

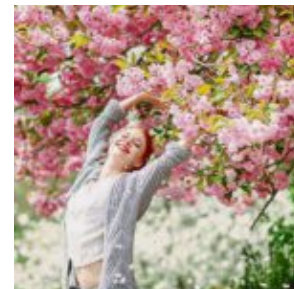


Rezept der Woche
OWZ-Küchenchef Michael Schiffer hat das Rezept für einen saftigen Mohnkuchen mit Karotten.

► Seite 3

Rezept zum Glück
In dieser Jahreszeit fällt es leicht, sich fröhlich zu fühlen, weiß die OWZ-Glücksexpertin.

► Seite 4



So wird das Auto fit fürs Frühjahr

Kfz-Meister Thomas Lochner aus Waldsassen kontrolliert die Flüssigkeiten im Fahrzeug, zum Beispiel in der Scheibenwaschanlage. Was nach dem Winter sonst noch wichtig ist für Autofahrerinnen und -fahrer.

► Seite 2

Bild: Konrad Rosner



KURZ GEMELDET

Wasserstellen am Friedhof geschlossen

Amberg. Das Friedhofsamt der Stadt Amberg gibt bekannt, dass die Wasserstellen auf den städtischen Friedhöfen trotz zuletzt milderer Tagestemperaturen voraussichtlich erst Ende März aufgedreht werden können. Eine vorzeitige Öffnung sei aufgrund des weiterhin bestehenden Nachtfrostes, der

auch für die Kalenderwochen 12 und 13 mit Tiefstwerten bis -4 Grad Celsius prognostiziert wurde, derzeit nicht möglich. Ansonsten bestünde die Gefahr schwerwiegender Frostschäden an den teilweise kilometerlangen, historischen Ringleitungen, was in der Folge hohe Kosten verursachen könnte. Daher wägt das städtische Friedhofsamt diese Entscheidung im Vorfeld sorgsam ab. Das städtische Fachamt werde rechtzei-

tig darüber informieren, sobald einzelne Brunnen in Betrieb genommen werden können.

Vortrag „Vom Brei zum Familientisch“

Amberg. In einer Veranstaltung des Amtes für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten erfahren die Teilnehmer, durch welche Mahlzeiten Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich für

Babys eignen und auf welche am Anfang noch verzichtet werden sollte. Informationen hat die Diplom-Ökotrophologin Kristina Schreiber. Die Veranstaltung findet online am Donnerstag, 26. März, von 9.30 bis 11 Uhr statt. Anmeldung auf www.weiterbildung.bayern.de (Angebote Ernährung und Bewegung) oder über die Homepage des Amtes auf www.aelf-na.bayern.de (Ernährung, Junge Eltern/Familien).

IHR NATURSTEIN - FACHBETRIEB IN SCHWARZENFELD

GRABANLAGEN

- GRABREPARATUREN
- FUSSBÖDEN
- FENSTERBÄNKE
- ARBEITS- UND TISCHPLATTEN
- INNEN- UND AUSSENRETTEN

WWW.MARMOR-PLANK.DE
Tel. 09435 2502

oberflächenservice

Steinreinigung Oberpfalz

Wir reinigen, versiegeln & beschichten:

- Fassaden
- Pflastersteine
- Terrassen
- Einfahrten
- Klinkersteine
- Waschbeton
- Natursteine
- Gehwege

Kontakt
Nabburgerstraße 38 | 92245 Engelsdorf
Mobil 0172 5606876
www.steinreinigung-oberpfalz.de
Inh. Rene Schneeberger

seit **25 Jahren**

GARTEN ZU VIEL ARBEIT?

Wir bringen Ihren Garten wieder in Form.

✓ kostenlose Besichtigung inklusive

**GARTENPFLEGE • HECKENSCHNITT
RÜCKSCHNITT • GRUNDSTÜCKSPFLEGE**

09661 / 8891767 | arboline.de

BARANKAUF Gold Zahngold
Sofort Bargeld für Ihr Altgold und Silber

GOLD = 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

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

Info-Beautytag
am Donnerstag, 19. März 2026,
von 11-18 Uhr

Es erwarten Sie lukrative Rabatte.

Wo? Im Ärztehaus am Klinikum
Nansenstraße 9, 95615 Marktredwitz
Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Ästhetic-Med
Institut für Schönheitsmedizin & kosmetisch-chirurgische Behandlung

Telefon 0 92 31/661 552
Fax 0 92 31/661 553
E-Mail: info@aestheticmed.net
Web: www.aestheticmed.net

Ästhetic-Med
Dr. med. Margit Köhnlein-Rühl
Dr. med. Dr. rer. nat. Hermann Rühl
Nansenstraße 9 · 95615 Marktredwitz

Frau Dr. med. Margit Köhnlein-Rühl
Bild: Ästhetic-Med

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

FU 福 Chinesisches Massagestudio
Neueröffnung
ab 16. März

Angebot vom 16.03. - 16.04.
60 Minuten nur **38,- €**

Salzgasse 1 · 92224 Amberg
☎ 0176-977 066 33

oberpfalz
medien

Neugierig?

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

Jeden Tag das Neueste
aus Ihrer Region!

Oberpfalz Medien
GmbH

JETZT NEU!

Dein Kaufland-Prospekt ab sofort im Innenteil

Hier schlummert Ihr Nebenjob.

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/

oberpfalz
logistik

Tipps für den Frühjahrsputz fürs Auto

Diesmal war der Winter lang. Es hat viel geschneit, es war teilweise sehr glatt. Deshalb wurde auch viel Salz gestreut. Nun ist es langsam an der Zeit, das Auto frühjahrsfit zu machen.

Von Konrad Rosner

Waldsassen. Der Winter ist vorbei, auch wenn es gelegentlich nachts noch Minusgrade gibt. Jetzt wird es höchste Zeit für jeden Autobesitzer oder -besitzerin, das Fahrzeug fit für die warme Jahreszeit zu machen. Dazu gehört in erster Linie, die winterlichen Rückstände zu beseitigen, also die Spuren, die der Winter und das Salz hinterlassen haben.

Das Wichtigste, so der 61-jährige Kfz-Meister Thomas Lochner aus Waldsassen im Gespräch mit der OWZ, sei eine gründliche und umfassende Unterbodenwäsche. „Vor allem das Salz und der angesammelte Schmutz, der sich am Unterboden hält, müssen weg. Dies ist natürlich nur mit dem Dampfstrahler möglich.“ Aber kaum jemand könne dies selber machen, denn ohne Hebebühne sei „eine gründliche Reinigung kaum möglich“. Deshalb sei eine Fahrt in eine Waschanlage, die Unterbodenwäschen anbietet, oder in eine Werkstatt unumgänglich. Auf einer Hebebühne komme man mit dem Dampfstrahler „wesentlich besser hin, als wenn das Auto auf dem Boden“ stehe.

Nach Schäden suchen

„Ist das Auto schon mal auf der Bühne, kann man den Unterboden auch auf mögliche Steinschläge oder andere Schäden prüfen lassen“, ergänzt Thomas Lochner. Bei Schäden sei ein Ausbessern des Unterbodenschutzes unumgänglich. Schwieriger sei es, wenn der Unterboden mit Kunststoffverkleidungen abgedeckt sei. Für Laien seien dann die Schäden nicht oder kaum mehr sichtbar. Hier lohne sich gegebenenfalls sogar der Abbau dieser Verkleidungen, „um einfach mehr



Eine gründliche Autowäsche mit einem Hochdruckreiniger wird empfohlen.

Bild: Konrad Rosner



Bild: Konrad Rosner

„Vor allem das Salz und der angesammelte Schmutz, der sich am Unterboden hält, müssen weg.“

Thomas Lochner, Kfz-Meister aus Waldsassen

zu sehen“. Nicht nur der Unterboden sollte gereinigt werden, genauso wichtig sei eine gründliche Oberwäsche des Fahrzeugs, entweder in einer Waschanlage oder in einer Waschstation, wo man selbst Hand anlegen kann. Wenn das Auto stark verschmutzt ist, rät der Experte zu einer Vorwäsche, „damit der größte Schmutz und kleinere Steinchen entfernt werden“. Würde man gleich mit



Dieser Reifen ist in der 33. Woche im Jahr 2022 hergestellt worden.

Bild: Konrad Rosner

einem Schwamm drüber gehen, könnte der Lack des Fahrzeugs beschädigt werden.

Smart-Repair

Nach der gründlichen Wäsche sollte der Lack auf Steinschläge oder Kratzer kontrolliert werden. Kleinere Schäden sollten am Besten gleich mit einem entsprechenden Lackstift ausgebessert werden. Gehe ein Stein-

schlag bis auf die Grundierung durch, sollte man auf jeden Fall einen Fachmann aufsuchen. Lackierbetriebe bieten mittlerweile „Smart Repair“ oder eine „Spot-Lackierung“ an. Nach einer gründlichen Wäsche empfehlen viele Experten, den Lack zu polieren und mit Wachs zu behandeln. Denn so werde der Lack vor Feuchtigkeit geschützt und könne auch kleinere Steinschläge

problemlos verkraften. Autoaufbereiter bieten diesen Service an.

Wichtig sei auch eine gründliche Motorwäsche. Dies sollte man in jedem Fall in einer Fachwerkstatt machen lassen, rät Kfz-Experte Lochner. „Zu einem haben die Werkstätten die entsprechenden Reinigungsmittel, zum zweiten wissen die Fachleute, auf welche elektronischen Bauteile man im Motorraum achten muss, damit keine Schäden entstehen.“ Manche Werkstätten bieten auch eine Versiegelung des Motors an.

Flüssigkeiten kontrollieren

Ist die Motorhaube schon mal offen, können auch gleich die Flüssigkeitsstände kontrolliert werden: der Motorölstand, der Kühlflüssigkeitsstand und auch die Bremsflüssigkeit. Geübte können auch die Scheibenwaschanlage mit Reinigungsmittel auffüllen. Zum Frühjahrsputz gehört auch der Fahrzeuginnenraum. Auf jeden Fall sollten Autobesitzer alle Fußmatten herausnehmen und reinigen. Wenn die Fußmatten aus Gummi sind, empfiehlt sich ein Hochdruckreiniger. Natürlich kann auch eine Innenreinigung mit dem Staubsauger nicht schaden. Auch das Reinigen der Fenster innen und außen empfiehlt sich.

Auch ein Blick auf die Sommerreifen schadet nicht. Zwar schreibt der Gesetzgeber vor, dass bis zu einer Profiltiefe von 1,6 Millimeter die Reifen noch gefahren werden können. Doch Thomas Lochner empfiehlt, die Reifen schon bei einer Profiltiefe von 1,4 Millimetern zu erneuern.

Auch das Alter der Reifen sollten Autobesitzer im Blick behalten. Das Reifenalter steht auf der Seite des Reifens und kann abgelesen werden. Stehe beispielsweise „0822“ drauf, so sage dies aus, dass dieser Reifen in der 8. Woche 2022 hergestellt worden. Zwar gebe es keine gesetzlichen Vorgaben, aber spätestens nach acht Jahren sollten neue Reifen montiert werden, rät der Kfz-Experte. Auch sollte man daran denken, neue Reifen rechtzeitig zu ordern.

Start in die E-Scooter-Saison

Mit dem Frühling beginnt die E-Scooter-Saison. Viele dieser Fahrzeuge haben den Winter in Kellern oder Hausfluren verbracht. Wer jetzt wieder fahren möchte, sollte einige Punkte beachten. Die Württembergische Versicherung AG gibt dazu Hinweise. Zunächst gehört der Akku vollständig geladen, besonders wenn der E-Scooter im Winter kaum genutzt wurde. Akkus lädt man am besten in einem witterungsgeschützten, nicht zu kalten Umfeld. Die Reifen des Fahrzeugs sollten auf eingefahrene Nägel, Kieselsteine oder sonstige Fremdkörper geprüft werden. Bei luftgefüllten Reifen ist zudem korrekter Reifendruck wesentlich.

Die Bremsen des E-Scooters müssen gut funktionieren. Beim Frühlingscheck in der Garage oder einer Fachwerkstatt sollten die Bremsen eingestellt und abgefahrene Bremsgummis ausgetauscht werden. Die Beleuchtung muss vor der ersten Ausfahrt gründlich getestet werden.

E-Scooter müssen nach geltenden Straßenverkehrsregeln bewegt werden – beispielsweise gelten hier die gleichen Alkoholgrenzwerte wie beim Autofahren.

Wichtig ist auch ausreichender Versicherungsschutz. Für E-Scooter ist eine Haftpflichtversicherung gesetzlich vorgeschrieben. Dass Versicherungsschutz besteht, weisen die Fahrerin oder der Fahrer durch eine Versicherungsplakette nach, die jeweils ab März für ein Jahr gültig ist und hinten am E-Scooter montiert wird. Die diesjährige Plakette zeigt schwarze Schrift auf weißem Grund.

Sie ist in Versicherungsagenturen erhältlich. Eine Haftpflichtversicherung deckt Schäden ab, die etwa bei Unfällen anderen Personen oder deren Eigentum unbeabsichtigt zugefügt werden könnten.



Malerisches Südnorwegen – Entdeckungsreise durch das Land der Fjorde

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

Ihre Inklusivleistungen

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



Ihr Reisetermin

05.06. – 12.06.2026

Reisepreis p. P. im DZ ab 2.999 €

Buchbar bis 26.02.2026 | 10,- €



DomStufen-Festspiele in Erfurt 22.08. – 24.08.2026

Ihre Reisehighlights

- Fahrt im komfortablen Reisebus ab/bis gebuchter Zustiegsstelle
- 2 Übernachtungen inkl. Frühstück im Mercure Hotel Erfurt Altstadt
- Stadtführung durch die Erfurter Altstadt

Buchbar bis 30.04.2026 | 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 Reiseprogramm mit Radreiseleitung

Buchbar bis 27.07.2026 | 10,- €

Leserreisen
oberpfalz
medien

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.: © Dmitry Naumov/Shutterstock.com, © dibrova/Shutterstock.com, © saiko3p/Shutterstock.com, © S-F/Shutterstock.com, © Umomos/Shutterstock.com

M-TOURS
ERLEBNISREISEN



Saftiger Mohnkuchen mit Karotten

Für einen leckeren Mohnkuchen hat OWZ-Küchenchef Michael Schiffer das Rezept. In den Teig kommen nicht nur Mohn, sondern auch Mandeln und Karotten.

Zubereitung: Den Backofen auf 150 Grad Celsius vorheizen. Die Kastenform komplett mit Backpapier auslegen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz halbstreif aufschlagen. Dann 70 Gramm Birkenzucker einrieseln lassen und weiter schlagen, bis der Eischnee schnittfest ist. Anschließend die Eigelbe mit dem restlichen Birkenzucker,



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



Circa eineinhalb Stunden wird der Mohnkuchen gebacken.

Bild: Michael Schiffer

ZUTATEN

Mohnkuchen

Rezept für eine Kastenform (28 Zentimeter lang/12 Kuchenstücke).

- 7 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 120 Gramm Birkenzucker
- 7 Eigelbe
- 1 Teelöffel Bourbonvanille
- 1 Messerspitze Nelkenpulver
- 1 Teelöffel flüssiger Süßstoff
- 180 Gramm Mohn, gemahlen
- 30 Gramm Mandeln, gemahlen
- 70 Gramm Mandelmehl, entölt (alternativ: Leinsamenmehl)
- 20 Gramm Johannisbrotkernmehl
- 1 Teelöffel Backpulver
- 120 Gramm Karotten, gerieben
- 1 Teelöffel Zitronenschale

Vanille, Nelkenpulver und Süßstoff schaumig schlagen. Den Mohn mit Mandelmehl, Johannisbrotkernmehl und Backpulver mischen. Unter die Eigelbmasse rühren, anschließend die Karotten und die Zitronenschale dazugeben. Zuletzt den Eischnee unterheben und die Teigmasse in die Backform füllen. Auf der zweiten Schiene von unten circa eineinhalb Stunden backen. In der Form auskühlen lassen und stürzen. (dmsi)

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

Langanhaltende Schmerzlinderung durch Radontherapie im Sibyllenbad

Seit über 35 Jahren werden die radon- und kohlen säuremineralhaltigen Heilquellen zur langanhaltenden Schmerzlinderung bei rheumatischen und Wirbelsäulenerkrankungen wie Arthrosen, Morbus Bechterew, Fibromyalgie oder bei Nervenschädigungen im Sibyllenbad eingesetzt.

Die Radontherapie umfasst je nach Indikation sechs bis 12 Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder. Jedes Einzelwannenbad dauert ca. 20 Minuten mit einer anschließenden Nachruhezeit von noch einmal 20 Minuten im angrenzenden individuellen Ruhebereich. Jeden Tag – außer an Sonn- und Feiertagen – werden Einzelwannenbäder abgegeben, in der

Regel ein Bad pro Tag. Ob die Radontherapie für einen Patienten sinnvoll ist und wie viele Bäder angezeigt sind, kann jeder Patient kostenfrei und unverbindlich bei der Telefonsprechstunde des ärztlichen Leiters – Dr. (Almaty) Omparkash Raj – erfragen. Sie hinterlassen einfach Ihren Namen und Kontaktdaten sowie ggf. die Zeit, wann Sie am besten erreichbar sind unter Tel. 09638 9330. Dr. Raj ruft Sie gern zurück. Das Telefonat ersetzt nicht das Badearztgespräch vor Ort.

Für Übernachtungsgäste ist die Zahl der Bäder für die Buchung des Aufenthaltes wichtig. Die Anzahl der Bäder bestimmt die Dauer des Kuraufenthaltes. Tagesgäste können die Bäder drei- bis fünfmal pro Woche nehmen.

Radontherapie für Kassenpatienten
Als gesetzlich Versicherter haben Sie zwei Möglichkeiten:

1. Ambulante Vorsorgemaßnahme (früher: Badekur)
Bei gesetzlich Versicherten wird eine Radontherapie nur im Rahmen einer ambulanten Vorsorgemaßnahme (früher: Badekur) von der Krankenkasse übernommen. Die ambulante Vorsorgemaßnahme dauert 21 Kalendertage und ist seit Juli 2021 wieder eine Pflichtleistung gesetzlicher Krankenkassen. Im Rahmen einer ambulanten Vorsorgemaßnahme werden vom Badearzt nicht nur Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder, sondern je nach Indikation noch weitere Anwendungen wie Naturfango, Krankengymnastik, Bewegungstherapie – auch im Heilwasser etc. verschrieben. Die Badearztkosten sowie die Anwendungen werden mit der Krankenkasse anhand eines Kur- oder Badearztscheines, den Sie bei genehmigter Kur von Ihrer Krankenkasse erhalten, abgerechnet. Der Eigenanteil für den Patienten beträgt 10% aller Anwendungen sowie die Rezeptgebühr. Ggf. erhalten die Patienten auch einen Zuschuss von Ihrer Krankenkasse für die Über-

nachtung. Dies ist jedoch von Kasse zu Kasse unterschiedlich. Patienten sollten vor Kurantritt mit Ihrer Kasse klären, ob und in welcher Höhe ein Zuschuss für Unterkunft, Verpflegung und Kurtaxe bezahlt wird.

2. Selbstzahler-Angebot
Als Selbstzahler gesetzlicher Krankenkassen können Sie auf eigene Kosten eine Radontherapie machen. Sie erhalten als gesetzlich versicherter Selbstzahler den Sonderpreis von 24,00 € je Einzelwannenbad. Für das Badearztgespräch legen Sie die Versichertenkarte vor. Für Patienten, die Ihre Radonrezepte selbst von zuhause mitbringen, ist das Badearztgespräch vor Ort nicht obligatorisch.

Selbstzahler-Angebote können NICHT über die gesetzlichen Kassen abgerechnet werden. Der Vorteil beim Selbstzahler-Angebot besteht darin, dass die Aufenthaltsdauer auf die Anzahl der Tage mit Radon-Kohlensäure-Kombinationsbad bzw. auf die Anwendungstage beschränkt ist. Zusätzlich zu den Einzelwannenbädern können die Patienten Kassenrezepte für Krankengymnastik, Bewegungstherapie etc. mitbringen. Eine vorherige Terminvereinbarung für alle Anwendungen ist notwendig.



Sibyllenbad mit Außenbadebereich und Kurallee. Bild: Frankenair Robotics

Radontherapie für Privatpatienten
Privatpatienten mit Privatverordnungen über Radonbäder bzw. Radon-Kohlensäure-Kombinationsbädern können Ihre Rezeptleistungen sowie die Einzelwannenbäder zum Privatpreis von 27,10 € bei Ihrer Krankenkasse einreichen. Beratungsgespräche beim Badearzt werden nach GÖÄ abgerechnet. Im Rahmen des Badearztgesprächs erhält der Privatpatient sein Rezept oder bringt sein/e Rezept/e bereits von zuhause mit. Selbstzahler-Angebote werden in der Regel nicht von den Krankenkassen erstattet. Eine Terminvereinbarung für alle Anwen-

im Vorfeld der Privatkur ist ebenfalls notwendig.

Weitere Informationen und Prospektbestellung
Kurmittelhaus Sibyllenbad Eigenbetrieb des Zweckverbandes Sibyllenbad Kurallee 1
95698 Bad Neualbenreuth
Beratung und Terminvereinbarung unter Tel. 09638 9330
www.sibyllenbad.de
info@sibyllenbad.de

Träger:
Zweckverband Sibyllenbad, Ludwig-Thoma-Straße 14, 93051 Regensburg, Tel. 0941 9100-0,





Das Radon-Kohlensäure-Kombinationsbad dauert ca. 20 Min. in der Einzelwanne. Anschließend ruht der Patient noch einmal 20 Min. im angrenzenden individuellen Ruheraum. Bild: Martin Merks

Her mit den Frühlingsgefühlen

Endlich ist er da, der Frühling. Strahlender Sonnenschein und steigende Temperaturen sorgen jetzt wieder für so richtig gute Laune. Tatsächlich fällt es uns in dieser Jahreszeit leichter, glücklich zu sein – den Frühlingsgefühlen sei Dank.

„Frühling ist auch immer ein wenig Ahoi-Brause im Herzen“, ist auf einer Postkarte zu lesen. „Wenn der Frühling grüßt, dann hüpf das Herz vor Freude“, sagen die Iren. Und schon der alte Vergil schrieb einst: „Im Frühling kehrt die Wärme in die Knochen zurück.“ Wenn die Tage endlich wieder länger werden und draußen alles anfängt zu blühen, verfallen wir tatsächlich in eine Art Hochstimmung, fühlen uns beschwingt.

Die Natur erwacht wieder zum Leben, und wir tun es ihr gleich. Aber was ist tatsächlich dran an diesen sogenannten Frühlingsgefühlen? Gibt es sie wirklich?

Frühlingsgefühle sind keineswegs nur ein Mythos, da sind sich Hormonbiologen inzwischen sicher. Und psychologische Untersuchungen beweisen, dass es tatsächlich



Im Frühling fällt es leicht, sich glücklich zu fühlen.

Symbolbild: Kanea – stock.adobe.com

so etwas wie eine Erholung vom Winter gibt. Das liegt am Licht, dieses hat eine positive Auswirkung auf unsere Psyche. Dann kommen natürlich auch noch die angenehmen Temperaturen hinzu. Wir fühlen uns gleich viel wohler, weil wir nicht mehr

in dicke Jacken und Schals eingepackt sind. Wir können endlich wieder draußen sitzen und im T-Shirt die Sonne genießen.

Das Verschwinden der Dunkelheit führt laut Wissenschaft dazu, dass wir wieder mehr Tatendrang verspü-

ren. Durch die zunehmende Lichteinwirkung über das Auge wird in der Zirbeldrüse im Gehirn das Schlafhormon Melatonin reduziert, wir fühlen uns wieder aktiver und wacher. Und dank mehr Serotonin, Dopamin und Noradrenalin auch wieder glücklicher. Nie war die Zeit also günstiger, so richtig happy zu sein. Na, wenn das mal kein Grund zur Freude ist. Lassen Sie uns also den alten Ballast abwerfen und die Aufbruchsstimmung dieser wunderbaren Jahreszeit so richtig genießen. Die gute Nachricht ist: Unsere positiven Gefühle lassen sich jetzt auch noch ganz leicht verstärken. Das funktioniert, wenn wir Sport im Freien betreiben oder einen Spaziergang in der Natur machen. Auch mehr Licht hilft. Also Rollos hochziehen, Vorhänge zur Seite schieben und die Fenster aufmachen.

Lassen wir den Frühling rein und genießen wir ihn in vollen Zügen. Denn wie schrieb der Dichter und Schriftsteller Jean Paul so treffend: „Das Schöne am Frühling ist, dass er immer dann kommt, wenn man ihn am dringendsten braucht.“

(ewa)

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.

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.

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

Evi Wagner

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

Kontakt:
redowz@oberpfalzmedien.de

OWZ-STERNSTUNDEN

14. bis 20. März 2026

Widder (21. 3. bis 20. 4.)
Weil immer wieder etwas dazwischenkommen könnte, sollten Sie darauf achten, dass Verpflichtungen nicht vernachlässigt werden.

Stier (21. 4. bis 20. 5.)
Ein Plan schwebt Ihnen im Kopf herum? Vielleicht wird man Sie milde belächeln. Aber das sollte Ihnen eher Antrieb als Bremse sein.

Zwillinge (21. 5. bis 21. 6.)
Viel guter Wille, gemischt mit etwas Bestimmtheit – mit dieser Taktik lassen sich Durchhänger vermeiden und gesetzte Ziele besser erreichen.

Krebs (22. 6. bis 22. 7.)
Um genau zu erkennen, was sich wirklich hinter einem Angebot verbirgt, brauchen Sie noch ein paar Zusatzinformationen. Abwarten lohnt sich.

Löwe (23. 7. bis 23. 8.)
Sie sehen sich in Ihrem Tatendrang durch eine Verzögerung gebremst. Nicht den Kopf hängen lassen, sondern sich mit anderen Dingen ablenken!

Jungfrau (24. 8. bis 23. 9.)
Erfolge erst dann feiern, wenn Sie sie in der Tasche haben. Machen Sie genauso ambitioniert weiter, wie Sie es bisher getan haben.

Waage (24. 9. bis 23. 10.)
Nur langsam scheint sich eine Sache in die vorgesehene Richtung zu entwickeln. Setzen Sie den Hebel dort an, wo es nötig ist.

Skorpion (24. 10. bis 22. 11.)
Schenken Sie dem Gerede in Ihrer Umgebung nicht so viel Beachtung. Ihre Lage ist viel besser, als Sie es selbst im Augenblick einschätzen.

Schütze (23. 11. bis 21. 12.)
Weil Sie auf viele Fragen eine Antwort haben, wendet man sich gerne an Sie. Das nimmt zwar Zeit in Anspruch, schmeichelt aber auch dem Ego.

Steinbock (22. 12. bis 20. 1.)
Unruhe und Nervosität verleiten zu Fehlentwicklungen. Auch vor körperlichen Überanstrengungen sei gewarnt. Treten Sie lieber etwas kürzer.

Wassermann (21. 1. bis 19. 2.)
Kleiner Aufwand, große Wirkung: Mit den richtigen Kniffen gelingt es Ihnen, eine nicht ganz so einfache Aufgabe zufriedenstellend zu lösen.

Fische (20. 2. bis 20. 3.)
Durch Einwände dürfen Sie sich keinesfalls von Ihren Grundsätzen abbringen lassen. Es ist wichtig, sich selbst treu zu bleiben.

NOTFALLNUMMERN

Polizei/Notruf	110	Notruf für Eltern	0800/1110550
Feuerwehr	112	Notruf für Frauen und Mädchen (SkF)	09621/22200
Notarzt/Rettungsdienst	112	Frauenhaus Burglengenfeld	09471/7131
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117	Frauenhaus Weiden	0961/3893170
Giftnotruf	089/19240	Frauenhaus Amberg	09621/487272
Zahnärztlicher Notfalldienst	0941/5987923 0941/9440 (Uni)	Kartensperr-Notruf	116116
Telefonseelsorge		ADAC-Pannenhilfe	
Nordoberpfalz	0800/1110111	Festnetz:	0180/2222222
Kinder-/Jugendtelefon	0800/5458668	Handy:	222222
Donum Vitae	0800/0066737	ACE (Autoclub Europa)	
Weißer Ring	0800/343434	Pannenhilfe	0711/530343536

OWZ-REDAKTION & 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 09621/306130

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 Verleges, 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.

Der perfekte  **Frauendorfer**
Möbel und Küchen

KÜCHEN DEAL



Nur für kurze Zeit!

KÜCHEN-PRÄMIE!

BIS
ZU
4000€*
GESCHENKT

beim Kauf einer frei
geplanten Küche!

ZUSÄTZLICHE KÜCHENGESCHENKE FÜR SIE!

LIEFERUNG
& MONTAGE
GRATIS

Bis zu 2 Jahre
0%^{}**
FINANZIERUNG

**NATURSTEIN-
ARBEITSPLATTE
OHNE MEHRPREIS***

wählen Sie aus
3 verschiedenen Natursteinen
Stärke 2 cm
zzgl. Bearbeitung und Montage

IHRE KÜCHEN-KOMPETENZ IN AMBERG!



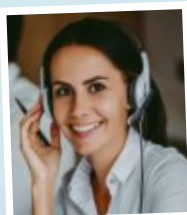
**Bestpreis-
Garantie**

Keiner ist günstiger!

Sollte innerhalb von 14 Tagen wider Erwarten der Fall eintreten, dass Sie für den gleichen Artikel - im autorisierten, stationären Fachhandel und bei gleicher Leistung - nachweisbar ein günstigeres Angebot erhalten, garantieren wir Ihnen den gleichen Preis.

**EINFACH VORBEIKOMMEN
ODER WUNSCH-
TERMIN SICHERN!**

Vereinbaren Sie jetzt gerne
Ihren persönlichen Beratungstermin.



Termin online
sichern



09621/4780



Ruoffstraße 20
92224 Amberg

Frauendorfer
Möbel und Küchen

www.frauendorfer.de

Tel. 0 96 21/47 80
info@frauendorfer.de

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

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



* Gültig bei Neukauf, nicht auf bereits getätigte Einkäufe. Ausgenommen Werbeware, bereits reduzierte Ware, Miele, interliving-Kollektion sowie Bestellungen im Online-Shop. Nicht mit anderen Vorteilsaktionen kombinierbar. ** Ab einem Einkaufswert von 500.- möglich. In der Regel genügt die Vorlage von Personalausweis und EC-Karte. Partner ist die Creditplus Bank AG, Augustenstraße 7, 70178 Stuttgart.

Auto & Motor

BMW



BMW X2 Advantage 2.0, 192 PS, Benzin, Autom., EZ 07/2019, 97.000 km, Lenkradhzg., AHK, etc. Preis VB € 21.300,-. ☎ 0151/56314944

Dacia



Dacia Logan, Bj. 12/2011, 131.000 km, VB. ☎ 0160 90 64 32 07

Škoda



Fabia 1,2 TSI, weiß, 90 PS, Bj. 4/14, 46.500 km, 1. Hd., unfallfrei, Reifen neu, Gargenwagen, Top gepflegt, VB 9.999,- €. ☎ 0151/19415383

Volkswagen



aus Altersgründen gü. zu verk.: Golf Plus, EZ 02/10, 124 TKM, AHK, TÜV neu, 80 PS, WR + SR, SHZ, Schalter, Benzin, guter Zust., silber, VB 6.000,- €. ☎ 09632/2250 od. 0170/5218310

Oldtimer

Lagerräumung, Ersatzteile für VW T3, BMW E 28, 02, E21 und andere zu verk. ☎ 0173 8210964

Günstige Gebrauchte



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

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

Bereifung

Reifen 15 Zoll

4 So.-Reifen Conti, 215/70 R15, neuwertig, Vancocamper, VB 500,- €. ☎ 0170/77094706

Reifen 16 Zoll

Verk. 4 Sommer-Reifen Yokohama BluEarth ES32 185/55 R16 83V, nur 250 km gefahren, Preis 150 €. ☎ 0172 836 1754

Reifen ab 18 Zoll

4 SR, Michelin e.Primacy, 225/55 R18, 102V, ca. 5000 km (nachweisbar), VB 450,- €. ☎ 09626/670

Autokaufgesuche



Suche Kleinwagen od. Kompaktklasse, gut erhalten, m. TÜV, Alter bis 10 J., f. Fähranfängerin, als Geschenk f. meine Enkelin. Freue mich auf Gute u. ehrlich gemeinte Bildzuschr. Nr. AZ494272 an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre. Dann erfolgt Besichtigung u. Probefahrt.

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

Wohnmobile/Caravan

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

Motorräder

Yamaha XJ 900, 42.000 km, 2x Seitenkoffer, sehr gepf., VB 2.600,- €. ☎ 0155/60007602, ab 13 Uhr

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

Mofas/Mopeds/Roller

Piaggio XEVO 400i, Bj. 10/07, 35 PS, guter Zustand, grau-met., € 990,-. ☎ 09621/14390

Räder/Bikes



Damenfahrrad, Pegasus, 28 Zoll, 21 Gang, Shimano Schaltung, sehr guter Zustand, VB 150,- €. ☎ 0170/3306339

Kaufe alte Rennräder, wie z.B. Bianchi, Colnago, Eddy Merckx etc. ☎ 0171/3322269

Oldtimer-, Nostalgie-Fahrräder zu verkaufen. ☎ 0176/39977498

2-5 ZEILEN FÜR 19,05 €.
JEDE WEITERE 3,50 €!

Bei uns verkaufen Sie Ihre gebrauchten Reifen zum **NEUEN PREIS!**

Anzeigen-Service
0961/85-502

E-Bikes



Verkaufe E-Bike Hercules Roberta Vario, Akkuleistung 400 Wh, Baujahr 2013, Preis 800,- €, Kontakt unter Tel. 0157/72013077



E-Bike Conway neuwertig, 3 Jahre alt, nur 150 km gelaufen, Motor Bosch CX Gen.4 85NM, 625Ah Akku, VB. 1850 €, ☎ 0175/9183047

SIMPLON Kagu Trekking, 26", Trapez-Alurahmen, RH 50 cm, matt-schwarz, geräuschloser Heckmotor 50 NM, 612 W Akku, generalüberholt, inkl. Lenker-/Gepäckträger tasche, NP 3499,- €, VB 949 €. ☎ 0151/10753119

Haibike SDURO 4 J. alt, 28 Zoll, wegen Todesfall zu verk., wenig gefahren, 1606 km, Akku Bosch 500. Preis VB. ☎ 09603/1229

Verkaufe Propheete Damen-E-Bike mit Mittelmotor, 28 Zoll, 7 Gang, nur 15 km gelaufen, NP 1300,-€ VB 800,-€ ☎ 0171/3019686

E-Bike Victoria, 412 km, neuwert., Bosch-Motor, 500 W, verk. ☎ 0170/6847009

Zweiradzubehör

Jacke XXXL, Marke Polo-TEX, plus Unterzieh-Jacke bei Kälte, **Hose 28**, Marke Polo-TEX plus Unterziehhose bei Kälte, **Helm Marke Held, Helm Marke Schubert**, zu verk. ☎ 09628/768

Zum Ausschneiden

**20%****RABATT AUF IHRE KFZ-ANZEIGE UND EIN KOSTENLOSES BILD!**

Gültig nur für private Kleinanzeigen im KFZ-Markt. Einlösbar nur für einen Anzeigenauftrag. Kann nicht mit anderen Rabattaktionen kombiniert werden.

Aktionsende: 30.04.2026**Oberpfalz Medien GmbH** | Telefon 0961/85-502
Weigelstraße 16, 92637 Weiden

Kleines Geschenk am Schalter in Weiden und Amberg



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

1 Ticket „Kastelruther Spatzen“ am 8. April (Nachholkonzert) in Weiden, Max-Reger-Halle, Reihe 7 zum Originalpreis + Inseratkosten zu verkaufen. ☎ 0176/50452001

Einrichtung/Haushalt

Haushaltsauflösung Wernberg-Köblitz Möbel zeitlos und moderner Stil, Teppiche, Lampen, Geschir, Werkzeug etc + Imkerrzubehör. Alles hochwertig, Preise VB. Samstag 07 März. Fragen dazu und Anmeldung: ☎ 0176/56962503

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

Verkaufe Kondenstrockner Gorenje, 6 kg, VB 170,-. ☎ 0174/8403023

GRATULIEREN SIE BESONDEREN MENSCHEN MIT EINER ANZEIGE IN UNSERER TAGESZEITUNG!

ZUM GEBURTSTAG

Bereiten Sie einem Geburtstagskind eine besondere Überraschung mit einem Geburtstagsgruß, den man schon beim Morgenkaffee in der Zeitung lesen kann.

**Mutti Hannelore!**

70 Jahre bist Du jung, hast immer noch denselben Schwung, bist sorglos, heiter und zufrieden, Mensch, wo ist die Zeit geblieben. Du bist so herzerfrischend froh, hoffentlich bleibst Du noch lange so. Mit Deinem sorgenfreien Lachen kannst Du anderen Freude machen. Für die Familie immer da, auch wenn's nicht immer einfach war.

Elisabeth, Hans mit Ingo und Sandra

Nr. 5: 45 x 70 mm

Musteranzeige verkleinert

AKTION 50% RABATT

Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

Aktionsende: 31.03.2026**GRÜßE AN DIE LIEBSTEN**

ZUR HOCHZEIT

Besondere Ereignisse erfordern besondere Maßnahmen. Mit einer Glückwunschanzeige bereiten Sie dem Brautpaar Freude und schaffen eine schöne Erinnerung.

Eine Auswahl an verschiedenen Anzeigenformaten und Motiven finden Sie unter

www.onetz.de/anzeigenmuster-nette-rubrik

Service: 0961/85-502



Wer verschenkt?

Su. Flohmarktartikel ☎ 0157/83375783

Verloren/Gefunden

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

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. Jackchen, pass. Zubehör u. Schuhe (Gr. 36), u. **Kommunionanzug**, Gr. 158, dunkelblau, zu verk. ☎ 0961/27700

Musikinstrumente

Akkordeon Verdi III von Hohner, sehr gut erhalten mit Koffer zu verkaufen, VB: 570 €. ☎ 09659/8349888

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

Sport/Freizeit/Hobby

Bockdoppelflinte 12/76, Beretta 686 Silver Pigeon mit Wechselchokes; **Bergstutzen 7x57 R/22** Hornet Sauer u. Sohn 54 mit ZFR 2,5-10x50 Leuchtpunkt; **Bockbücksflinte 7x65 R/12/70** Blaser 95 Handspannung mit Zeiss ZFR 2,5 -10 x 48; Preis VS, Waffen neuwertig nur an EWB. ☎ 09606/8151

Jagdwaaffe Rep. Sauer 202, Kal. 9,3 x 62, ZF 3-12x56 LP, VB 3.600 Euro. Nur an Berechtigte zu verk. ☎ 0155/60007602, ab 13 Uhr

ANKAUF/
VERKAUFBüro- u. Ge-
schäftsausstattung

Gelegenheit – Büroschreibtische, höhenverstellbar m. Drehsessel, Sideboards, weiß. Sehr hochwertig. Umständehalber, 55 % unter VP zu verk.; ☎ 0171/5361853

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

BEKANNT-
MACHUNGEN

Dienstleistungen

Biete Gartenarbeit rund um's Haus!
Heckenschnitt, Rasenmähen, Pflanzenpfl., Unkrautentf., Zaunarbeiten, Steinreinigung u.v.m.
☎ **0175/ 40 71 71 9**

Dachdecker bietet an: Kleinreparaturen, Feuchtigkeit Behebung, Neueindeckung, Sanierung, Beschichtung (Freie Farbauswahl) & Dachrinnenreinigung ab 9€ lfm. ☎ 01520-5121748

Gärtnert bietet Gartenarbeit von A-Z
Heckenschneiden, Bäume fällen, Beet- und Pflasterarb., Vertikutieren, Stein- & Dachreinigung ab 11€ ☎ 01520-5121748

Wer malt Votivtafel gegen Honorar.
Zuschr. Nr. W49448Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Biete Gartenarbeit rund ums Haus.
Hecken-, Sträucherschnitt, Unkraut Rasen mähen uvm. ☎ 0176/24012704

Handwerker

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

HAUSTIERE

Haustiere

Reinrassige Labrador-Welpen in braun und schwarz aus liebevoller Familienaufzucht mit 12 Wochen abzugeben. Geb. 03.02.26, bei Abgabe geimpft, gechippt und mehrfach entwurmt. Besuch und Kennenlernen gerne möglich. ☎ 01522-4935158

Goldfische und Kanarienvögel zu kaufen gesucht, LKR Neustadt. ☎ 09681/1718

Glückskatze, 3-farbig, weiblich, sehr lieb u. anhänglich, Einzelgängerin, sterilisiert und gechippt, sucht dringend einen neuen Katzenmenschen, nur Anrufe aus dem Raum Waldershof u. Marktredwitz. ☎ 0152/02083992

Wau Wau! Mischlingshunde (entwurm, geimpft, gechippt), suchen liebevolle Familien. ☎ 0170/9004645 oder bmaodus@gmail.com

Junge Zwerg- und Stallhasen zu verk. Riesenschecken, blaue Wiener und helle Großsilber. Ursensollen ☎ 09628/783

Vermisste Tiere



Roter Kater in Neukirchen b. Su-Ro, Nähe Bahnhof, seit 16.2.26 vermisst, vielleicht in Zug gelockt und andernorts ausgesetzt, mit Finderlohn, Hinweise bitte an ☎09663-349 od. 0173/7745080

SENIOREN

Seniorenbedarf

Grundig Seniorenmobil ECO Silber (Roller m. 3 Rädern), NP 1299,- € - nicht gefahren, VB 900,- € m. Helm, fahrbereit. ☎ 09636/236 ab 10 Uhr Samstagvormittag, ab 12 Uhr ☎ 09636/924174.

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

Elektrodreirad. Rotes Senioren-Dreirad mit starkem Elektroantrieb, breiten Reifen 26 Zoll, Anfahrhilfe, neue Batterie für 1000,- € zu verk. Tel. 0160/96780225

Seniorenroller DIETZ Alvaro, 4-rädig, silber, VB, Waldsassen, ☎ 0151 261 68 410

Onetz



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

Geben Sie jetzt Ihre
private Kleinanzeige auf.

Gültig für private
Kleinanzeigen, z.B.

- » Musikinstrumente
- » Tickets
- » Briefmarken/Münzen

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

LANDWIRTSCHAFT HEUTE

Von Klauen und Hufen zu Reifen

Von Mathias Beutner

So vieles hat sich in drei Generationen Landwirtschaft getan. Von den Großeltern, die noch mit Pferd und Ochs das Feld bewirtschafteten bis zum Hochleistungs-Traktor mit Hightech Ausstattung. Doch trotz des ganzen Wandels, gäbe es keine fruchtbaren Böden ohne ihn: den **Humus**. Früher reine Basis des Überlebens, heute

Manche Nachbarn meinen es gut und bieten Landwirten ihren Hausbau-Erdaushub für das Feld an. Doch das ist nicht der wertvolle, fruchtbare Humus, den diese brauchen. Humus ist ein kleiner, aber für uns alle höchst bedeutsamer Teil in der obersten Schicht unseres Bodens. Humus entsteht aus abgestorbenen Pflanzenresten, Wurzeln und organischen Düngern (Mist, Gülle, Kompost). Diese werden von Bodenorganismen zersetzt. Dabei entstehen stabile Verbindungen, die die Bodenstruktur verbessern und auch wichtig für

den Klimawandel sind. Genug Humus puffert nämlich Wetterextreme ab, verbessert den Wasserhaushalt auch bei Dürre oder Starkregen und sorgt für eine gleichmäßigere Nährstoffversorgung der Feldfrüchte.

Humus ist zudem Lebensraum für ein aktives Bodenleben. Mikroorganismen und Bodentiere fördern die natürliche Bodenfruchtbarkeit. Gleichzeitig bindet Humus Kohlenstoff und leistet damit einen Beitrag zum Klimaschutz. Zusammenfassend also ein wahres Allround-Talent!

„Es gibt auch das Sprichwort: in einer Hand voll Erde stecken mehr Organismen als Menschen auf der Erde“ fügt Mathias Beutner, Pflanzenbauberater am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Tirschenreuth-Weiden (AELF), hinzu.

„Ein Knochenjob war die Arbeit auf dem Acker früher. Dazu sehr

zeitaufwändig und damals musste ein Landwirt noch wesentlich weniger Menschen als heute ernähren.“ so Mathias Beutner.

Große Maschinen auf großen Flächen wären diesbezüglich ein Segen für die damaligen Landwirte gewesen. Doch wo Vorteile sind, gibt es auch Nachteile: Verdichtung, Erosion, weniger Artenvielfalt. Das Gute: heute wird Humus wissenschaftlich verstanden, weshalb die Landwirtschaft gezielt ihren Humusgehalt wieder steigert bzw. gezielt aufbaut und erhält.

Wichtige Maßnahmen sind hier vielfältige Fruchtfolgen, der Anbau von Zwischenfrüchten, organische Düngung mit Mist, Gülle oder Kompost.

Auch eine schonende Bodenbearbeitung durch z. B. Reifendruckregelanlagen oder „Pfluglos“ hilft. Dass Ernterückstände wie Stroh oder Maisblätter auf dem Feld bleiben, ist ebenfalls gut für den Hu-

mus. „Je mehr wir diese Maßnahmen kombinieren, desto besser können wir Humus aufbauen und unsere Böden widerstandsfähiger machen“, ergänzt Beutner. „Mithilfe unserer Ausbildung in Schulen und Beratung sind die heutigen Landwirte Experten für Boden, der so viele Menschen wie möglich nachhaltig ernährt.“ schließt der AELF-Pflanzenbauberater ab.

Wie Landwirte Humus aufbauen

- » Vielfältige Fruchtfolgen – Kulturen wechseln, um den Boden nicht einseitig zu belasten.
- » Zwischenfrüchte anbauen – Leguminosen oder Gräser schützen den Boden und liefern organisches Material.
- » Organische Düngung – Mist, Gülle oder Kompost tragen langfristig zur Humusbildung bei.
- » Schonende Bodenbearbeitung



Mutter, Tante und Großvater von AELF-Pflanzenbauberater Martin Schreyer pflügen mit ihren Ochsen das Feld. Bilder: Martin Schreyer / Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Tirschenreuth-Weiden

– Reduzierter Pflug- oder Fräseinsatz verhindert Humusabbau.

» Rückführung von Ernter-



Leon Miederer von Agrisem zeigt bei einer Feldvorführung des AELF wie heute mit modernster Technik bodenschonend gearbeitet wird.

ückständen – Stroh, Maisblätter oder andere Pflanzenreste auf dem Feld fördern den Humusaufbau

Unsere Magazine
für Sie.
onetz.de/magazine

www.getreidesilo.de
Tel.: 09604 932713-0 | Mail: info@getreidesilo.de

Ihr Partner für die Futtermittellagerung

LANDLUFT TRIFFT HOCHDRUCK.

Mitglieder der Bauern- und Winzerverbände profitieren jetzt von exklusiven Angeboten.

NT 65/2 Ap Tc Farmer

Nass-Trockensauger: Großer Behälter, Schlepperset und Kippfahrgestell.

Ersparnis bis € 385

€ 949*

Best.-Nr. 1.667-311.0



HDS 9/17-4 CXA Plus Farmer

Heißwasser-Hochdruckreiniger: Inklusive Anbausatz autom. 20m Schlauchtrommel und Dreckfräser

Ersparnis bis € 2.250

€ 3.999*

Best.-Nr. 9.702-475-0



HD 8/18-4 M Cage Plus Farmer

Kaltwasser-Hochdruckreiniger: Der Allrounder für die Landwirtschaft

Ersparnis bis € 760

€ 1.499*

Best.-Nr. 1.524-982.0



HD 9/20-4 MX Classic Plus Adv Farmer

Kaltwasser-Hochdruckreiniger: Unschlagbar in Robustheit, Leistung und Ausstattung

Ersparnis bis € 630

€ 1.699*

Best.-Nr. 9.702-478.0



karcher.de/aktion-farmer *Unverbindl. Aktionspreisempfehlung in Euro inkl. MwSt. Ausgewiesene Ersparnis bezogen auf UVP. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Angebote gültig ab 01.02.2026 bis 31.12.2026, solange der Vorrat reicht. **Registrieren Sie online unter www.karcher.de/garantie24 Ihr gekauftes Produkt innerhalb von 6 Wochen nach Kauf, aber spätestens bis zum 12.02.2027 (Ausschlussfrist) und sichern Sie sich eine Garantieverlängerung von 12 auf 24 Monate. Nur gültig für angegebene Aktionsprodukte. Das Bestellformular für Mitglieder in den Bauern- und Winzerverbänden finden Sie im jeweiligen Internetauftritt.

**Neueröffnung
Technikzentrum**
am 21.03.2026

**Verkaufsoffener
Marktsonntag**
am 12. April in Mitterteich



**Raiffeisen Waren GmbH
NORDOBERPFALZ**

regional - kompetent - zuverlässig!

Ludwig-Erhard-Str. 10, **95666 Mitterteich**, ☎ 09633/692980
info@raiffeisenware-nopf.de, www.raiffeisenware-nopf.de

steyr-traktoren.com

Die neue Modellreihe STEYR PLUS mit 80 - 120 PS

JEDER LANDWIRT VERDIENT EINEN PLUS

GROSSE GEWERBESCHAU

Am SAMSTAG, 28.03. UND SONNTAG, 29.03.2026
jeweils von 10 bis 17 Uhr

IGL Landtechnik GmbH & Co. KG

Am Kalvarienberg 18 • **92536 Pfreimd**
Telefon 09606 9225-0
www.igl-handtechnik.de

STEYR
TRAKTOREN

Wohnen & Leben

Immobilienverkauf
Immobilienverkauf**www.ofen-goetz.de**Immobilienverkauf
1-2-Familien-Häuser**Plößberg, großzügiges Wohnhaus,** 164 m² Wfl., Fußbodenhgz. (Pellets), 974 m² Grdfl., m. Schwimmteich zu verk. ☎ 09636/91164**EFH, Nähe Spielplatz in Trausnitz,** Bj. ca. 1900, Wfl. 99 m², m. gr. Gemüsegarten, renov.-bed., Grd. 748 m², von privat zu verk. ☎ 0151/75077544Immobilienverkauf
Doppel-/Reihenhäuser**Verkaufe Doppelhaushälften mit Traumaussicht. Eigenheim schaffen für bezahlbaren Wohnraum.** Am Schlossberg in 92723 Tannesberg. Preis ab 250.000 Euro. Häuser als Ausbauhaus mit Ausbaubetreuung. Ausbauhaus: Grundstück, Rohbau, Dach, Fenster, Haustüre sowie Teil der Außenanlagen. Wohnfläche je Haus ca. 150 qm Balkon und Terrasse, Nutzfläche ca. 36 qm. Kamin für Holzofen vorhanden. Grundstücksfläche ab 255 qm. Carport + Stellplatz. Häuser mit Aufzug noch verfügbar. Verfügbar ab 30.09.2026. Derzeitiger Baustand: Kellerge-schoss. Bitte Infos unter: info@immoteg.com.Immobilienverkauf
Mehrfamilienhäuser**Renditeobjekt:** Amberg, Dreifaltigkeitstrasse, 3 FH + 1 GE u. 5 Stellplätze, ca. 430 m², vermietet 45 T€ Kaltmiete, KP 850 T€. ☎ 0171-3423407Immobilienverkauf
2-Zi.-Eigentumswhg.**ETW, AM, 2 Zi, Kü, Bad, Balkon, 59 m²,** 3.OG, 145.000 €, Garage optional, Kontakt: hauer-22@web.de**ETW GEM. URSSENSOLLEN NEUBAU** 66 m², VB. E-MAIL: s290555@aol.deImmobilienverkauf
4-Zi.-Eigentumswhg. u. größer**AM: 5 Zi.-ETW,** Raiginger Höhe/Altenheim, 95 m², Weitsicht 4. Stock m. Aufzug, Bj. 1972, EBK, Energieausweis vorhanden. sofort frei, 278 000,-€ ☎ 09621/14162 AB od. ☎ 0171/3855988Immobilienverkauf
Grundstücke**Naturnahes Baugrundstück** (Gebiet um Mariahilfberg Amberg), viele Arten der Bebauung möglich (EFH, MFH), wenige Minuten zur A6, ca. 700 m². Auf Anfrage 0151/26371904 (keine unterdruckten Nummern)Immobilienverkauf
Immobilienankauf**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. ☎ 096219011814Immobilienverkauf
1-2-Familien-Häuser**Haus am Dorf gesucht.** Familie sucht Haus mit mind. 1500 qm Grundstück rund um Tir, Walds., Mittert., Neuallbenr. Tel. 01705900884**Dringend! 2-Fam.-Haus in Weiden zu kaufen gesucht,** auch mit großer und kleiner Wohnung. ☎ 0151/61402357Immobilienverkauf
Mehrfamilienhäuser**Suche Mehrfamilienhaus zum Kauf** von privat zur Altersvorsorge und Kapitalanlage. Ab 5 Wohnungen in Amberg, Schwandorf oder Weiden. Ich bin kein Makler. Tel.: 09627/9245333Vermietungen
Vermietungen**Whg. in AM,** Raiginger Höhe, 85 m², 3 ZKB (EBK), an alleinst. Person, 1. Stock, möbliert, 700,- € + NK, zu verm., evtl. gr. Whg., ca. 110 m², wird gesu. bzw. Tausch. ☎ 09621/14162 AB**Lauterhofen: Helle 3-Zi.-Whg.,** 98 m², mit Terrasse, Stellplatz, Kellerabteil, keine Haustiere. ☎ 09186/1308Vermietungen
Doppel-/Reihenhäuser**AM: RMH,** 100 m², kl. Garten, Carport, EBK, teilmöbliert, Bj. 96, 960,- € + NK 85,- €, ab 1.5.26 zu verm., befristet für 1 Jahr. Zuschr. Nr. AZ49438A an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre**Schöne DHH,** ca. 150m² in AM, ab 01.06., EBK, Wintergarten, Kachelofen, Sauna, ausgeb. DG, etc., ruhige Lage, gepfl. Garten, 1.500 € kalt + 80 € NK + 60 € Garage. ☎ 0172 883 71 13Vermietungen
1-Zi.-Wohnungen/App.**AM: 1-Zi-Whg, 45m² - Nähe Siemens** 2.OG, voll möbliert, EBK, Dusche, WC, Wohn-Schlafraum, nur für WE-Heimfahrer, 580€ warm. ☎ 0 96 21 / 17 27 008**1 Zi.,** Bad, Kochnische, Flur, in Gleiritsch. ☎ 0171/1925538**Sie sind auf der Suche nach einem passenden Mieter oder Käufer für Ihre Immobilie?****Gleich Anzeige schalten! 2-5 Zeilen für nur 25,75 €****Anzeigen Service:** 0961/85-502Vermietungen
2-Zi.-Wohnungen**2-Zimmer-Mansarden-Wohnung,** ca. 50 m², Bad und Wohnküche, Abstellraum, Süd-Balkon, in Amberg zu vermieten. ☎ 01522/9491225**AM, 2-Zi.-Whg.,** offenes Wohnen, Nähe FH, m. Fußbodenheizung, EBK, Balkon, Erstbezug, ab sofort zu vermieten. ☎ 0175/7550139**TIR: helle DG-Whg.,** 77 m², mit außergewöhnlich großem Wohnzimmer, 2 Zi., Kü., Bad, 2 Stellplätze, ab sofort frei. ☎ 0151/19143013**Sonnige 2-Zi.-Whg., WEN,** 68 m², EBK, 1. OG, Südbalkon, Stellpl., Keller, NR, keine Haustiere, 680 € KM, WhatsApp an 01575 2857398**AM Dreifaltigkeit, 2-Zi.-Whg.,** 67 m², EBK, Balkon, Keller, 520,- € kalt, NK 150,- €, Stellplatz, 20,- €, Kauton 3 KM, Schufa. ☎ 0173/5834979**Ebermannsdorf: 2-Zi.-Whg.,** 75 m², Küche, Bad, KM 500,- €. ☎ 0176/6669566**Bärnau: 2 Zi.,** Kü., Bad, 50 m², zu verm., Balkon, Keller, Stellplatz. ☎ 09635/745Vermietungen
3-Zi.-Wohnungen**Schmidmühlen: 3 Zimmer,** EBK, Bad, extra WC, Diele, 100 m², gr. Balkon, 1. OG, NR, keine Haustiere, Stellplatz, KM 480 € + NK + 1 MM Kauton, ☎ 0175/6246624**Schöne Altstadt Whg. in AM,** 1. Stock, 3 Zi., Kü., Bad, Balkon, ZH, ca. 90 m², 650,- € + NK, Zuschr. Nr. AZ49440Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre**SUL, Nähe Realschule/Krankenhaus** 60 m², attraktive DG-Whg mit EBK, Kaltmiete mit Stellplatz mtl. 500 €, + NK (ca. 160 €). ☎ 0162/7758633**Amberg/Wagrain,** 3-Zi.-Whg., 82 m², EG, EBK zur Übernahme, Terr., Garten, Keller, Garage 35,-, 700,- kalt, NK 65,-, Kauton 3 KM, Schufa. ☎ 0173/5834979**3 Zi.,** Kü., Bad, Abstellraum, Keller und Balkon, in Gleiritsch. ☎ 0171/1925538Vermietungen
4-Zi.-Wohnungen u. größer**Vilseck - 5 Zimmer Wohnung im 1. OG** Vermiete geräumige Wohnung, ca. 120 qm Wohnfläche, sep. Küche, Badezimmer mit Dusche und Wanne, sep. WC, prakt. Vorratsraum, großer Balkon und Garage in ruhiger Wohnlage ... Tel: 0160 2606538**Su.-Ro. 4-Zi.-Whg.,** 2 Kl.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**Wohnung in heller sonniger ruhiger Lage** mit Dachbalkon, Garten, neu ren., in Waldnähe zu verm., Wfl. 92 m², Nähe Vilseck. ☎ 09662 7379Mietgesuche
Mietgesuche**Suche kleine Wohnung,** Etzenricht oder im Umkreis von 20 bis 25 km, bis max. 550,- € Warmm. Bin 48 Jahre, alleinstehend, ohne Haustiere. ☎ 0162/9690416Mietgesuche
2-Zi.-Wohnungen**Ältere Frau (76 J.) su. kleine Whg.** mit Dusche zu mieten. ☎ 0175/7397865Mietgesuche
Garagen/Stellplätze**Garage in Amberg** ab sofort zu mieten gesucht. ☎ 09621/960390Verpachtungen
Pachtgesuche**Suche Weiher zum Pachten** mit Zulauf, in gepflegter und guter Lage in Altenstadt/Floß/Püchersreuth bzw. 10 km Umkreis, mit guter Zufahrt. ☎ 0171/8441598**Raum Unterwildenau ca. 2 ha Wiese und ca. 7 ha Acker,** mehrere Teilflächen, ab Okt. 26 zu verpachten. ☎ 0176/44587612**Kleiner Garten in Weiden (Rehbühl)** zu pachten gesucht. Zuschr. Nr. W49445Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Sie möchten Ihre Landmaschine verkaufen?

Dann inserieren Sie unter unserer Rubrik „Landwirtschaft“.

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

LANDWIRTSCHAFT

Landmaschinen

Diesel-Tank, doppelwandig, 3500 l, mit Pumpe und Zählwerk
Saphir-Kehrmachine für Traktor, 230 cm breit, zu verkaufen. ☎ 09638/598 oder 0151/29048062**Zetor Schlepper gebraucht,** Bj 1972, 63 PS, mit Kabine, TÜV 3/27, guter Zustand, zu verkaufen. ☎ 0176/97847342**Suche Scheibenmähwerk u. Wiesen-schlepper** ☎ 0171/2856121

Tiermarkt

Bienenwirtschaftsvölker Carnika, standbegattet auf Zander zu verk. ☎ 0151/17690217**Verkaufe Strasser blau o. B.** 1.0 und 0.1. ☎ 0151/46530967**4 Bienenstöcke zu verkaufen.** ☎ 09635/1216 ab 17 Uhr**4 Bienenstöcke zu verkaufen.** ☎ 09627/721

Landw. An- und Verkauf

Heu in Rundballen Verk. ca. 30 Rundballen gutes Heu, Durchm. 120 cm, für Landwirte und Pferdehalter, Selbstabholung, Preis VP, Auskunft unter 0151 59831250**Photovoltaik Reinigungs Systeme,** Teleskop-Decken Waschlanze bis 10m. Bürsten, auch Verleih, 09644-8613 areinigungstechnik.de. prospekt anford.**Suche Güllefass zum Ausleihen.** 8 – 12 m³ Schleppschlauch etc. Umkreis 5 – 10 km von Ehenfeld, Massenricht, Kindlas, etc. ☎ 0170/4796764**Verkaufe Imker Blütenhonig,** eimerweise, 6 od. 8 kg, pro kg 8,- €. ☎ 0160/2195319**Lupinen** ca. 4 to zu verkaufen, Tel. 0175/6166604**Suche Separator** für Westfalia Melkanlage. ☎ 09632/4869**Heu in Quaderballen,** Ernte 2025, zu verkaufen. ☎ 0174/2411767

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**

GREGOR IMMOBILIEN & Hausverwaltung

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

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

CITYIMMOBILIEN GMBH

Immobilien-gesellschaft der Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG

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

SPARRER IMMOBILIEN

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

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

Sparkassen Immobilien GMBH VERMITTLUNGS

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

Sparkassen Immobilien GMBH VERMITTLUNGS

Sparkasse Oberpfalz Nord Immobilien-team

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

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.



STELLEN-SPEZIAL: KAUFMÄNNISCHE BERUFE



So klappt der Aufstieg

Selbstvertrauen gehört unbedingt dazu

Was ist die wichtigste Voraussetzung für eine berufliche Karriere? Nach Meinung vieler Personalisten ist es das richtige Mindset. Wer an sich glaubt und diese Zuversicht ausstrahlt, wirkt auch auf andere stark und kompetent. Zum Glück lässt sich diese Haltung trainieren! Dazu

gehört vor allem, sich immer wieder neuen Herausforderungen zu stellen. „Wer sich regelmäßig aus der Komfortzone herauswagt, trainiert den Erfolgsmuskel“, meint Petra Timm vom Personaldienstleister Randstad. „Wenn ich sehe, dass ich etwas geschafft habe, traue ich mir beim

nächsten Mal automatisch mehr zu. Und wenn mal etwas nicht klappt, heißt es ruhig bleiben und erst einmal auf Lösungen konzentrieren. Später ist es allerdings wichtig, den Fehler zu analysieren und daraus zu lernen.“ Genau das ist auch der Unterschied zwischen echtem Selbstbewusstsein

und Selbstüberschätzung: Wahre Stärke liegt darin, eigene Unvollkommenheiten zu akzeptieren, Kritik anzunehmen und auch mal über sich selbst zu lachen. Wer dagegen nach außen signalisiert, immer alles richtig zu machen, wirkt überheblich, arrogant. (txn)



Blickkontakt mit einem freundlichen Lächeln strahlt Selbstvertrauen aus. Bild: txn-

Foto: Randstad/AdobeStock/Michael Cunningham/peopleimages.com



Die Jobangebote dieses Stellen-Spezials finden Sie auch online.

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



Die EAD Dirnberger GmbH ist ein regionales Messdienstleistungsunternehmen und Ihr Ansprechpartner bei allen Fragen rund ums Ablesen und Abrechnen von Wärme und Wasser. Unser Arbeitsbereich ist die Erstellung von Heizkostenabrechnungen sowie andere Dienstleistungen rund um Immobilien.

Wir verstärken unser Team und suchen ab sofort einen
Kaufmännischen Innendienstmitarbeiter (w/m/d)

Ihre Aufgaben:
Erstellung von Heizkosten- und Nebenkostenabrechnungen
Sachliche und rechnerische Prüfung betriebskostenrelevanter Rechnungen
Kommunikation mit Hauseigentümern, Hausverwaltungen sowie Mietern

Ihr Profil:
Sie verfügen über eine kaufmännische Ausbildung und haben idealerweise bereits Berufserfahrungen im Bereich Immobilien- oder Hausverwaltung.

Wir bieten Ihnen:
eine attraktive Vergütung und betriebliche Altersvorsorge, ein unbefristetes Arbeitsverhältnis mit langfristiger Perspektive und geregelte Arbeitszeiten in Vollzeit
Sie sind interessiert? Dann verschwenden Sie keine Zeit und bewerben Sie sich jetzt!

EAD Dirnberger GmbH > Prof-Stahl-Str.31 > 92637 Weiden i.d. OPf. > Telefon: 0961/47071-12
Ansprechpartner: michael.vonlossow@ead-dirnberger.de
Michael.VonLossow@ead-dirnberger.de > www.ead-heizkostenabrechnung.de/karriere



**Zweckverband für Rettungsdienst
und Feuerwehralarmierung
Oberpfalz-Nord**

**Informationssicherheitsbeauftragte/r (m/w/d)
in Vollzeit (100 %) – Dienstort Amberg**

Wir freuen uns auf Ihre vollständige Bewerbung bis zum **27.03.2026** mit aussagekräftigen Unterlagen und Qualifikationsnachweisen per E-Mail (ausschließlich im PDF-Format) an folgende Anschrift:
bewerbung@zrf-oberpfalz-nord.de



Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zum nächstmöglichen Termin

Steuerfachangestellten (m/w/d)

Steuerfachwirt (m/w/d)

Bilanzbuchhalter (m/w/d)

in Vollzeit oder Teilzeit

Ihre Aufgaben:

- Erstellung von Finanzbuchhaltungen, Steuererklärungen, Jahresabschlüssen
- Betreuung eines festen Mandantenkreises

Ihr Profil:

- Ausbildung als Steuerfachangestellte:r, Steuerfachwirt:in
- Sicherer Umgang mit MS Office
- Sie arbeiten und handeln kooperativ, selbstständig, gewissenhaft und mandantenorientiert

Wir bieten:

- Unbefristete Stelle mit flexiblen Arbeitszeiten
- Attraktive Vergütung
- Nach Einarbeitung Homeoffice Möglichkeit an bis zu 2 Tagen/Woche
- Weiterbildungen, Firmenevents & Corporate Benefits sowie eine arbeitgeberfinanzierte betriebliche Krankenversicherung

Wir freuen uns über die Zusendung Ihrer Bewerbungsunterlagen, gern auch per E-Mail, an: s.hoheisel@steuerkanzlei-bauriedl.de



SBS Bauriedl GmbH & Co. KG
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Kontakt: Sandra Hoheisel
Leibnizstraße 17 | 92637 Weiden
Telefon 0961-3883380 | E-Mail: s.hoheisel@steuerkanzlei-bauriedl.de



UNTERNEHMENSGRUPPE

Sie suchen eine Ausbildungsstelle ab September 2026?

Sie haben Spaß an spannenden Aufgaben und überzeugen durch ein sympathisches und souveränes Auftreten?

Dann bewerben Sie sich bei der
WIV Unternehmensgruppe!

Wir suchen Auszubildende zu:

**Kaufleuten für Büromanagement (m/w/d)
und**

Immobilienkaufleuten (m/w/d)

Wir bieten:

- Eine vielseitige, (fach-)praktische Ausbildung in einem seit über 30 Jahren bestehenden und erfolgreichen Unternehmen
- Eine qualifizierte und abwechslungsreiche Ausbildung mit optimaler Betreuung in einem engagierten Team
- Umfangreiche Einarbeitung und intensive Betreuung
- Eine hervorragende berufliche Perspektive mit großem Potenzial für die individuelle Weiterentwicklung

Das bringen Sie mit:

- Mindestens Real-/Wirtschaftsschulabschluss
- Kommunikationsstärke und ein gutes Ausdrucksvermögen in Wort und Schrift
- Engagement, Teamfähigkeit und Verantwortungsbewusstsein

Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen richten Sie bitte an:
W.I.V. EXCLUSIVBAU Bauträger GmbH, Zur Drehscheibe 5, 92637 Weiden
bewerbung@wiv-unternehmensgruppe.com
www.wiv-unternehmensgruppe.com

Justizvollzugsanstalt Amberg

Wir suchen **ab sofort**

**1 Beschäftigte (m/w/d)
für Verwaltungstätigkeiten**



möglichst in Vollzeit (40 Std.), befristet bis Dez. 2027 und
ab 01.07.2026

**1 Beschäftigte (m/w/d)
für Verwaltungstätigkeiten**

befristet bis 31.01.2028, in Vollzeit, mit der Verpflichtung zur Teilnahme an einem beamtenrechtlichen Auswahlverfahren.

Zu Ihren Aufgaben gehören das eigenständige Office-Management und Interesse an fachspezifischen IT-Anwendungen sowie elektronischer Aktenführung. Die Tätigkeiten erfordern eigenständiges und selbstverantwortliches Arbeiten sowie Zuverlässigkeit, Einsatzbereitschaft und Teamfähigkeit.

Vergütung erfolgt jeweils nach TV-L mit allen Leistungen des öffentlichen Dienstes.

Ausführliche Informationen zum Stellenprofil erhalten Sie unter
www.justiz.bayern.de/justizvollzug/bewerber/aktuelle-stellenangebote

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte per Mail **bis spätestens 22.03.2026** an:

Justizvollzugsanstalt Amberg
Werner-von-Siemens-Str. 2, 92224 Amberg
E-Mail: bewerbung.am@iv.bayern.de
Auskünfte: 09621 79-107





Küchenhilfen (w/m/d)
für das Bezirksklinikum Wöllershof

Ihr Kontakt

Ihre vollständige Bewerbung senden Sie bitte mit Angabe der Referenz-Nr. **WOE-VW-2025-136** als PDF-Datei mit max. 5 MB bis spätestens 29.03.2026 an bewerbung@medbo.de.

Medizinische Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz – medbo KU
Personalabteilung
z.H. Nicole Stöckl
Universitätsstraße 84
93053 Regensburg

Wir informieren Sie gerne vorab:
Tel. +49 (0) 9602 78-7401
Herr Bernhard Müller
Küchenleiter
Bezirksklinikum Wöllershof

! Weitere Infos unter medbo.de/jobs

Rund 4.000 Expert:innen, sechs Standorte, eine Faszination: das menschliche Gehirn. Unsere psychiatrischen und neurologischen Kliniken, Zentren und Pflegeheime wachsen mit unserem Nachwuchs. Hier setzen die medbo Pflegeschulen an. Mit 270 Ausbildungsplätzen für angehende staatlich geprüfte Pflegefachleute und -helfer:innen (Krankenpflege) betreiben wir eines der größten und modernsten Ausbildungszentren in der Oberpfalz.

UNSER ANGEBOT

- Ein Teilzeitarbeitsverhältnis mit 19,25 Wochenstunden
- Tarifgerechte Bezahlung nach EG 3 TVöD
- Betriebliche Zusatzrente ohne Eigenbeteiligung
- Einsatzort: Wöllershof
- Fort- und Weiterbildung sowohl im hausinternen Institut für Bildung und Personalentwicklung als auch bei externen Fortbildungsträgern
- Ein Arbeitgeber, der der Work-Life-Balance einen hohen Wert beimisst und die Vereinbarkeit von Familie und Beruf fördert

IHR PROFIL

- Grundkenntnisse in Hauswirtschaft und Küchenhygiene
- Berufserfahrung in Großküchen oder im Umgang mit Lebensmitteln
- Bereitschaft zu flexiblen Arbeitszeiten und Einsatzzeitpunkten (auch an Wochenenden und Feiertagen)
- Teamfähigkeit und sorgfältige Arbeitsweise

IHRE AUFGABEN

- Übernahme von Tätigkeiten im gesamten Küchenbereich
- Vorbereitung von Speisen
- Tätigkeiten am Speiserverteilband
- Gewährleistung der Sauberkeit im Arbeitsbereich und Einhaltung der hygienischen Standards
- Reinigungstätigkeiten
- Mitarbeit in der Spülküche
- Essensausgabe in der Kantine
- Begleitung von Veranstaltungen

Bildquelle: Sergey Nivens – Fotolia

Medizinische Einrichtungen des Bezirks Oberpfalz – medbo KU Amberg | Cham | Parsberg | Regensburg | Weiden | Wöllershof

Die **Stadt Vilseck** (ca. 6.500 Einwohner) sucht zum **15.06.2026** eine

- **Reinigungsfachkraft (m/w/d)** für die Grund- und Mittelschule Vilseck.

Das detaillierte Stellenangebot mit Aufgabenbeschreibung entnehmen Sie bitte unserer Homepage www.vilseck.de/stellenausschreibung. Ihre aussagekräftige Bewerbung mit den üblichen Unterlagen senden Sie bitte bis **spätestens 30. März 2026** an die Stadt Vilseck, Marktplatz 13, 92249 Vilseck, gerne auch per Email (poststelle@vilseck.de).

Hans-Martin Schertl, 1. Bürgermeister

ABSCHLUSS? CHECK!

Finde deine Ausbildung auf www.ausbildung-oberpfalz.de

ao

ausbildung-oberpfalz.de

Ein Angebot von **oberpfalz medien**

Wir suchen einen zuverlässigen und erfahrenen **Gartenpfleger (m/w/d)** auf Minijob-Basis zur regelmäßigen Pflege unserer Garten- und Außenanlagen in Schirmitz.

Ihre Aufgaben:

- Rasen- und Heckenpflege
- Beetpflege & Unkrautentfernung
- Saisonale Arbeiten rund ums Grundstück

Ihr Profil:

- Erfahrung in der Gartenpflege
- Selbstständige, sorgfältige und gewissenhafte Arbeitsweise

Rahmenbedingungen:

- Vergütung: 603 EUR pro Monat
- Einsatz nach Absprache, idealerweise regelmäßig

☎ 0170 455 57 75 (Anruf oder Textnachricht)



WORKSHOP YOUNG TALENTS

ELEKTRO / MECHATRONIK, IT, METALL

OSTERFERIEN, 30.03. – 10.04.2026

Spannender Workshop & Rahmenprogramm

Chancen auf einen Ausbildungsvertrag für überzeugende Talente

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

ANSPRECHPARTNER
Annalena Herder
Neustädter Str. 19 – 21
92711 Parkstein
Tel.: 09602 600 46 23

EVENT TIPP
NACHMITTAG DER AUSBILDUNG
AM 08.05.2026

WITRON. DEIN SICHERER JOB VON MORGEN.
ausbildung.witron.de

Dr. Stefan Kleinmayer
Zahnarzt

sucht zur Verstärkung in Amberg freundliche/n, engagierte/n (m/w/d)

ZFA/ZMF und Auszubildenden

in Vollzeit oder Teilzeit ab sofort, auch späterer Zeitpunkt möglich.

gerne auch Wiedereinsteiger

Bewerbung bitte per Telefon unter der **01718396500** oder per E-Mail an claudia-kleinmayer@gmx.de

Wir suchen in Teilzeit oder Vollzeit **Tee- und Gewürzmischer (m/w/d)**

Schriftliche Bewerbung an **Billar Naturmittel**
Hans und Ursula Billar,
Am Scherhübel 6, 92253 Schnaittenbach

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

Stellenangebote

AZUBI gesucht

Bauen mit MICKAN MEISTERHAFT

Zur Verstärkung unserer Mannschaft suchen wir

- **KALKULATOR HOCHBAU** (m/w/d)
- **BAGGERFAHRER** (m/w/d)
- **LAND- UND BAUMASCHINEN-MECHATRONIKER** (m/w/d)

Hier online oder per Post bewerben
Ihre schriftliche Bewerbung senden Sie bitte an Hr. Marius Hofbeck persönlich

Possehl Group
Als ein Unternehmen der **Possehl-Stiftung** bieten wir einen **zukunftsicheren Arbeitsplatz in unserer Region**

Mickan Generalbaugesellschaft Amberg mbH & Co.KG
Wernher-von-Braun-Str. 24 | 92224 Amberg
Tel. +49 9621 304-0 | karriere@mickan-bau.de www.mickan-bau.de

www.mickan-bau.de

Landkreis Amberg-Weizbach

Der **Landkreis Amberg-Weizbach** sucht

- einen **Erzieher (m/w/d)** in Teilzeit
- einen **Platzwart (m/w/d)** für die **Jugendfreizeitstätte Weißenberg** in Teilzeit (10 Std./Monat)
- einen **Auszubildenden (m/w/d)** als **Fachinformatiker für Systemintegration**

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

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Die Kreisstadt Tirschenreuth (ca. 9.000 Einwohner) stellt zum nächstmöglichen Zeitpunkt für das städtische Kinderhaus Kunterbunt eine

Hauswirtschaftsfachkraft (m/w/d)

zunächst befristet ein.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.stadt-tirschenreuth.de.

Wir besetzen ab 04.05.2026 bis zum 30.06.2028 eine befristete

Teilzeitstelle (50%) als Sachbearbeiter/-in für Presse und Kommunikation (m/w/d)

an den Standorten des AELF (Tirschenreuth, Weiden, Kemnath oder Pressath)
Bewerbungsfrist: 07.04.2026

Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Tirschenreuth-Weiden i.d.OPf.

Die vollständige Ausschreibung finden Sie unter: aelf-tw.bayern.de

oberpfalz medien

JETZT ANZEIGE SICHERN!

Stellen-Spezial: Produktion, Transport und Logistik

Erscheinungstermin:
Sa., 21. März 2026 (Tageszeitung)
Fr., 27. März 2026 (OWZ-Wochenzeitung)
+ 30 Tage online auf www.stellen.onetz.de

Anzeigenschluss:
Do., 19. März 2026, 10.00 Uhr

Oberpfalz Medien GmbH
Weigelstraße 16 · 92637 Weiden

ANSPRECHPARTNER:
stellen@oberpfalzmedien.de
0961/85-330

Qualität und Innovation

Als regionales Familienunternehmen mit 240 Mitarbeitenden produzieren wir Betonfertigteile und modernste Mauerwerkssysteme. Durch unsere jahrzehntelange Erfahrung und dem daraus erworbenen Wissen schaffen wir innovative Lösungen für alle möglichen Bauvorhaben.

Sie sind auf der Suche nach einer neuen Herausforderung? Dann sind Sie bei uns richtig.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir (m/w/d):

Anlagenbediener Steinwerk**Bauzeichner FR Ingenieurbau****Kraftfahrer**

Infos unter

WWW.MEIER-BETONWERKE.DE • KARRIERE**MEIER****BETONWERKE**

Zur Schanze 2
92283 Lauterhofen

Die Kreisstadt Tirschenreuth (ca. 9.000 Einwohner) stellt zum nächstmöglichen Zeitpunkt für den städtischen Bauhof einen

**Tiefbaufacharbeiter
(m/w/d)**

unbefristet ein.



Weitere Informationen erhalten Sie unter
www.stadt-tirschenreuth.de.

**Werde Montageleiter
(m/w/d) Anlagenbau**

NABU
OBERFLÄCHENTECHNIK

Ein Team führen und technisch anspruchsvolle Projekte umsetzen?

JA, BEI NABU!

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

Stellenangebote

Wir suchen Zusteller (m/w/d) für die Verteilung unseres Anzeigenblatts OWZ mit allen Beilagen und Prospekten in:
Amberg, Auerbach, Etzenricht, Flossenbürg, Freihung, Grafenwöhr, Hahnbach (Irlach, Iberg), 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 eine zuverlässige Reinigungskraft in Hirschbach. 2 bis 3 Stunden täglich oder nach Absprache. Auch Minijobbasis möglich.
Berg- und Skiteam jura alpin
☎ 09152/921555

PTA und PKA (m/w/d) gesucht zum 01.04. oder später, Voll- oder Teilzeit, übertarifliche Bezahlung.
Johannis Apotheke, Bahnhofstr. 7, 92637 Weiden. ☎ 0961-5005

Mitarbeiter/Helfer (m/w/d) im Gartenbau gesucht. Ab sofort, tageweise.
www.galabau-klerner.de
Wiesau, Tel. 09634-914700

Besucherbetreuung Museum (Minijob): Führungen, Kasse, 591 €; nach Dienstplan; info@geozentrum-ktb.de; 09681-4004311; Windischeschenbach

Wir suchen Maurer, Bauhandwerker (m/w/d)
Infos unter:
www.heindl-kamin.de

Stellengesuche

Suche neuen Wirkungskreis Sekretärin sucht eine neue Herausforderung. Gerne in Bereichen, die mit Natur, Gärtnerei, Kräutern etc. zu tun haben. An 3 Tagen in der Woche, 18 - 20 Wochenstunden. Kontakt unter Arbeit2026@t-online.de

Betriebswirt/Vertriebler (m/w/d) Langjährige Erfahrung im Software B2B Vertrieb. Gewissenhaft, analytisch, kundenorientiert. Sucht neue Position im technischen Vertrieb ab Mai 2026. Tel.: 0961 / 45978

Handwerklich geschickter Mann sucht Tätigkeiten in verschiedenen Bereichen auf Minijob-Basis im Umkreis von 25 km um Erbendorf. ☎ 09682/1831068 erreichbar ab 17 Uhr.

Rentner sucht leichte Tätigkeit in der Zeit von Montag bis Freitag. Freihung und Umkreis 25 km. ☎ 0171/3019686

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

Suche tierliebe, alleinstehende Rentnerin, für Garten und Haus. PKW erforderlich. Zuschr. Nr. AZ49449A an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Suchen Hilfe für Haus und Garten im Birgland, bis ca. 100 Stunden pro Monat. Zuschr. Nr. AZ49441Z Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Für unseren Haushalt in Fensterbach suchen wir freundliche Unterstützung. 1 bis 4x wöchentlich vormittags. ☎ 0173/9478535

Su.-Ro. Loderhof: großer Garten sucht Gartenhilfe ☎ 0160/7223556

Kinderbetreuung

Suche Babysitter mit Kindererfahrung, Lkr. Tirschenreuth, tagsüber flexibel nach Absprache, wünschenswert auch mal am Wochenende (Nachts), Nähere Infos unter ☎ 0170/2274966

ABSCHLUSS? CHECK!

Finde deine Ausbildung auf
www.ausbildung-oberpfalz.de



ausbildung-oberpfalz.de

Ein Angebot von
oberpfalz
medien

PARTNER & FREIZEIT**Freundschaften**

Gesucht wird niveauvolle(r) Freizeitpartner(in) bis 65 von W 51. Wer Humor, Leichtigkeit und Genus ebenso schätzt wie Freiheit und Unabhängigkeit, aber trotzdem fest im Leben steht, darf sich gerne melden. freizeit-as@t-online.de, ich bin schon sehr gespannt.

Der Singlestammtisch-Weiden trifft sich seit 2008 alle 2 Wochen zum Kennenlernen und für Unternehmungen. Alle Single ab 50 dürfen dabei sein. Info singlestammtisch-wen@gmx.de

Er 70+ gepflegt sucht attraktive SIE für Leib und Seele und Urlaub und Dauerfreundschaft. Zuschr. Nr. W49436Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Affäre

Er 55, sucht jüngere Sie ... 18 - Junggebliebener, gutaussehender, sportlicher Er sucht eine junge Strumpfhosen- und Nylonliebhaberin. Alles kann, aber Nix muss. Raum AM, WEN, NEW, TIR Zuschriften Nr. W49455Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Erfahrener Er, zeugungsunfähig, sucht Sie, Alter egal, für erotische Treffen im Hotel. Bin für alles offen. ☎ 09621/9134970

Bekanntschaften

„Gemeinsam ins Rampenlicht: Suche (m, 59) schlankes Kulturbegleiterin (50-60 J., 1.65-1.80 m) für Theater, Oper und Events. Top Erscheinungsbild und Sinn für Ästhetik erwünscht. Freue mich auf Zuschriften mit Bild. Zuschriften Nr. W49435Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden o. onetz.de/chiffre

Er sucht Sie

Die Besten begegnen Ihnen nicht zufällig!
FORTUNA - LANG, Schabnerstr. 36 - Weiden
Kostenlose Beratung! ☎ **0961/5320** seit 1986
Beamtin, 52/183, sehr gepflegt, Weiche Frau im Alter bis 55 J., ist auch alleine und ruft an. ☎ 0961/5320
Thomas, 50/185, Dipl.-Ingenieur, im öffentlichen Dienst tätig, gut aussehend, schlank, sehr familiär, gerne reisen, Fahrrad fahren. ☎ 0961/5320
Witwer, Pensionär, 69/182, sehr vital, ich mag Fahrradfahren, Reisen, Spazieren gehen, Weiche Frau bis ca. 72 J., ist auch alleine und ruft an. ☎ 0961/5320
Hübsche Bankkauffrau, 62/168, sehr nett, nicht ortsgelassen, kocht gerne. ☎ 0961/5320
Attraktive, nette Witwe, 67/163, ganz alleine, schlank, Kinder außer Haus, hätte gerne wieder einen netten, zuverlässigen Partner. ☎ 0961/5320

Beziehung/Partnerschaft gesucht
Hallo, suche eine ehrliche SIE, gerne jünger, die auch auf der Suche nach einer treuen Partnerschaft für die Zukunft ist. Wenn du Lust hast ehrlichen symp. M57, 185cm, schlank, kurze graue Haare, blaue Augen, NR/NT naturverbunden (kein Reisetyp/partyman) offen für vieles kennenzulernen möchtest, melde dich einfach. Komme aus W-Teil Lkr. NEW. Zuschr. Nr. W49437Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Naturverbundener 28-jähriger, 1,85 m, sucht eine humorvolle, naturbegleitete Frau zw. 20 und 29 J., für gemeinsames Leben und Lieben. Meine Hobbys: Bodytraining, Radfahren, Schwimmen, Fortgehen, gutes Essen. Fühlst du dich angesprochen, so melde dich! Zuschr. Nr. AZ49456Z an Amberger Ztg., Mühlgasse 2, 92224 Amberg oder onetz.de/chiffre

Begegnung hat etwas wundersames: Vielleicht können wir bald gemeinsam sagen, es ist gut, daß du da bist. Suche nette, schlankes Partnerin für gemeinsamen Weg in Liebe und ehrlicher Verbundenheit. Bin 71, NR, NT, 1,84 m und schlank, natürlich und offen. Freu mich auf ihre Zuschrift. Zuschr. Nr. W49432Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

ROMANTISCHER Er 183 cm sportliche Figur, gepflegt. Hobbys: Wandern, Tanzen, Kochen, Backen, Berge, Yoga, Shoppen, Theater, Reisen, Sonnenuntergänge, Burgen und Schlösser besichtigen. Falls eine Sie sich angesprochen fühlt, und dazu auch noch schlank ist, freue ich mich. ☎ 0176/46665083

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

Er 62 J., sucht nette Frau die das Leben versteht und viel Spaß haben will, ruhig etwas mollig. Bin für alles offen. Freue mich auf deinen Anruf. ☎ 09621/9134970

Hallo Angie von der Eisdiele in Neustadt. Ich vermisse dich, meld dich doch mal Zuschr. Nr. W49454A an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

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

Gemeinsam ist es einfach schöner!

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

Gültig für folgende Rubriken, z.B.

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

*inkl. MwSt.

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

Witwer aus dem Landkreis AM-Sulzb., über 80 Jahre, sucht nette Sie bis 57 J., für Gemeinsamkeiten. Nur ernste Anfragen. ☎ 0160/3765875 oder SMS

Sympathischer Er, 56 J., 1,87 groß, schlank, blond, sucht nette Sie bis 57 J., für Gemeinsamkeiten. Nur ernste Anfragen. ☎ 0160/3765875 oder SMS

Sie sucht Ihn

Ich, Susanne, 74 J., mit schöner weiblicher Figur, noch nicht lange verwitwet, suche pv einen zuverlässigen Mann (Alter egal) hier aus der Gegend. Ich bin fleißig, zärtlich, häuslich, eine gute Autofahrerin, Köchin u. saubere Hausfrau. Ich habe keine großen Ansprüche, möchte einfach wieder für jemanden da sein. ☎ **0151 - 62903590**

Verena, 64 J., ich war lange im mobilen Pflegedienst tätig, bin hübsch, sauber u. gepflegt, habe ein treues Herz u. zwei fleißige Hände, ich koche u. backe sehr gern, mag die Natur, Gartenarbeit. Oft bin ich sehr traurig, denn mir fehlt ein lieber Mann bis 80 Jahre, für den ich da sein darf pv ☎ **0151 - 62903590**

Attrakt. Conny 61 J., bin häuslich, herzlich, fürsorglich, unkompliziert, ich koche gut und wünsche mir pv einen bodenständigen, lieben Mann für immer. Bist Du auch oft einsam u. sehnst dich nach Harmonie? **Dann rufe bitte an 0151-61650030 o. SMS**

Ich bin Viktoria 53 mit schlanker, traumhafter Figur, sehr gepflegt und humorvoll. Sehne mich nach einem Mann zum Verlieben. Ich bin nicht Ortsgebunden fahre leidenschaftlich Cabrio und kann Dich gerne besuchen kommen. Melde Dich ü.Pv Tel **015127186363**

Ich, Vanessa 32J., habe Herz u. Humor, bin ausgeglichen, offen, ehrlich, treu, wünsche mir einen zuverlässigen, bodenständigen Mann für eine Beziehung voller Liebe, Vertrauen u. Geborgenheit, also trau Dich u. ruf gleich an o. schick eine SMS ü. ü. Ag. VMA **01607998576**

Bildhübsche Sabine 42 mit langem Haar, schöner Figur und sexy Ausstrahlung. Ich erwarte Dich mit einem Lächeln. Lass uns dem Frühling gemeinsam erleben und melde Dich gleich, für ein Treffen bei Sonnenschein. ü.Pv Anruf **01607998576**

Weiblich, 70+, su. Freundschaft für gemeinsame Unternehmungen. Zuschr. Nr. W49442Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Nette Witwe, 78 Jahre, sucht netten Partner für eine schöne, gemeinsame Zeit. Zuschr. Nr. W49446Z an Der neue Tag, Weigelstraße 16, 92637 Weiden oder onetz.de/chiffre

Liebevolle Witwe Liesbeth 69 (ohne Kinder) fühle mich so allein und Einsam. Bitte melde Dich für eine glückliche Zukunft zu Zweit. ü.Ag.VMA **01704432364**

Modelle

Reife Dame erot. Mass. ☎ 0152/23016907

oberpfalz
logistik**WIR SUCHEN****ZUSTELLER (m/w/d)****Minijob - Basis****Liefere News aus der Region für:**

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

**JETZT BEWERBEN****Ansprechpartner:**

Recruiting Team
karriere@oberpfalzlogistik.de

Tel.: 0961 85 635

www.oberpfalzlogistik.de/karriere/**oberpfalz**
logistikwww.onetz.de/vorteilscard**IHR KONTAKT FÜR
IHRE STELLENANZEIGEN**

Präsentieren Sie Ihre Stellenanzeige **werbekräftigt** im redaktionell vorgestellten Sonderthema – **direkt im Stellenmarkt!**

DIE NÄCHSTEN THEMEN

am 21. März
Produktion, Transport & Logistik

am 11. April
Gesundheit & Soziales



ANSPRECHPARTNER:
stellen@oberpfalzmedien.de
0961/85-330

oberpfalz
medien



**DANWOOD
HOUSE**

TAG der OFFENEN TÜR

Samstag, 14. & Samstag 21. März jeweils von 13:30 bis 16:30 Uhr

im Musterhaus Nähe Amberg

92245 Kümmersbruck, Gregor-Mendel-Straße 8



Perfect 86 ab 210.200 €*



Perfect 101 ab 237.500 €*



Perfect 112 ab 260.800 €*



Perfect 132 ab 307.000 €*



Perfect 120 CUBE ab 296.700 €*



Perfect 163.1 ab 334.500 €*



Point 110 ab 240.900 €*



Point 133.1 ab 285.300 €*



Point 153 ab 290.100 €*



Point 153.1 ab 312.300 €*



Point 177.1 ab 333.700 €*



Point 170 ab 358.000 €*



Park 133W ab 285.200 €*



Park 133 CUBE ab 297.300 €*



Park 152W ab 316.300 €*



Park 167W ab 349.500 €*

NEU! Unsere Doppelhaushälften:



Partner 116W ab 255.200 €*



Partner 117.1 ab 274.900 €*



Partner 135 ab 286.900 €*



Partner 151 ab 316.600 €*



Alle Häuser Standard als Effizienzhaus 40!

- mit Wärmepumpe!
- mit Lüftungsanlage
- PV-Anlage möglich

DANWOOD

GENERALVERTRIEB
Christian Hauenstein

Büro: 09621-69 30 50 8
Mobil: 0179-7 55 95 71
christian.hauenstein@danwood.de

BESUCHEN SIE UNSERE MUSTERHÄUSER:

AMBERG:
Gregor-Mendel-Str. 8 • 92245 Kümmersbruck
Öffnungszeiten: Fr. + Sa. von 13:30 bis 16:30 Uhr

ALLERSBERG: Ebenrieder Str. 19 • 90584 Allersberg
Öffnungszeiten: nach Terminvereinbarung

*Komplett **SCHLÜSSELFERTIG** als **KFW40-Haus** mit **Wärmepumpe** + Fußbodenheizung + Lüftungsanlage mit Wärmerückgewinnung, inkl. Sanitär, Malerarbeiten, Fliesen, Vinyl & Laminat-Böden, ab Oberkante Bodenplatte

www.danwood.de

Der Steuerberater
mit Herz



FUHRICH

Steuerberater

Freyung 15 . 92660 Neustadt/WN
☎ (09602) 2854
eMail info@fuhrich-steuer.de
Internet www.fuhrich-steuer.de

Berndt Fuhrich
Dipl.-Finanzwirt (FH)

TRAPEZBLECHE
direkt ab Werk - sofort verfügbar
oder über uns verbundene Händler

schnell - günstig - fair



- 11 verschiedene Trapezprofile
- Lieferservice & Maßanfertigung
- Sandwichpaneele, Kanteile, Zahnbleche & Befestigungszubehör zu fairen Preisen
- großes Abhollager

Feilmeier AG Trapezblechwerke
Bayern - Thüringen
Tel: 09932/4008-0 Fax: -50
info@feilmeier.com www.feilmeier.com

Rein in den Frühling

11-17 Uhr
SONNTAG 22 März



Hüpfburg bei schönem Wetter



Garten & Floristik Prifling
Mehr als nur Pflanzen
Gewerbegebiet 2 - 92546 Schmidgaden
www.garten-floristik-prifling.de

FASIKAMI
individuelle Geschenkideen
Gewerbegebiet 2 - 92546 Schmidgaden
www.fasikami-schmidgaden.de

TRAPEZBLECHE
direkt ab Werk - sofort verfügbar
oder über uns verbundene Händler

schnell - günstig - fair



- 11 verschiedene Trapezprofile
- Lieferservice & Maßanfertigung
- Sandwichpaneele, Kanteile, Zahnbleche & Befestigungszubehör zu fairen Preisen
- großes Abhollager

Feilmeier AG Trapezblechwerke
Bayern - Thüringen
Tel: 09932/4008-0 Fax: -50
info@feilmeier.com www.feilmeier.com



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

Geben Sie jetzt Ihre private Kleinanzeige auf.

Gültig für private Kleinanzeigen, z.B.

- » Heimwerkergeräte
- » Gartengeräte/-bedarf
- » Pflanzen

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

oberpfalz
medien

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
Tel. 0961/85-550
nt-kartenservice@oberpfalzmedien.de

Amberger Zeitung
Mühlgasse 2
92224 Amberg
Tel. 09621/306-230
az-kartenservice@oberpfalzmedien.de

VERANSTALTUNGEN

WOLFGANG KREBS

Fr 13.3.2026
Nabburg, Nordgauhalle
Karten: www.okticket.de neues Programm! „Bayern liebt dich!“

Zoigl

mit Brotzeiten
Freitag, 13.03. bis Sonntag, 15.03.2026
Schlachtschüssel
Sonntag: Braten und Schäufele
Binnerlindl
92702 Kohlberg, Raiffeisenstraße 1
Tel. 09608/923677 od. 09608/923525
Fr. und Sa. ab 16 Uhr, So. ab 10 Uhr
www.zoigl-stubb-kohlberg.de

PLATZ-ANGST?

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

EINTRITTSKARTEN BEQUEM ONLINE BESTELLEN!

jetzt bei **ntticket.de**

Oberpfalz Medien GmbH
Telefon: 00961/85-553