENSTRAUSS/ Umgebung.** Zu unserer Familie zählen auch 3 liebevolle, gut erzogene Hunde. Sie sind haftpflichtversichert, sozialverträglich und für die Entwicklung meiner Kinder von großer emotionaler Bedeutung. Wenn Sie sich vorstellen können, Ihr Haus einer zuverlässigen und wertschätzenden Familie anzuvertrauen, freue ich mich sehr über Ihre Nachricht. ☎ 0176/61208289 od. Mail: bianca_duric@web.de

Suche 2-Zi.-Whg. für 2 Rentner, EG, in Sulzbach-Rosenberg od. näheren Umgebung, mit Terrasse/Balkon. ☎ 01522/9273362

Mietgesuche
4-Zi.-Wohnungen u. größer

LKR Tirschenreuth: Apotheker, NR, su. Wohnung, ca. 100 m², mögl. m. Balkon od. Terr. Zuschr. Nr. W49431Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Suche Weiher zum Pachten mit Zulauf, in gepflegter und guter Lage in Altenstadt/Floß/Püchersreuth bzw. 10 km Umkreis, mit guter Zufahrt. ☎ 0171/8441598

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



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

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



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 GmbH

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



SOMMER Immobilien

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



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.



Countdown bis zum Hochzeitstag

Worauf man bei der Planung der Hochzeit achten sollten – ein Zeitrahmen zur Orientierung.

Ganz oben im Countdown, etwa ein Jahr vor der Hochzeit, steht die grundlegendste aller Entscheidungen: Wie soll dieses Fest aussehen? In dieser frühen Phase entsteht das gemeinsame Bild einer Traumhochzeit. Soll sie elegant sein, ländlich, modern oder eher intim? Sobald das Paar diese Frage beantwortet hat, bekommt die gesamte Planung eine klare Richtung. Es ist der Moment, in dem aus ersten Ideen langsam ein Konzept wird.

Wie teuer darf es werden?

Nur wenig später – ebenfalls rund ein Jahr bis neun Monate vor dem Termin – rückt das Budget ins Zentrum der Planung. Hier werden Visionen und Realitäten miteinander abgeglichen. Paare überlegen, welche Bereiche besonders wichtig sind: etwa eine außergewöhnliche Location, stilvolle Dekoration, ein hochwertiges Menü oder professionelle Fotografie. Das Budget wird zur Leitlinie, die hilft, Entscheidungen bewusst zu treffen und den Überblick zu behalten.

Mit dem Budget und dem Stilkonzept im Gepäck beginnt der Countdown sich zu beschleunigen. Rund neun bis acht Monate vor der Hochzeit steht die Wahl der Location an. Sie ist der Rahmen, in dem alles stattfindet, und legt häufig auch den Termin endgültig fest. Mit der Location ergeben sich automatisch weitere Fragen: Wie viele Gäste passen hinein? Welche Dienstleister sind vor Ort erlaubt? Und welche Atmosphäre bringt der Ort selbst bereits mit?

Gästeliste kein Kinderspiel

Kurz darauf, meist acht bis sechs Monate vorher, wird es emotional: Die Gästeliste muss stehen. Wer gehört zu diesem Tag? Wie groß darf die Feier werden? Mit den Namen auf der Liste lassen sich Einladungen gestalten, Reservierungen für Unterkünfte prüfen und erste logistische Überlegungen anstellen. Die Hochzeit bekommt ein Gesicht, denn hier entscheidet sich, mit wem man diesen

besonderen Tag teilen möchte.

Der Countdown läuft weiter Richtung Festtag, und etwa sechs bis fünf Monate vor der Hochzeit beginnt die Phase der Dienstleister. Jetzt werden Fotografen ausgewählt, Musik gebucht, Floristen kontaktiert, Stylisten reserviert.

Es ist die Zeit, in der viele Gespräche stattfinden und in der Paare spüren, dass die Planung konkrete Formen annimmt. Jeder Dienstleister bringt ein Stück Professionalität und Stimmung in das Gesamtbild.

Sobald alle größeren Entscheidungen getroffen sind, verlagert sich der Fokus auf die Feinheiten. In der Zeit von drei Monaten bis sechs Wochen vor der Hochzeit sind es die Details, die zählen: die Farbharmonie der Blumen, der Ablauf der Trauung, die Sitzordnung, das Menü, kleine Rituale oder persönliche Überraschungen. Es sind jene Schritte, die der Hochzeit ihren individuellen Charakter geben, die Handschrift des Paares sichtbar machen und aus einem Fest ein Erlebnis formen.

Aufgaben verteilen

Schließlich nähert sich der Countdown seinem Ende. In den letzten vier Wochen vor der Hochzeit folgt die Phase der finalen Abstimmungen: Termine bestätigen, Lieferzeiten klären, den Ablauf mit Trauzeugen oder Helfern durchgehen.

Manche Paare packen ein kleines Notfallset, andere testen ein letztes Mal die Fahrt zur Location oder legen genau fest, wer am Tag selbst welche Aufgabe übernimmt. Die Vorfreude wächst, und die Gewissheit, dass die vielen kleinen und großen Entscheidungen nun miteinander verschmelzen, gibt Sicherheit.

Am Ende: nur genießen

Und dann, wenn der Countdown auf Null fällt, beginnt der Hochzeitstag. Alles, was sorgfältig geplant wurde, wird lebendig. Jetzt bleibt nur noch eines: genießen. (exb/tt)



Für viele ist es der schönste Tag im Leben. Der will geplant sein.

Bild: stock.adobe.com - by Igor

Das Besondere für etwas Besonderes ...



Individuelle
Hochzeitsfloristik für
Ihren Traumtag.

Gerne
stehen
wir Ihnen zur
Verfügung.

Vereinbaren
Sie einen Termin
oder schauen
Sie einfach
mal bei uns rein!



Ihre Blumenfachgeschäfte:

Amberg, Bayreuther Str. 27 | Amberg, Kaiser-Ludwig-Ring 7
Marktredwitz, Bayreuther Str. 15 | Marktredwitz, Wölsauer Str. 14
Weiden, Untere Bauscherstr. 22

www.fleur-holland.de

Einzigartige Hochzeitsfloristik

Flower Power
Floristik

MO
DI - FR
SA
geschl.
9 - 13 Uhr
u. 14 - 18 Uhr
9 - 12 Uhr

Christina Schultes, Stadtplatz 13, 92670 Windischeschenbach, Tel. 09681-9199507



DIE GOLDSCHMIEDE

Hauptstraße 4
91257 Pegnitz
09241 / 22 19
0160 / 96 444 913
www.die-goldschmiede-foerster.de
info@die-goldschmiede-foerster.de
[fb.me/DieGoldschmiedeFoerster](https://www.facebook.com/DieGoldschmiedeFoerster)
[#diegoldschmiedefoerster](https://www.instagram.com/diegoldschmiedefoerster)

CAROLA FÖRSTER

NEU: 3D-Trauring-Konfigurator - Gestalten Sie online Ihre Trau(m)ringe!
15% Rabatt auf Trauringe mit diesem Coupon

LANDWIRTSCHAFT

oberpfalz
medien



Nutzen Sie Ihre Möglichkeit
und lassen Ihre **Tiermarkt-Anzeige**
unter unserer **Rubrik**
„Landwirtschaft“ platziert!

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



Landmaschinen

Neuero Schrotmühle-Mischer, autom.
Abschaltung / Bosch Holzspalter 20t mit
Zapfwelle, 3-Punkt-Aufhängung / 3000L
Dieseltank, Kunststoff mit Horn-Pumpe
und Zählenwerk, autom. Abschaltung.
☎ 09234/8666 oder ☎ 0160/554444

Suche Vakuumfaß, Heckscheibenmäh-
werk, Kartoffel-Vollernter, Kreiselheuer
hydr. klappbar, Kreiselchwader m. ab-
nehm. Arm, Futtermischwagen m. ste-
hender Walze, Mittel od. Seitenschwa-
der, Dammfräse. ☎ 015237921923

Deutz-Schlepper, gebraucht, Bj. 1978,
68 PS, mit Frontlader und Kabine, TÜV
4/27, Reifen 70 %, guter Zustand, zu
verkaufen. ☎ 09643/728

Suche gebrauchtes Schaltgetriebe
oder -Teile, für Fendt Farmer, 105S
bzw. 106S. ☎ 0160/9855264

Suche Siloschneidkamm zu kaufen.
☎ 09976/1289

Immobilien

**FÜR NATURLIEBHABER – WIESE MIT
WALD UND BACHLAUF BEI BÄRNAU
ZU VERKAUFEN**
ca. 12.711 m² Grundst., Obj.-Nr. 4559
Kaufpreis 51.000 €
h.zant@city-immobilienmarkt.de
☎ 09631 7036-727

**LANDWIRTSCHAFTLICHE FLÄCHE
MIT GUTER ZUFAHRT IN REICHENAU!**
ca. 37.353,00 m² Grundst., Obj.-Nr.
4440, Kaufpreis gegen Gebot
c.eichermueller@city-immobilienmarkt.de
☎ 0961 84-253

CITYIMMOBILIEN GMBH
Wörthstraße 9, 92637 Weiden
www.city-immobilien.de

**Ackerfläche 4 ha und Grünfläche 0,5
ha zu verkaufen**, Gemeinde Guteneck,
gute Zufahrt, aktuell bis 10/2027 ver-
pachtet, evtl. nach Absprache schon
früher verfügbar, gegen Gebot. Bei
ernsthaftem Interesse gerne melden.
☎ 0160/8244882

**Landwirtschaftliches Anwesen Ge-
meinde Ursensollen** Wir sind auf der
Suche nach einem Landwirtschaftlichen
Anwesen in der Gemeinde Ursensollen,
bestenfalls für Pferdehaltung geeignet.
Kontakt: ☎ 0151-50486601

Stall- u. Lagergebäude zu vermieten
Gebenbach, 444 m², Stallgeb. 297 m²
Lagergeb. 147 m², kpl. betoniert, mit Ka-
nal, Strom u. Wasser, vielseitig nutzbar,
ab April zu vermieten. Mietpreis VB.
☎ 0179/8565601

Tiermarkt

Bienenjungvölker Carnica, standbe-
gattet, auf Zander mit Gesundheits-
zeugnis, Königin 2025, verk. günstig
☎ 0178/9060353

Suche hornlose Milchziege. Gerne
auch im Tausch gegen 2 weibl. Hörner-
ziegen. ☎ 09658/9139988

Landw. An- und
Verkauf

Silo-Rundballen, günstig, **Gitterroste**,
99 cm x 74 cm, zu verkaufen.
☎ 0175/7115237

**Heu Kulap, 22 € und 2. Schnitt 30 €
HD Großballen zu verkaufen.**
☎ 0151/70813696

Verk. Futterhafer, auch gequetscht
☎ 09634/3669 o. 0157/73622869

Suche Sommerweizen.
☎ 0152/37781382

Blick ins WIRTSCHAFTSLEBEN

ANZEIGE

Das Vortragsprogramm der 30. Oberpfälzer Baumesse

Amberg - Amberger Congress Centrum · 07/08.03.2026, 10–17 Uhr · www.messe-amberg.de · Eintritt 5,- €

Samstag, 07.03.2026, OG, Raum 3+4

10:45–11:20
**Bauen Sie jetzt! Preisvergleich
2023 - 2026 und Sinn und Unsinn
im Gebäudeenergiegesetz (GEG)**
Herr Horst Kraus / Dipl. Bauing. und
Bausachverständiger

11:30–12:05
**Wärmepumpen im Altbau
mit Photovoltaik - wie geht das?**
Herr Hans Peter Höcker / Dipl. Ing.

12:15– 12:50
Notstromsysteme
Herr Edwin Schneider /
PV-Fachberater

13:00–13:35
**Förderlandschaft für nachhaltige
Sanierungen und Neubauten**
Herr Sebastian Schlegl / Energie-
Effizienz-Experte, QNG-Auditor,
M.Eng. Elektrotechnik

13:45–14:20
**Photovoltaik und E-Mobilität:
Zukunftssicher investieren**
Herr Siegfried Schröpf / Inhaber und
Geschäftsführer

14:30– 15:05
**Energieeffizientes Sanieren und
Bauen**
Herr Peter Meier / Staatl. geprüfter
Techniker, freier Dozent HWK Energie-
berater

15:15– 15:50
**Dynamische Stromtarife, was ist das
und wie geht es?**
Herr Thomas Reiß / Energiehandel &
Vertrieb Stadtwerke Amberg

Samstag, 07.03.2026, OG, Raum 5

11:00–11:35
Frei von Stromkosten
Herr Dominik Dannhäuser / Geschäfts-
führer

11:45–12:20
**Trockeneisstrahlen in der
Altbausanierung**
Herr Christian Graf / Inhaber

12:30– 13:05

**Wer ist die Energieberatung der
Verbraucherzentrale?**
Herr Florian Urmann / Dipl.-Ing. (FH)

13:15– 13:50

Energieeffizient dämmen
Herr Christian Heldrich / Bauingenieur

14:00– 14:35
Immobilie als Kapitalanlage
Herr Wadim Kiritschko / Berater

14:45–15:20
**Wärmepumpen und PV
im Gebäudebestand**
Herr Patrick Weich / Elektrotechniker,
Energieberater

15:30–16:05
**Wohngesund und energieeffizient
Bauen und Sanieren**
Herr Stefan Schön / Baubiologe IBN,
Energieberater

Sonntag, 08.03.2026, OG, Raum 3+4

10:45–11:20
**Bauen Sie jetzt! Preisvergleich
2023 - 2026 und Sinn und Unsinn
im Gebäudeenergiegesetz (GEG)**
Herr Horst Kraus / Dipl. Bauing. und
Bausachverständiger



11:30–12:05

Frei von Stromkosten
Herr Dominik Dannhäuser / Geschäfts-
führer

12:15–12:50

Notstromsysteme
Herr Edwin Schneider /
PV-Fachberater

13:00– 13:35
**Energieeffizientes Sanieren und
Bauen**
Herr Peter Meier / Staatl. geprüfter
Techniker, freier Dozent HWK Energie-
berater

13:45–14:20
**Planen, bauen, elektrisch laden:
Ladelösungen für Neubau und
Sanierung**
Herr Michael Reuß / Leiter Elektromö-
bilität Stadtwerke Amberg

14:30–15:05

**Jetzt bauen und sparen. Nachhaltig
mit KfW-Förderung**
Herr Günther Gruber / Dipl.-Ing (FH)
Architektur, Baubiologe, Energiebera-
ter, Sachverständiger

15:15–15:50
**Förderlandschaft für nachhaltige
Sanierungen und Neubauten**
Herr Sebastian Schlegl / Energie-
Effizienz-Experte, QNG-Auditor, M.Eng.
Elektrotechnik

Sonntag, 08.03.2026, OG, Raum 5

11:00–11:35
Immobilie als Kapitalanlage
Herr Wadim Kiritschko / Berater

11:45–12:20

**Wärmepumpen und PV
im Gebäudebestand**
Herr Patrick Weich / Elektrotechniker,
Energieberater

12:30–13:05

Energieeffizient dämmen
Herr Christian Heldrich / Bauingenieur

13:15–13:50

**„Solar Lüften - Lüften mit Energie-
gewinn“ - für eine gesunde Raumluft
ohne Feuchtigkeit und Schimmel**
Herr Rudolf Ettl / Dipl. Ing. (FH)

14:00–14:35
**Wer ist die Energieberatung der
Verbraucherzentrale?**
Herr Florian Urmann / Dipl.-Ing. (FH)

14:45–15:20
**Wärmepumpen im Altbau mit
Photovoltaik - wie geht das?**
Herr Hans Peter Höcker / Dipl. Ing.

15:30–16:05
**Trockeneisstrahlen in der
Altbausanierung**
Herr Christian Graf / Inhaber

Änderungen vorbehalten!

TICKETS

für ROCK & POP, SPORT, MUSICAL,
KLASSIK, THEATER und mehr,...!Bei uns an den Ticketschaltern
in Weiden und Amberg!

Der neue Tag

Weigelstraße 16 92637 Weiden

Telefon 0961/85-550

nt-kartenservice@oberpfalzmedien.de

Amberger Zeitung

Mühlgasse 2 92224 Amberg

Telefon 09621/306-230

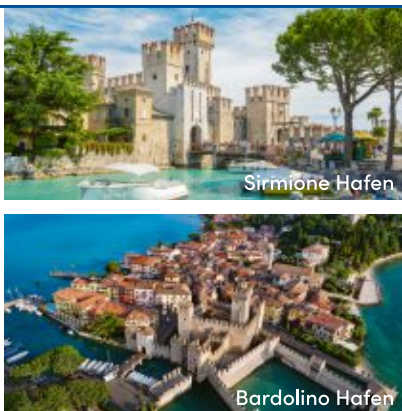
az-kartenservice@oberpfalzmedien.de

Gardasee –
Weinfest in Bardolino

Die Festa dell'uva e del vino in Bardolino
ist ein Weinfest mit Kultstatus. Jedes Jahr
reisen Weinfreunde von überall her in das
malerische Städtchen am Ostufer des
Gardasees, um mit den Einheimischen die
Traubenernte zu feiern. Genießen Sie ab-
wechslungsreiche Tage und die köstlichen
Weine am „liebsten See der Deutschen“.

Ihre Inklusiveleistungen

- Fahrt im komfortablen Reisebus
ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 3 Übernachtungen inkl. Frühstück
im 3-Sterne Hotel Hotel Alla Torre
- 1x Abendessen im Hotel am Anreisetag
Ganztagesausflug entlang des
Gardasees mit Stadtbesichtigungen
von Sirmione und Garda
- Ausflug zum Weinfest in Bardolino
- M-TOURS Reisebegleitung



Ihr Reisetermin

01.10. – 04.10.2026

Reisepreis p. P.
im DZ

ab 509 €

Buchbar bis 02.07.2026 | ☎ 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,- €

Slowenien
14.09. – 19.09.2026

Ihre Reisehighlights

- Fahrt im komfortablen Reisebus mit
Fahrrad- und Gepäcktransport
- 5 Übernachtungen inkl. Frühstück und
Abendessen im 4-Sterne Hotel Špik
- Begleitete Radtouren laut Reise-
programm mit Radreiseleitung

Buchbar bis 27.07.2026 | ☎ 10,- €

Leserreisen

Infos und Buchung: **0961 – 85 298** (Mo. bis Fr. 8 – 18 Uhr · Sa. 8 – 12 Uhr)

www.leserreisen-onetz.de | leserreisen-onetz@m-tours.de

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

Bildnachweise: v.l.n.r.: © Alberto Masnovo/Shutterstock.com, © Rene Hartmann/Shutterstock.com, © Ekaterina Polischuk/Shutterstock.com, © Sean Pavone/Shutterstock.com, © Umomos/shutterstock.com





Urlaub von Anfang an: Mit dem Bus ohne Stress reisen

Einfach mal wieder ausprobieren: Dass Busreisen so hohe Populärität genießen, hat nachvollziehbare Gründe

In einer Zeit, in der das Reisen oft mit Hektik, langen Wartezeiten und Umweltbedenken verbunden wird, erlebt eine klassische Form der Fortbewegung eine stille Renaissance: die Busreise. Ob als Alternative zum Flug, als entspannte Art des Unterwegsseins oder als bewusste Entscheidung für mehr Gemeinschaft – wer einmal die Vorzüge einer modernen Busfahrt entdeckt hat, schätzt sie oft neu. Doch was macht das Reisen mit dem Fernbus heute so attraktiv?

Zeit zum Ankommen – schon unterwegs

Im Gegensatz zu Flug- oder Bahnreisen beginnt die Entspannung bei einer Busfahrt oft schon mit dem Einsteigen. Kein stundenlanges Vorab-Check-in, keine Sicherheitskontrollen, keine Sorge um Verspätungen durch Umsteigen. Die meisten Fernbusse fahren direkt von Stadtzentrum zu Stadtzentrum, sodass Reisende weder weite Anfahrtswege zum Flughafen noch teure Parkgebühren in Kauf nehmen müssen. Und während andere Verkehrsmittel oft mit beengtem Platz und Lärm zu kämpfen haben, bieten moderne Reisebusse bequeme Sitze, viel Beinfreiheit und manchmal sogar Steckdosen oder kostenloses WLAN – ideal,

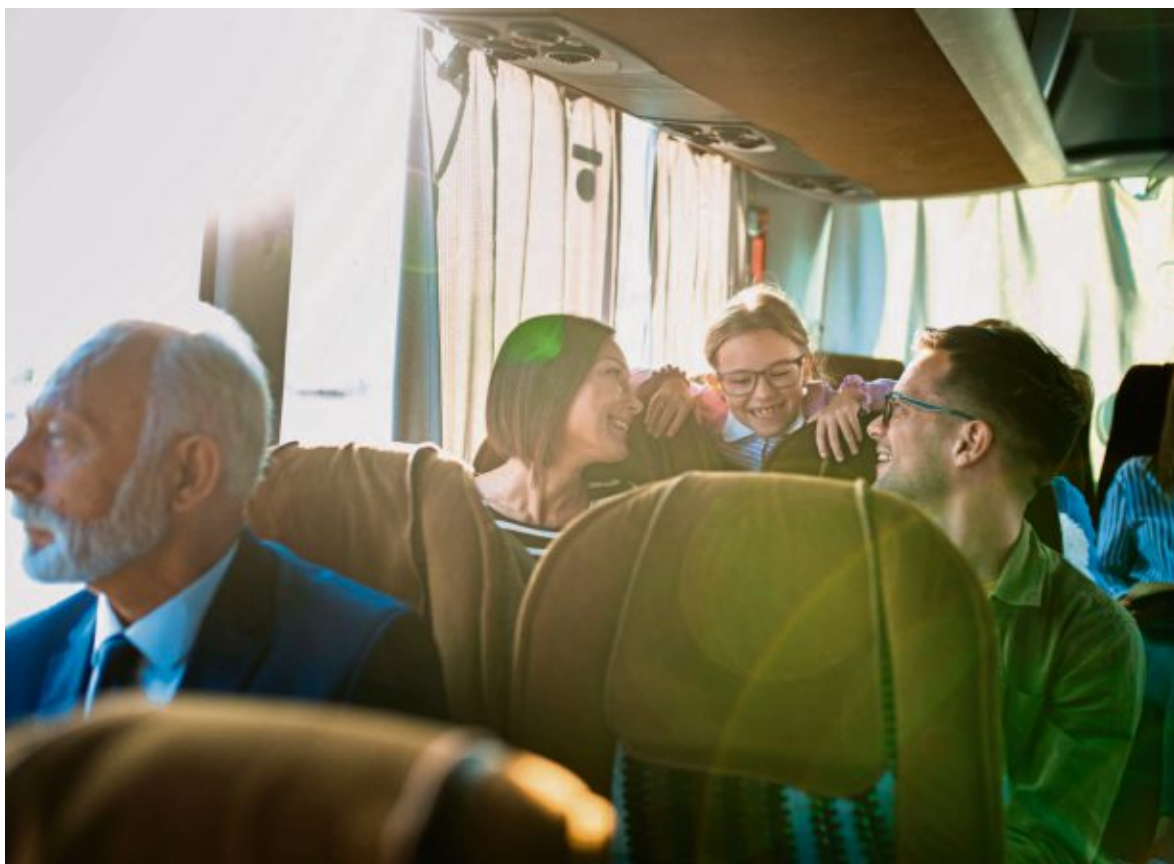
um die Reisezeit für sich zu nutzen: zum Lesen, Arbeiten oder einfach zum Aus-dem-Fenster-Schauen.

Nachhaltig unterwegs – ohne schlechtes Gewissen

Wer heute reist, denkt oft auch an die Umwelt. Hier punktet der Bus: Pro Person und Kilometer verursacht er deutlich weniger CO₂-Emissionen als ein Flugzeug oder ein einzelnes Auto. Laut Studien des Umweltbundesamtes ist eine voll besetzte Fernbusfahrt eine der klimafreundlichsten Möglichkeiten, größere Strecken zurückzulegen. Für umweltbewusste Reisende, die auf Kurzstreckenflüge verzichten möchten, ist der Bus daher eine überzeugende Alternative – besonders, wenn die Strecke gut ins europäische Fernbusnetz eingebunden ist.

Gemeinschaftserlebnis

Ein weiterer, oft unterschätzter Vorteil: die soziale Komponente. Während man im Flugzeug oder Zug oft nebeneinanderher sitzt, ohne ein Wort zu wechseln, entsteht im Bus schneller ein Gefühl von Gemeinschaft. Ob Familien, Senioren, junge Backpacker oder Geschäftsleute – die gemischte Zusammensetzung der Reisenden führt oft zu



Im Reisebus treffen Generationen aufeinander, ein Grund, warum eine Busreise von vielen Menschen als bereichernd empfunden wird.

Bild: hedgehog94 – stock.adobe.com

interessanten Gesprächen und manchmal sogar zu neuen Bekanntschaften. Wer allein unterwegs ist, muss sich hier seltener einsam fühlen.

Flexibilität und Erschwinglichkeit

Busreisen sind nicht nur günsti-

ger als viele andere Verkehrsmittel, sie bieten auch eine Flexibilität, die Flug oder Bahn oft nicht leisten können. Spontane Buchungen sind meist kein Problem, und viele Anbieter erlauben kostenlose Umbuchungen oder Stornierungen bis kurz vor Abfahrt. Zudem sind die Preise transparent: Keine versteckten

Gebühren für Gepäck oder Sitzplatzreservierung, wie sie bei Billigfliegern oft anfallen.

Reisetrend mit Zukunft

Die Busreise ist längst kein Nischenprodukt mehr. Immer mehr Menschen entdecken sie als stressfreie, nachhaltige und

gesellige Art des Unterwegsseins – besonders auf Strecken unter 600 Kilometern. Vielleicht liegt ihr größter Charme darin, dass sie uns eine wichtige Lektion lehrt: Reisen muss nicht immer schnell gehen, um lohnend zu sein. Manchmal ist der Weg das Ziel – und im Bus kann man ihn besonders genießen. (exb/tt)

Pertl Reisen GmbH
Hammer 28
93464 Tiefenbach
☎ 0 96 73 - 255
Fax 0 96 73 - 475
pertl_reisen@t-online.de

Seit 99 Jahren sicher auf den Straßen Europas
Seit 49 Jahren Reisepartner mit Kroatien

weiter Reisen unter www.pertl-reisen.de

28.03. – 01.04. 5 Tage Bergamo, Brescia und Mailand HP 439,- € (EZZ 100 €) 2. Person i. DZ 39 € Rabatt 09.04. – 12.04. 4 Tage Hamburg – Helgoland ÜF 399,- € (EZZ 100 €) Tagesausfl. Helgoland 139 € RL, Überfahrt mit Halunder Jet 07.05. – 10.05. 4 Tage Hafengeburtstag Hamburg ÜF 479,- € (EZZ 119 €) 10.05. – 10.05. 1 Tag Muttertagskonzert in Suhl, Tagesfahrt 99,- € 14.05. – 17.05. 4 Tage Bernina- und Glacierexpress HP 699,- € (EZZ 102 €) 30.05. – 06.06. 8 Tage Urlaub am Gardasee HP 789,- € (EZZ 217 €) 09.07. – 12.07. 4 Tage Bernina- u. Glacierexpress HP 699,- € (EZZ 102 €) 12.07. – 19.07. 8 Tage Urlaub am Gardasee HP 789,- € (EZZ 217 €) 02.08. – 09.08. 8 Tage Urlaub am Gardasee HP 789,- € (EZZ 217 €)	ab hier sind Reisen für sie zum Sonderpreis! Einer zahlt Zwei fahren! Der Preis ist für 2 Personen 03.04. – 06.04. 4 Tage Paris – Versailles ÜF 998,- € Preis im Einzelzimmer 659 € 03.04. – 07.04. 5 Tage Der Sonne entgegen HP 899,- € Preis im Einzelzimmer 599 € 03.04. – 06.04. 4 Tage Kopenhagen Ostsee Kiel – Lübeck HP 998,- € Preis im Einzelzimmer 598 € 08.04. – 12.04. 5 Tage Toskana HP 999,- € Preis i. Einzelzimmer 649 € 08.04. – 12.04. 5 Tage Istrien: Rabac, Porec, Pula, Opatjia, Labin HP 899,- € Preis i. Einzelzimmer 599 €	09.04. – 12.04. 4 Tage Wien – Schnitzel, Wein und Co. HP 948,- € Preis i. Einzelzimmer 559 € 11.04. – 21.04. 11 Tage Knüllerreise Costa Brava HP 1.979,- € Preis i. Einzelzimmer 1.169 € 15.04. – 22.04. 8 Tage Elba – Capri – Ischia HP 1.749,- € Preis i. Einzelzimmer 1.119 € 15.04. – 19.04. 5 Tage Slowenien Ankaran HP 999,- € Preis im Einzelzimmer 579 € 16.04. – 19.04. 4 Tage Venedig, Padua Treviso HP 798,- € Preis i. Einzelzimmer 489,- € 21.04. – 26.04. 6 Tage Florenz – Rom Ravenna – Venedig HP 1.299,- € Preis i. Einzelzimmer 749 € 21.04. – 26.04. 6 Tage Lourdes – Pilgerziel in den Pyrenäen HP 1.589,- € Preis i. Einzelzimmer 999 €	22.04. – 26.04. 5 Tage Templin, Uckermark, Stettin HP 1.089,- € Preis im Einzelzimmer 689 € 22.04. – 26.04. 5 Tage Blumenriviera HP 949,- € Preis im Einzelzimmer 669 € 22.04. – 26.04. 5 Tage Rimini – Ravenna San Marino – San Leo HP 1.059,- € Preis im Einzelzimmer 679 € 29.04. – 03.05. 5 Tage Gardasee – Venedig Verona – Sirmione HP 969,- € Preis im Einzelzimmer 634 € Ausflug Venedig, Stadtbesichtigung, Schifffahrt, Kopfhörer 59 € 29.04. – 03.05. 5 Tage Kroatien all inclusive Urlaub an der Adria HP 969,- € Preis im Einzelzimmer 749 € 29.04. – 03.05. 5 Tage Toskana HP 1.249,- € Preis im Einzelzimmer 749 € 30.04. – 03.05. 4 Tage Heidelberg & Speyer Historische Highlights HP 849,- € Preis im Einzelzimmer 549 €	30.04. – 03.05. 4 Tage Spreewald – Cottbus HP 934,- € Preis im Einzelzimmer 599 € 06.05. – 10.05. 5 Tage 4-Flüsse-Fahrt HP 1.199,- € Preis im Einzelzimmer 699 € 06.05. – 10.05. 5 Tage Polen und Traumhafte Bernsteinküste HP 899,- € Preis im Einzelzimmer 699 € 06.05. – 10.05. 5 Tage Lago Maggiore HP 1.059,- € Preis im Einzelzimmer 699 € 13.05. – 17.05. 5 Tage Kroatien all inclusiv Urlaub an der Adria HP 969,- € Preis im Einzelzimmer 749 € 13.05. – 17.05. 5 Tage Rimini – Ravenna San Marino – San Leo HP 1.059,- € Preis im Einzelzimmer 679 € 13.05. – 17.05. 5 Tage Südtirol & Dolomiten wo die Berge den Himmel berühren HP 1.149,- € Preis im Einzelzimmer 669 €	14.05. – 17.05. 4 Tage Paris – Versailles ÜF 998,- € Preis im Einzelzimmer 659 € 14.05. – 17.05. 4 Tage 4-Flüsse-Fahrt HP 958,- € Preis im Einzelzimmer 639 € 14.05. – 20.05. 7 Tage Capri HP 1.630,- € Preis im Einzelzimmer 1.140 € 19.05. – 23.05. 5 Tage Istrien – Porec – Rovinj Motovun – Umag – Pula HP 1.099,- € Preis im Einzelzimmer 699 € 23.05. – 25.05. 3 Tage Paris mit Disneyland HP 699,- € Preis im Einzelzimmer 529 € Eintritt Disneyland Erw. 94 € Kinder 86 € 23.05. – 27.05. 5 Tage Der Sonne entgegen HP 899,- € Preis im Einzelzimmer 599 € 23.05. – 27.05. 5 Tage Blumenriviera HP 899,- € Preis im Einzelzimmer 669 € 24.05. – 30.05. 7 Tage Kalabrien HP 1.599,- € Preis im Einzelzimmer 999 €
--	---	---	--	--	--

Zustiege möglich in Weiden, Nabburg, Schwarzenfeld, Schwandorf, Amberg, Landshut, Regensburg, Cham, Roding, München – Fröttmaning P+R., Abfahrt Straubing Bushaltestelle Am Hagen.

Wir starten in die Badesaison. Reisen Sie mit uns auf die Goldene Sonneninsel Krk, in die Kvarner Bucht, nach Italien und Slowenien!

23.05. – 31.05. 9 Tage
Badereise Italien
Gatteo a Mare
HP 882,- € (EZZ 232 €)

23.05. – 31.05. 9 Tage
Badereise Kroatien Kvarner Bucht und Krk alle Hotels
HP ab 1.056 € (EZZ 306 €)

28.05. – 03.06. 7 Tage
Badereise Italien in Lido di Jesolo
HP ab 680,- € (EZZ 84 €)

30.05. – 06.06. 8 Tage
Badereise Italien Cesenatico/Valverde
HP ab 879,- € (EZZ 280 €)

30.05. – 07.06. 9 Tage
Badereise Kroatien Kvarner Bucht und Krk alle Hotels
HP ab 1.056,- € (EZZ 306 €)

31.05. – 07.06. 8 Tage
Badereise Kroatien in Vrsar
HP 799,- € (EZZ 200 €)

06.06. – 14.06. 9 Tage
Badereise Kroatien Kvarner Bucht und Krk alle Hotels
HP 1056,- € (EZZ 306 €)

07.06. – 14.06. 8 Tage
Badeurlaub Kroatien all inclusive
HP 935,- € (EZZ 350 €)

13.06. – 21.06. 9 Tage
Badereise Italien Cesenatico/Valverde
HP ab 1.058,- € (EZZ 280 €)

Justizvollzugsanstalt Amberg

Wir suchen **ab sofort**,
in Teilzeit (20 Stunden) und
zunächst befristet bis 31.12.2027

1 Lehrkraft (m/w/d)

Wir erwarten ein erfolgreich abgeschlossenes Lehramtsstudium (vorrangig Grund- oder Mittelschule).

Das Aufgabengebiet beinhaltet u. a. die Organisation der Aus- und Fortbildung von erwachsenen Gefangenen, schulischen und beruflichen Unterricht, Organisation und Durchführung von Kultur- und Freizeitveranstaltungen sowie die Mitwirkung bei der Behandlungsuntersuchung und bei Vollzugsplankonferenzen.

Die Einstellung erfolgt in einem Beschäftigungsverhältnis nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst der Länder (TV-L).

Ausführliche Informationen zum Stellenprofil erhalten Sie unter: www.justiz.bayern.de/justizvollzug/bewerber/

Ihre schriftliche Bewerbung richten Sie bitte **bis zum 22.03.2026** an die Justizvollzugsanstalt Amberg, Werner-von-Siemens-Str. 2, 92224 Amberg, E-Mail: bewerbung.am@jv.bayern.de

Weitere Auskünfte telefonisch unter Tel. 09621 79-107.



Zweckverband Interkommunales Gewerbegebiet an der A 93

Schwandorf - Steinberg am See - Wackersdorf



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen

Geschäftsführer (m/w/d)

und eine

Verwaltungsfachangestellte (m/w/d)

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Internet unter www.schwandorf.de/karriere

**Stellenangebote**

Wir suchen **Zusteller** (m/w/d) für die Verteilung unseres Anzeigenblatts OWZ mit allen Beilagen und Prospekten in: **Amberg, Auerbach, Eitzenricht, Flossenbürg, Freihung, Grafenwöhr, Hahnbach (Irlach, Iher), Kaltenbrunn, Kemnath, Kohlberg, Kulmbach, Kümmersbruck, Neustadt Waldnaab, Pleystein, Schönsee, Sulzbach, Ursulapoppenricht, Weiden, Weigendorf**
Die Zustellung erfolgt **tagsüber einmal pro Woche zum Wochenende**. Sie sind mind. **13 Jahre alt**, gerne an der frischen Luft und haben Interesse an einem **gut bezahlten Nebenjob**? Dann bewerben Sie sich unter: **V.I.A.-Nord Verteilung im Auftrag GmbH**, Recruiting Oberpfalz Medien Logistik Franz-Zebisch-Straße 5, 92637 Weiden karriere@oberpfalzlogistik.de **0961/85-635** www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

Wir suchen
auf Basis geringf. Beschäftigung:
- **Raumpfleger/in** (m/w/d) für 3 x wöchentlich 2-3 Std. nachmittags
Fa. Heibl GmbH, Eitzenrichter Str. 5, 92729 Weiherhammer, www.heibl.com, ☎ 09605/2600, karriere@heibl.com

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

Flexible Aushilfe (m/w/d) auf 603,-€ Basis für die Etage oder Frühstücksservice gesucht, 3x 4 Std./Wo., auch WE. **Hotel Grader**, Neustadt/WN schriftliche Bewerbung bitte an rezeption@hotel-grader.de

Versicherungskaufleute gesucht. peter.kraus@aktivefinanzplanung.de

Stellengesuche

Fachkraft f. Arbeitssicherheit, Rentner, unterstützt Ihr Unternehmen oder Ihre Gemeinde, auch Verwaltungsgemeinschaften, Bauhöfe, Kitas... beim Arbeitsschutz. Auch Gefährdungsbeurteilungen, Betriebsanweisungen, Unterweisungen. ☎ 0176/50245947

Private Stellenangebote

Suche zur Alltagsbegleitung (m/w/d) im privaten Haushalt (Rollstuhlfahrer) in Weiden, auf geringfügiger Basis. 35 bis 40 Std. monatlich und Teilzeit 80 bis 100 Std. monatlich. Zuschr. Nr. W49420A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Su. Pflegekraft mit oder ohne Berufserfahrung zur Betreuung eines schwerbehinderten Menschen, Rollstuhlfahrer. Pflgetätigkeiten, Spazierfahrten, Essen kochen und eingeben. Dienstag Vormittag, Mittwoch u. Donnerstag Nachmittag, alle zwei Wochen. Arbeitsbeginn: 01.07.2026. ☎ 01515/6963754, auch WhatsApp

Für unseren Haushalt in Fensterbach suchen wir freundliche Unterstützung, 1 bis 4x wöchentl. vormittags. Zuschr. Nr. AZ49418Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Arztehepaar sucht Haushaltshilfe im Lkr. NEW, Arbeitszeit und Bezahlung nach Absprache. Zuschr. Nr. W49426Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Erfahrene Buchhalterin sucht Büro-tätigkeit. Zuverlässig, strukturiert und sorgfältig. Raum Nabburg, ☎ 01608194920

Pflege vor Ort

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

oberpfalz medien**Sie suchen eine Arbeitsstelle in der Region?**

Dann geben Sie ein Stellengesuch auf!

HABEN SIE GEWUSST, DASS

77%

der Leser Anzeigen in der Zeitung als „glaubwürdig und zuverlässig“ empfinden?



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

Quelle: ZMG Bevölkerungsumfrage 2022

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung im Team der Abteilung Wirtschaftsbetriebe, Einkauf & Logistik als

**+ Reinigungskraft**

(m/w/d), Teilzeit (26,25 h/Woche), Klinikum Weiden

+ Reinigungskraft Bettenzentrale

(m/w/d), Teilzeit (23,75 h/Woche), Klinikum Weiden

+ Reinigungskraft

(m/w/d), Teilzeit (25 h/Woche), Krankenhaus Kemnath

+ Patiententransport

(m/w/d), Vollzeit (38,5 h/Woche), Klinikum Weiden

Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung! Die vollständigen Stellenausschreibungen finden Sie auf unserer Homepage unter www.kliniken-nordoberpfalz.ag/karriere.

www.facebook.com/KlinikenNordoberpfalzAG

MARKT ESLARN

Der **Markt Eslarn**, Landkreis Neustadt a.d. Waldnaab, sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n



Verwaltungsfachangestellte/n (VFA-K) oder Verwaltungsfachkraft (BL I) (m/w/d)

Weitere Informationen erhalten Sie unter

www.eslarn.de



Der **Landkreis Amberg-Sulzbach** sucht



- **zwei Sozialpädagogen (m/w/d) für die Jugendsozialarbeit an Schulen** (Voll- und Teilzeit befristet als Elternzeitvertretung)
- **einen Unterkunftsverwalter (m/w/d) für die dezentrale Asylunterkunft in Ensford** (befristet in Teilzeit)
- **einen staatlich geprüften Bautechniker (m/w/d) mit dem Schwerpunkt Hochbau** (unbefristet in Vollzeit)



Ausführliche Informationen zu diesen Stellen: www.kreis-as.de/stellenausschreibungen

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Das

Bundeswehr-Dienstleistungszentrum Amberg

als Behörde der Bundeswehr stellt zum **1. September 2026** ein:



Auszubildende in dem Ausbildungsberuf Zahnmedizinische Fachangestellte / Zahnmedizinischer Fachangestellter (m/w/d) an den Standorten Kümmersbruck und Pfreimd.

Die vollständige Stellenanzeige mit weiteren Hinweisen (auch datenschutzrechtlich) finden Sie unter:

bewerbung.bundeswehr-karriere.de

Bewerbungen erbeten bis spätestens 20.03.2026

Hier schlummert Ihr Nebenjob.

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

**Sie suchen Putzhilfen, Helfer für die Gartenarbeit oder zur Kinderbetreuung?**

Dann geben Sie Ihre private Stellenanzeige auf!

HABEN SIE GEWUSST, DASS

95%

aller Leser einer regionalen Tageszeitung der Meinung sind, dass ihre Zeitung eine feste Größe in der Region darstellt?

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



Quelle: ZMG Bevölkerungsumfrage 2022

**WIR SUCHEN****ZUSTELLER (m/w/d)**

Minijob - Basis

Liefere News aus der Region für:

Amberg – Hahnbach –
Hohenthau – Poppenricht –
Sulzbach-Rosenberg –
Teunz – Vorbach

**JETZT BEWERBEN**

Ansprechpartner:

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

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/



VERANSTALTUNGEN

oberpfalz
medien präsentiert

Eintrittskarten erhalten Sie in den bekannten VVK-Stellen und bei nt-ticket.de

Bei Kribbeln, Brennen
und tauben FüßenBeratungstag*
zum Thema „Polyneuropathie“
(auch telefonisch möglich)

Do. 19.03.2026

Jetzt anmelden und
Testangebot sichern!

☎ 0961 - 4 16 08 80

*keine Diagnostik

Almea Apotheke

Apothekerinnen Carolin Enk & Nina Maunz

Untere Bauscherstr. 25 | 92637 Weiden

Mo. - Sa. 08.00 - 20.00 Uhr

**BR BRETTL-SPITZEN**

3.5.2026 WEIDEN Opt.

oberpfalz
medien präsentiertInternationale
KATZENAUSTELLUNGBINDLACH - Bärenhalle
14. | 15. März 2026www.katzenfreunde.bayern
GEÖFFNET FÜR BESUCHER VON 9:30 - 17:00 UHR

ZOIGL
in der
Wolframstüb'n
ab Freitag, 06. bis Sonntag
08. März, jeweils ab **11.30 Uhr**
Eigene Zoiglbrauerei
Windischeschenbach • Braugasse
www.zoiglbrauerei.de

PLATZ-ANGST?
Sichern Sie sich Ihre Karten
preisgünstig im Vorverkauf!
Oberpfalz Medien GmbH
Tel. 0961/85-553

**VIELE TOLLE
VERANSTALTUNGEN!**Jetzt Tickets im Vorverkauf sichern und
bequem zu Hause ausdrucken.**ntticket.de**PARTNER &
FREIZEIT

Trotz Privatanzie und Online-Dating alleine?
Ihr großer bei Vorteil bei uns. Partnersuchende, die uns alle persönlich bekannt sind!

Aktion 40%
im November 2025

Wir garantieren Ihnen das Zustandekommen der Kontakte!
Erfolgreich Seit über 39 Jahren
Kontakte diskret und unkompliziert

Fortuna-Lang, Schabnerstraße 36, 92637 Weiden
www.pv-fortuna.de seit 1986

Er sucht Sie

Hallo, welche ehrl. schlanke Frau hilft mir im Haushalt, 2x 2 Std. i. d. Wo., gut bezahlt, m. Auto, kein Putzen und Ab-spülen, ich bin 1,80 gr., 76 kg, Alter 76, gepfl. und ehrl., wohne in AM und habe schöne Wohnung. Bitte melde dich an Zuschr. Nr. AZ49411Z Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

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

Mann, Ü 50, su. Frau für Freundschaft und Erotik. ☎ 0171/7339387

Sie sucht Ihn

Welcher Herr aus der Region TIR od. WEN 78-85 Jahre möchte nicht mehr allein sein und sucht für Gemeinsamkeiten eine Partnerin. Bin Witwe, fit und gepflegt und würde mich über eine Nachricht sehr freuen. Zuschr. Nr. W49424Z an Der neue Tag, Postf. 1340, 92603 Weiden oder onetz.de/chiffre

Herzengute Claudia 61J. 1,69gr. schlank mit Lust am Leben und einer fröhlichen, positiven Einstellung. Suche einen Mann für eine harmonische Partnerschaft zum Lieben, Lachen fröhlich sein. Willst du das auch! Dann melde Dich einfach. Freue mich schon sehr auf ein Treffen mit Dir. ü.Pv Anruf **01796823019**

Elke, 71 J., verwitwet und kinderlos, sehr gutaussehend mit zierlicher Figur und schöner Oberweite, bin herzlich, ehrlich u. liebevoll. Ich habe im sozialen Bereich gearbeitet. Bitte rufen Sie an pv, Sie dürfen auch älter sein, habe ein Auto und würde am liebsten zusammenziehen. ☎ **0157 - 75069425**

Ich, **Hanna 26J.**, habe ein Herz aus Gold, bin zuverlässig, 100% ehrlich u. treu, schlank, mit schönen blauen Augen, ich wünsche mir einen bodenständigen Freund u. möchte mit dir einfach nur glücklich werden, für ein baldiges Treffen ruf bitte an o. schick SMS ü. ☎ **0162-5116762** **www.die-wolke-7.de**

Liebevolle Monika 50 bin eine sehr natürliche u. bescheidene Frau mit schöner Figur und langem Haar. Liebe es zu kochen zu lachen und die Sonne in der Natur zu genießen. Gerne mit Dir an meiner Seite, dass wünsche ich mir so sehr. Bitte melde Dich ü.Pv Tel **015127186363**

Jung gebliebene Witwe, 72 Jahre alt, 170 cm groß, attraktiv und warmherzig sucht netten Partner, mindestens 175 cm groß, für Freizeit und Reisen. Jede Bildzuschrift unter **Glueck26@posteo.de** wird beantwortet.

Blondine Jenny 37 Jahre sportlich schlank bin Krankenschwester von Beruf was mich sehr glücklich macht. Nur fühle ich mich sehr einsam und alleine wünsche mir von Herzen einen Partner für eine glückliche Zukunft. Bitte melde Dich.ü.Pv Tel/sms **01607998576**

Attrakt. Michaela 64 J., eine tolle Hausfrau, vermisse pv einen lieben Mann mit dem ich noch ein spätes Glück erleben kann. Bist du alleine, magst die Natur u. willst an meiner Seite ein gutes, liebevolles Leben? Dann habe Mut! Anruf **0176-60948028 o. SMS**

Suche einen Partner 65-70 Jahre alt, gehe gern wandern, tanzen und auf Reisen, Raum WEN/AM und Umgebung. Zuschr. Nr. W49416A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Suche einen Mann (50-66J.), mit dem ich dieses immer wiederkehrende Kribbeln spüren kann, mit vielen Schmetterlingen im Bauch. Frau 48 J. alt, schlank. sommerliebe48@hotmail.com

Modelle

Reife Dame erot. Mass. ☎ 0152/23016907



Sie suchen eine Partnerschaft auf Augehöhe?

Dann geben Sie jetzt Ihre **Kleinanzeige** unter „Partner und Freizeit“ auf.

Gültig für folgende Rubriken, z.B.

- » Freundschaften
- » Sport- und Hobbypartner
- » Reisebegleitung

*inkl. MwSt.

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 0961/ 85 - 502

anzeigen@oberpfalzmedien.de

13. Nordoberpfälzer
Firmenlauf

Donnerstag, 21. Mai 2026
Weiden i.d. Opf.
Start: 18.30 Uhr, Festplatz

Anmeldeschluss:
19. April 2026

» **www.nofi-lauf.de**

» Organisatoren



» Partner



oberpfalz
medien

Erfüllen Sie sich IHREN TRAUM mit DAN-WOOD HOUSE

“TAG der OFFENEN TÜREN” in unseren MUSTERHÄUSERN in Himmelkron am Sa. 07.03. + So. 08.03.2026, von 13 - 16.30 Uhr
“WOHNEN, BAUEN + AMBIENTE” in 95448 Bayreuth, OBERFRANKENHALLE am Sa. 14.03. + So. 15.03.2026, STAND 129 + 130
“WIR BAUEN MESSE” in 96215 Lichtenfels, MESSEHALLE am Schützenplatz 10 am Sa. 14.03. + So. 15.03.2026, STAND 70
“TAG der OFFENEN TÜREN” in unseren MUSTERHÄUSERN in Himmelkron am Sa. 21.03. + So. 22.03.2026, von 13 - 16.30 Uhr



PERFECT 86
86,48 m²

➔ 210.200 €*



POINT 126.1
125,63 m²

➔ 251.100 €*



POINT 153
151,84 m²

➔ 290.100 €*



PARK 133W
133,2 m²

➔ 285.200 €*



PERFECT 101
101,02 m²

➔ 237.500 €*



POINT 128
129,16 m²

➔ 255.100 €*



POINT 159
159,49 m²

➔ 302.200 €*



PARK 140.1W
139,79 m²

➔ 298.100 €*



PERFECT 112
111,57 m²

➔ 260.800 €*



POINT 138.1
137,89 m²

➔ 276.600 €*



POINT 166.1
165,23 m²

➔ 317.900 €*



PARK 152W
150,72 m²

➔ 316.300 €*



PERFECT 124.1
123,68 m²

➔ 297.000 €*



POINT 146.1
146,05 m²

➔ 296.600 €*



POINT 168.1
168,72 m²

➔ 336.900 €*



PARK 156W
156,2 m²

➔ 334.200 €*



PERFECT 133S
133,73 m²

➔ 309.900 €*



POINT 151
149,9 m²

➔ 286.400 €*



POINT 196
196,48 m²

➔ 378.900 €*



PARK 168W
168 m²

➔ 337.100 €*

*Alle DAN-WOOD-HÄUSER erreichen den **KfW40 STANDARD** mit WÄRMEPUMPE, FUSSBODENHEIZUNG im ganzen Haus, LÜFTUNGSANLAGE mit WÄRMERÜCKGEWINNUNG und sind **KOMPLETT SCHLÜSSELFERTIG** inklusive elektrischen Rollläden, Dachrinnen in verzinktem Stahl, Sanitär, Malerarbeiten (glatte Wände in Q3), Fliesen, Vinyl und Laminat ausgestattet. Alle Preise gelten immer ab Oberkante Bodenplatte.



Die STÄRKEN von DAN-WOOD HOUSE:

- **Zinsgünstige HAUSFINANZIERUNG:** Durch klimafreundlichen Neubau (KfW – Kredit 297 bzw. 300) und LABO.
- **FESTPREISGARANTIE:** Wir geben Ihnen eine Festpreisgarantie über die gesamte Bauzeit.
- **Umfassende BETREUUNG:** Unsere kompetenten Verkaufsberater sind immer für Sie da.
- **Große FLEXIBILITÄT:** Sie können jeden Grundriss nach Ihren Wünschen anpassen oder frei planen lassen.
- **Sehr kurze BAUZEIT:** In Ihr Haus können Sie in ca. 10 bis 12 Wochen nach Aufstellung einziehen.
- **Anerkannt hohe QUALITÄT:** Wir arbeiten mit eigenen, bestens ausgebildeten Handwerkern.
- **Zufriedene BAUHERREN:** Sie sind unsere beste Empfehlung.

Sie können unsere MUSTERHÄUSER in 95502 Himmelkron besichtigen:

MUSTERHAUS 1: AM GRÜNDLA 7 (**PERFECT 129** mit Walmdach)

MUSTERHAUS 2 + 3: MAX – REGER – STR. 3a / 3b (**PARK 131W** zweimal als Doppelhaushälfte)

BITTE vereinbaren Sie EINZEL - TERMINE

Johannes HENGEN: **0155 66 11 87 65** • Andreas VOICHTLEITNER: **0171 47 59 228** • Thomas WAGNER: **0160 43 61 029**
Bianca RUSS: **0176 10 57 08 42** • Alexander MÜHLING: **0171 77 1 44 22**

ALLE DAN-WOOD-HÄUSER finden Sie unter: www.danwood.de