

ABITUR 2026

MIT SOFT SKILLS ÜBERZEUGEN

So klappt dein Berufseinstieg

KONTAKTE KNÜPFEN

So findest du leicht
Anschluss

NEUES KAPITEL, NEUE HABITS

So behältst du deinen
Alltag im Griff



Einfach (plan-) los?



Von Lea Zirkelbach

Manche studieren, manche machen eine Ausbildung, andere absolvieren ein Freiwilliges Soziales Jahr, wieder andere nehmen sich nach vielen Jahren des Lernens eine Auszeit und gehen ins Ausland. Und wieder andere? Die stehen vor einem Fragezeichen.

Wo manch einer schon weiß, wo er hinmöchte, welchen Studiengang und in welcher Stadt, welcher Betrieb es sein soll oder welche Auszeit-Oase, gibt es auch Abiturienten ohne Plan.

Und das ist auch in Ordnung. (K)einen Plan zu haben, wo es einen hin verschlagen soll, ist völlig in Ordnung. Oft sind die Optionen zu vielfältig. Zu viele Türen öffnen sich gleichzeitig, und die Welt ist zu groß, um sich zurechtzufinden.

Zwischen dem rasanten Vormarsch von KI in nahezu allen Lebensbereichen, wirtschaftlicher Unsicherheit und einem angespannten Arbeitsmarkt wächst der Druck spürbar. Gleichzeitig zeigt Social Media mit jedem Scroll eine scheinbar perfekte Welt, in der Erfolg zur Norm wird – höher, besser, schneller. Ein Meilenstein folgt dem nächsten. Doch eines bleibt sicher: Planlos geht der Plan los!

Das Leben verläuft ohnehin selten geradlinig – und manchmal ist der Weg selbst das Ziel. Sich Zeit zu nehmen, in sich zu gehen und in sich hineinzuhören, was man sich wünscht. Die eigenen Stärken und Schwächen einzuordnen und sich selbst gut kennenzulernen, ist ebenfalls ein Weg, bewusst in den nächsten Lebensabschnitt zu starten.

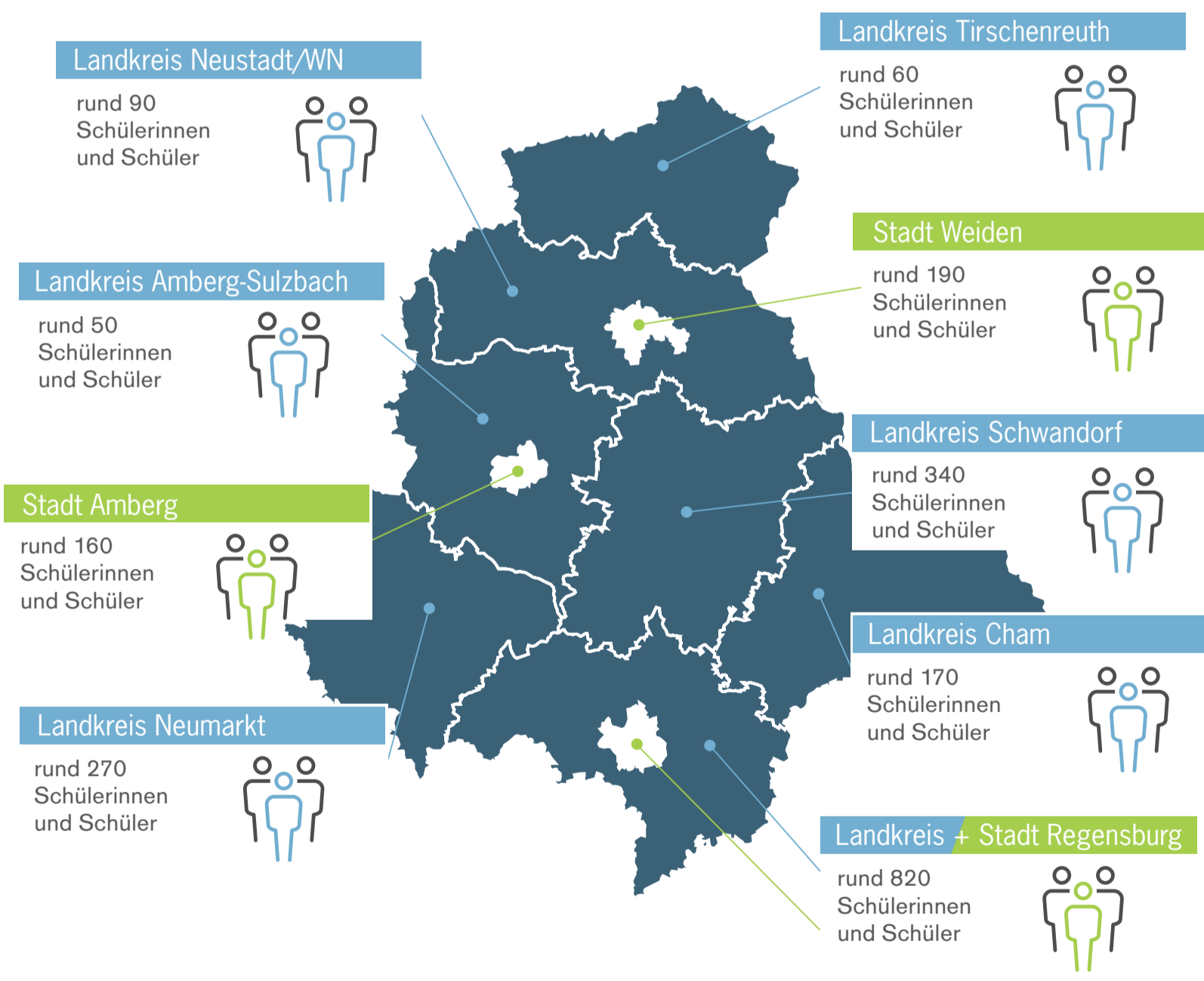
Wenn du einer bist, der noch keinen Fünf-Jahres-Plan und ein volles Moodboard gebastelt hat – keine Panik! Du wirst deinen Weg finden und deine Zukunft gestalten. Sei mutig und offen für alles, was dir das Leben bietet – auch wenn es zunächst nicht so vorhergesehen war.

Ganz viel Glück, Energie und vor allem Spaß an dem, was auf dich zukommt!

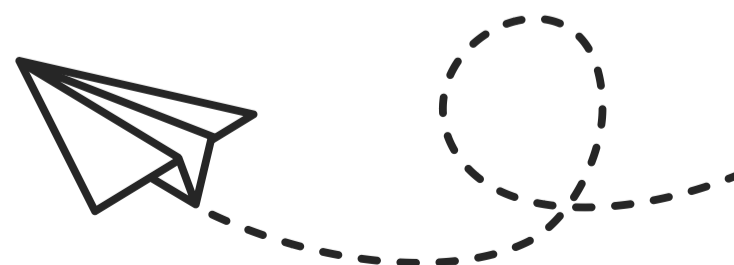
Herzlichen Glückwunsch zum bestandenen Abitur!



So viele Schülerinnen und Schüler nahmen an den Oberpfälzer Gymnasien an den Abiturprüfungen teil ...



In der Oberpfalz haben im Abschlussjahr 2026 insgesamt etwa 2.460 Schülerinnen und Schüler an den Abschlussprüfungen der FOSBOS zum Erwerb der Fachhochschulreife (etwa 1.800) bzw. der Allgemeinen Hochschulreife (etwa 660) teilgenommen.



IMPRESSUM

Verlagsbeilage von
oberpfalz
medien

Abitur 2026

26. Juni 2026

**Gesamtverantwortung
Anzeigen/Redaktion:**
Ivana Zang

Redaktion:
Lea Zirkelbach
Reiner Wittmann

Titelbild:
Arlenta Apostrophe,
Pro Team – stock.adobe.com

Herstellung/Druck:
Oberpfalz Medien GmbH,
Weiden



Berufseinstieg: So hat die Bewerbung größere Erfolgschancen

Soft Skills und praktische Erfahrung zählen oft mehr als der Abschluss. Was Einsteiger bei Bewerbungen beachten sollten, erklärt eine Arbeitsmarktforscherin.

Ausbildung oder Studium sind geschafft? Gut, aber Berufseinstieg und Arbeitsuche können erst einmal einschüchternd sein. Worauf Berufseinsteigende bei ihren Bewerbungen achten sollten, erklärt Anna Wittich, Arbeitsmarktforscherin bei Stepstone.

So sind die eigenen Fähigkeiten oft entscheidender bei der Bewerbung als der Abschluss. Wer praxisnahe Erfahrungen hat, sollte diese im Lebenslauf unterbringen. Dazu zählen etwa Praktika, Werkstudentenjobs oder eine Ausbildung. Also all das, wo die Fähigkeiten bereits unter Beweis gestellt wurden.

Können und Kompetenzen zeigen

Besonders wichtig: Zeigen, welche Eigenschaften man mit sich bringt. Sogenannte Soft Skills wie Lernbereitschaft, Kommunikationsfähigkeit, Teamarbeit oder Eigen-

initiative sollten sowohl im Lebenslauf genannt sowie im Gespräch gezeigt werden, so Wittich.

Ebenso wichtig sind die fachlichen Kompetenzen – und einige davon können auf unterschiedliche Berufsfelder übertragbar sein, so die Arbeitsmarktforscherin. Dazu können etwa digitale Grundkenntnisse, organisatorische Fähigkeiten oder der Umgang mit Daten zählen. Dadurch werden Bewerber für den Arbeitgeber interessanter und die Erfolgschance steigt.

Hilfreich können auch Kontakte sein. Der direkte Kontakt zu Betrieben, Initiativbewerbungen, Messen oder persönliche Gespräche können ein guter Weg sein, um ein starkes Netzwerk aufzubauen. Denn genau wie Praktika, können auch Empfehlungen hilfreich sein, um Fähigkeiten und Kompetenzen nachweisen zu können. So hinterlässt man einen besseren Eindruck bei Bewerbungen.

Ein breites Netz auswerfen – aber nicht zu weit

Den Traumjob zu bekommen ist zwar der Optimalfall, doch wer keine Bewerbungen außerhalb davon verschickt, kann seinen Chancen, einen Job zu finden, schaden.

So kann der erste Job einen Lern- oder Zwischenschritt darstellen. Hier können Einsteiger Fähigkeiten erlernen und ein starkes Profil aufbauen. Das verbessert die Chancen bei Bewerbungen in angrenzenden Bereichen und kann den Weg in die Wunschbranche ebnen, so Anna Wittich.

Auch wenn es gut ist, sich bei mehreren Stellen zu bewerben, sollte damit nicht übertrieben werden. Es gilt: Qualität ist wichtiger als Quantität, so Wittich. Wer eine Bewerbung gut vorbereitet und sich gezielt nur auf passende Stellen bewirbt, kann seine Chancen steigern. (dpa/tmn)



Ausbildungen in Sozial- und Gesundheitsberufen

- ▶ Erzieher/in in Schwandorf
- ▶ Ergotherapie
- ▶ Physiotherapie
- ▶ Pflegeberufe
Start in Schwandorf auch ab April
- ▶ Masseur/in in Regensburg

Döpfer Schulen
Regensburg | Schwandorf

www.doepfer-schulen.de

Neben der Ausbildung oft Studium möglich!



Gesundheitsberufe studieren!



Studieren ohne Abitur und NC

auch ausbildungs- und berufsbegleitend möglich

- ▶ Pflege B.Sc.
- ▶ Psychologie B.Sc. oder M.Sc.
- ▶ Angew. Therapiewissenschaften B.Sc.
Schwerpunkt Logopädie, Ergotherapie oder Physiotherapie
- ▶ Soziale Arbeit B.A.
- ▶ Bildung und Erziehung in der Kindheit B.A.

Potsdam | Köln | Regensburg | Hamburg | Online
www.hs-doeper.de

HSD Hochschule Döpfer
University of applied sciences



Bild: Nicole Gotthard (GOT)

Gymnasium Eschenbach



Bäte Carmen, Betzl Maximilian, Bier-sack Katharina, Dimper Maria, Dob-meier Julian, Dötsch David, Dötsch Hannah, Dötsch Nick, Doleschal Fabian, Dümmelbeck Jonas, Engelbrecht Jonas, Franco Natalia, Friedl Lena, Friker Maxima, Gläser Michelle

Lena, Haßler Milan, Hey Celina, Hie-ke Veronika, Kabakulak Meryem, Kirchberger Finn, Kneidl Tobias, Kraus Anna, Krieger Mara, Leipold Julian, Lex Izaguirre Maya, Linhardt Lukas, Meißner Hannah, Melzner Madita, Melzner Paula, Moos Be-

ren, Neff Katharina, Paulus Louis, Plößner Lina, Plößner Sebastian, Pöllath Lena, Rauch Angelina, Rauh Lena, Rechner Max, Reindl Maximilian, Reindl Sebastian, Reisner Paul, Rupprecht Nele, Schmidt Anna, Schneider Emma, Schönfelder Emi-

lia, Schraml Gabriel, Schubert Leon, Schwab Hannah, Seeberger Maya, Seemann Milian, Steinkohl Lea, Stopfer Linda, Türmer Florian, Uhl Franziska, Wagner Felicitas, Weiß Max, Wildermuth Aiden, Zakko John, Zeitler Lennox, Zoschke Neele

Kontakt

Gymnasium Eschenbach

Dr.-Friedrich-Arnold-Straße 2
92676 Eschenbach

09645/601900
Poststelle@gymnasium-
eschenbach.de
www.gymnasium-
eschenbach.de



Bild: K. Schoeff

Stiftland-Gymnasium



Abdul-Rahman Yannik, Ackermann Henry, Adrion Olivia, Altmann Johanna, Bauer Marlene, Bauer Sarah, Bayer Jule, Beinrucker Sandra, Boccali Adrian, Bornemann André, Burger Paula, Dinh Vu Cuong, Döllinger Hannah, Fischer Tim,

Franz Simeon, Friedl Jonas, Frötschl Lucy, Fuchs Hanna, Gmeiner Florian, Haberkorn Marie, Hanko Camilla, Hertel Florens, Heyd Amelie Höcht Anna-Lena, Katsikis Dominik, Khobta Oleksandr, Koch Mona, Männer Nevio, Mark David,

Mehler Thomas, Meister Stefan, Michalski Julia, Miroshnykov Viacheslav, Neudert Eileen, Neudert Emily, Oppl Magdalena, Pantano Filomena, Plank Felix, Schaller Eva, Scharnagl Benedikt, Schmeller Selina, Schultes Magdalena, Seitz

Emma, Siller Martha, Siller Maximilian, Stobitzer Vincent, Tadese Re-kik, Tippmann Leopold, Tischlinger Karl, Tischlinger Ludwig, Weidhas Constantin, Wenisch Julia, Wild Benedikt, Wilka Konstantin, Wöfl Julius, Ziegler Katharina

Kontakt

Stiftland-Gymnasium

Stiftlandring 1
95643 Tirschenreuth

09631/701718
os@stiftland-gymnasium.de



Bild: Florian Hölzl

Max-Reger-Gymnasium Amberg



Bär Anna, Böhm Johanna, Brödenfeld Annabell, Dehnert Amelie, Ederova Tereza, Ernst Cosima, Flierl Paul, Geitner Pius, Grünwald Fenja, Haas Sebastian, Hal-

ler Amelie, Hausmann Emma, Khatmullin David, Kirsch Jakob, Krusche Klara, Leach Zoe, Liang Stella, Mangelkramer Julia, Maul Christian, Meyer Leon, Meyer

Marc, Müller Sophia, Müller Xaver, Münch Maximilian, Nerb Paula, Qian Julia, Rong Rong, Rubenbauer Leo, Rupprecht Konstantin, Schäffer Elias, Schaller Luiz-Lionel,

Seemann Elias, Stepper Mara, Tadin Eveline, Thirimadurage Amanda, Vogl Sebastian, Zehetbauer Marlen, Zimmermann Jonas, Zunner Lorenz

Kontakt

Max-Reger-Gymnasium Amberg

Kaiser-Wilhelm-Ring 7
92224 Amberg

09621/47180
mrg@max-reger-gymnasium.de
www.max-reger-gymnasium.de

Starte deine **Ausbildung!**

Unsere Ausbildungsberufe

-  Bankkaufleute
-  Bankkaufleute im Verbundstudium
-  Kaufleute für Versicherungen & Finanzanlagen
-  Immobilienkaufleute
-  Kaufleute für Digitalisierungsmanagement
-  Fachinformatikleute für Systemintegration
-  Kaufleute für Dialogmarketing
-  Kaufleute für Büromanagement
-  Kaufleute im Einzelhandel
-  Kaufleute für Groß- & Außenhandelsmanagement
-  Fachkraft für Lagerlogistik
-  Land- und Baumaschinenmechatroniker: in



Duales Studium

Duales Studium Betriebswirtschaft an der OTH Amberg-Weiden



Bewirb dich jetzt unter:
vr-nopf.de/ausbildung



MIR machen's möglich!

Volksbank Raiffeisenbank Nordoberpfalz eG





Bild: Erasmus-Gymnasium

Erasmus-Gymnasium



Ballach Vivia, Binder Samuel, Birner Ronja, Blankenburg Tobias, Bodensteiner Emily, Boss Laurens, Braun David, Breitkopf Jakob, Büttner Maximilian, Cavalié de Amorim Ferreira Vicente,

Chmelik Chenoa, Eichinger Viola, Espach Lena, Feil Sofia, Fischer Luca, Fröhler Alexander, Gedusch Anastasia, Gleißner Charlotte, God Max, Häusler Ella, Heider Samuel, Ibrahim Rhonda, Klaus

Katrin, Kölbl Luis, König Chiara, Konrad Lisa-Marie, Kosarew Silas, Kühnert Ben, Kulik Elisabeth, Pflieger Sebastian, Pommer Marie, Rohrbach Jan, Rumpler Paul, Salfetter Timo, Scharl Leonie,

Segerer Lukas, Soukup Sabrina, Sperlich Lukas, Stang Irina, Walden Viktoria, Weber Noah, Zweck Zoe-Amina

Kontakt

**Erasmus-Gymnasium
Humanistisches Gymnasium
Sprachliches Gymnasium**

Gymnasiumstraße 7
92224 Amberg

09621/103800
erasmus.gymnasium@eg-
amberg.de
www.eg-amberg.de

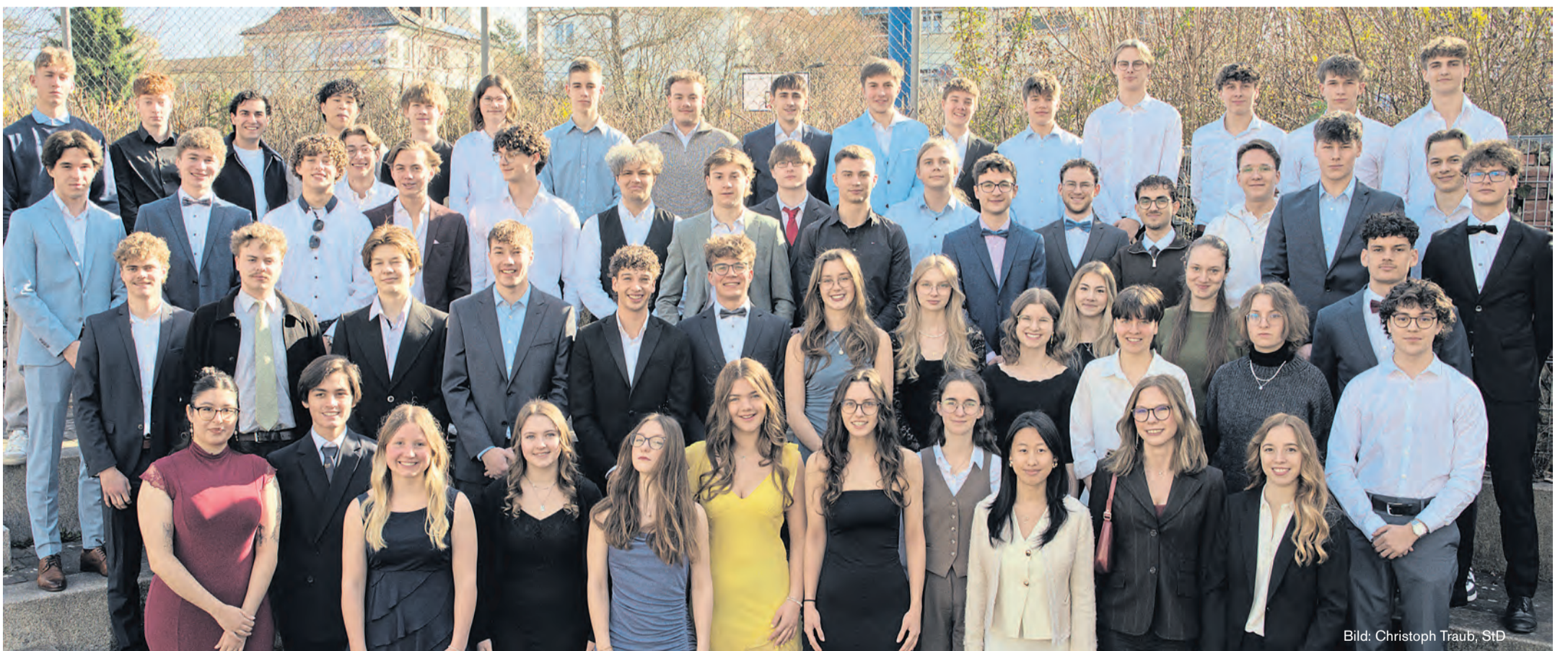


Bild: Christoph Traub, StD

Gregor-Mendel-Gymnasium Amberg



Auer Theresa, Bialek Johann, Boos Paul, Bothner Jakob, Bui David, Ciliz Amirah, Danzl Leni-Philea, Denz Marlene, Dotzler Kilian, Dürr Maximilian, Ehbauer Daniel, Fleischmann Noah, Godelmann Karl, Grammer Edward, Hartung Domenik, Heil Florian,

Heinrich Felix, Höpfner Maximilian, Hummel Philipp, Hurle Maximilian, Husak Stella, Junker Lukas, Kezer Deha, Koc Halil, Kohl Lenart, Königseder Vinzent, Kunkel Lorenz, Lehner Vanessa, López Schmidt Luis, Madl Philipp, Martin Finn, Martner Anna, Masszi Jakob,

Mayer Lena, Meier Selina, Miftaraj Arian, Mötsch Lena, Özsoy Noel, Parlow Jannick, Pietsch Marlene, Poeplau Liliane, Reis Lina, Rittner Lea, Roggenhofer Paul, Scharf Felix, Scharl Christian, Schauer Michael, Schlereth Maximilian, Schreiner Anna, Schüler Georg,

Schualov Alexandra, Seemann Mateo, Segerer Elias, Stöckl Angelo, Waidhas Konstantin, Walder Justin, Wendl Johannes, Wiedenbauer Robin, Wu Lina, Zeitler Christian, Zorn Nikita

Kontakt

**Gregor-Mendel-
Gymnasium Amberg**

Moritzstraße 1
92224 Amberg

09621/103600
gymnasium@gmg.amberg.de
www.gmg.amberg.de



Bild: Dr.-Johanna-Decker-Gymnasium

Dr.-Johanna-Decker-Gymnasium



Adunka Tabitha, Baumann Nora, Brandel Paula, Dachs Isabel, Dehling Nelly, Engelhardt Leni, Eschbach Paulina, Filin Sofia, Gierke Julia, Göbel Samantha, Kummer Sophia, Leiner Hailey-Marie, Otto Franziska, Reinprecht Rose, Reiser Anna, Rödl Emily, Ruppert Carolin, Schinabeck Selina, Schubert Sandra, Sima Viktoria, Söllner Lena, Viehauser Luisa

Kontakt

Dr.-Johanna-Decker-Gymnasium

Deutsche Schulgasse 2
92224 Amberg

09621/48112 | 09621/481240
gymnasium@djds.de
www.djds.de

ey! AMBERG UND WEIDEN

NIE WIEDER KEIN PLAN

Jetzt deine neuen Lieblingsapps herunterladen!

FÜR WEIDEN

FÜR AMBERG

DU HAST DEIN ABI? WIR DEINEN JOB!

ENTDECKE DEINE KARRIEREMÖGLICHKEITEN!

Als Weltmarktführer in automatisierter Intralogistik öffnen wir dir vielfältige Karrieremöglichkeiten – mit oder auch ohne Studium!

WIR BIETEN DIR:

- 18 Ausbildungsberufe
- 5 duale Studiengänge
- Ausbildungsverkürzung um 1 Jahr
- Übertarifliche Ausbildungsvergütung
- Viele verschiedene Benefits
- Vielfältige Karrieremöglichkeiten

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

NEUGIERIG? JETZT BEWERBEN AUSBILDUNG. WITRON.DE

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



Bild: Claudia Wittmann

FOSBOS Amberg

241 

Abo Srieah Alissar, Altschmied Luca, Ambryszewski Andreas, Apaydin Huzeyfe, Apaydin Nisa, Arkatov Artur, Attije Jahn, Axt Paula, Bartmann Matthias, Bauer Sabrina, Bauer Alexander, Baum Joel, Bäuml Moritz, Bayer Lorena, Becker Edgard, Belz Angelika, Berisha Iresa, Berndt Lukas, Bessert Josefine, Böhm Max, Böller Jasmin, Bollwein Luisa, Böttcher Lukas, Bratzel Leonie, Brückner Max, Brunner Hannah, Brunner Valentin, Buchmann Christina, Bukenberger Felicia, Bukenberger Filip, Csanádi Mia, Dalgic Sara, Daubenmerkl Jana, Di Matteo Constanze, Dietz Vivien, Diring Alina, Donhauser Emma, Donhauser Amelie, Dreßler Julius, Duran Ecrin, Duschanek Zoey, Edenharter Lukas, Ehbauer Anna, Ehbauer Michael, Eisner Joseph, Englard Frida, Ernstberger Lea, Falk Amelie, Fehm Christoph, Feldmeier Anna, Fogle Emily, Frischholz Inge, Gaidzik Emily,

Gebhard Romina, Gebhard Marica, Gegó Kinga, Germershausen Jonas, Gmeiner Sophia, Gnan Sabrina, Gonev Nikolaj, Gradl Theo, Graf Marco, Graf Michael, Graf Lea, Graf Vinzent, Graf Louis, Gräf Georg, Gräf Bastian, Grüntaler Anouk, Gummermann Luis, Guttenberger Luisa, Haas Ann-Katrin, Hannak Sara, Hasan Rani, Haupt David, Hausmann Sandra, Heider Marleen, Heil Felicitas, Heine Kristin, Heißmann Mia, Helbrand Philipp, Hench Charlotte, Hense Sofia, Herrmann Aaron, Höcherl Lukas, Hofmann Antonia, Holmer Maximilian, Hubmann Nicola, Jaekel Jana, Jahn Celina-Marie, Jähn Miriam, Janz Korbinian, Jurovich Petr, Kalender Tugce, Kastner Andreas, Kauer Lilly, Kaulbach Franziska, Keil Fiona, Kellnerova Lenka, Kestel Nina, Khairi Nawar, Khairi Nagham, Kinzell Alexia, Kirschner Dominikus, Kiss Rebeka, Klein Sven, Kliegel Fiona,

Kohl Maximilian, Köhn Anton, König Sarah, Kopp Emelie, Kosuhin Andreas, Kotschukow Katrina, Kraus Alexander, Kraus Hanna, Krös Nele, Kuhnert Johann, Kummer Michael, Kummer Elisabeth, Kylis Sophie, Lang Magdalena, Lautenschlager Anja, Leikermoser Leon, Lepschin Leana, Liedel Marie, Liermann Nele, List Moritz, Lueger Antonia, Maderer Jonathan, Malis Mahmoud, Marx Daniel, McCoy Jade, Meier Florian, Meiler Moritz, Meißner Melina, Meissner Angelina, Merkl Lena, Metzger Leon, Morner Johannes, Morviller Neno, Mosner Vinzenz, Mulita Emily, Müller Antonie, Munker Luis, Mutsers Annika, Naumann Julia, Nita Larysa, Nitz Samantha, Ott Martina, Panjuschkin Madeleine, Paulus Emma, Pietrzynski Saimon, Piseddu Leandro, Plänitz Frederik, Plata Dominik, Plöbl Jonas, Pop Riana, Preischl Paula, Pridgen Rihanna, Prifling Paul, Privalov

Emilia, Raabe Jasmin, Radl Lenz, Ransbach Laila-Sue, Rätz Antonia, Reif Magdalena, Renner Amelie, Reuter Kimberly, Richthammer Eva, Rieger Julian, Rogenhofer Mia, Roggenhofer Felix, Roidl Felicitas, Romanow Maximilian, Rösel Amelie, Rotsch Ronja, Ruhland Jonas, Rumpler Julius, Rupp Leonard, Rupperecht Anna, Saalbach Leilani, Saazer Leni, Sanzarov Andreas, Schatz Lisa, Scheermann Evita, Scheuerer Victoria, Schmid Chiara, Schmid-Burgk Bela, Schnappauf Marlen, Schüßlbauer Elena, Segerer Lukas, Sena-Seitz André, Sidorenko Peter, Siegert Annalena, Simon Patrick, Singer Elina, Sollner Florian, Soloviov Kristian, Spyropoulos Despina, Steiz Valeria, Stief Eva, Strahl Lilly, Stricker Henrik, Ströhl Leonhard, Ströll Nina, Stukert Jana, Sugle Deniz, Surasiang Nino, Süß Tommi, Tauber Luisa, Tauscher Max, Teker Samuel, Terschüren

David, Theiss Elias, Trottmann Emilia, Tschirner Mika, Ullmann Gabriel, Ullmann Elisabeth, Urland Amely, Veit Skrollan, Vetter Theresa, Vishesella Donarta, Vogl Leonard, Wagner Laura, Wanninger Jonas, Weibert Michael, Weigelt Jana, Weigl Valentin, Winkler Hanna, Winter Sarah, Wolfram Tom, Wong Viviane, Wrebiak Joel, Young Alyceah, Yüksel Fadim, Zhubani Eveline, Ziegler Emely

Kontakt

FOSBOS
Amberg

Raingerer Straße 27
92224 Amberg

09621/105000
info@bszam.de
www.bszam.de

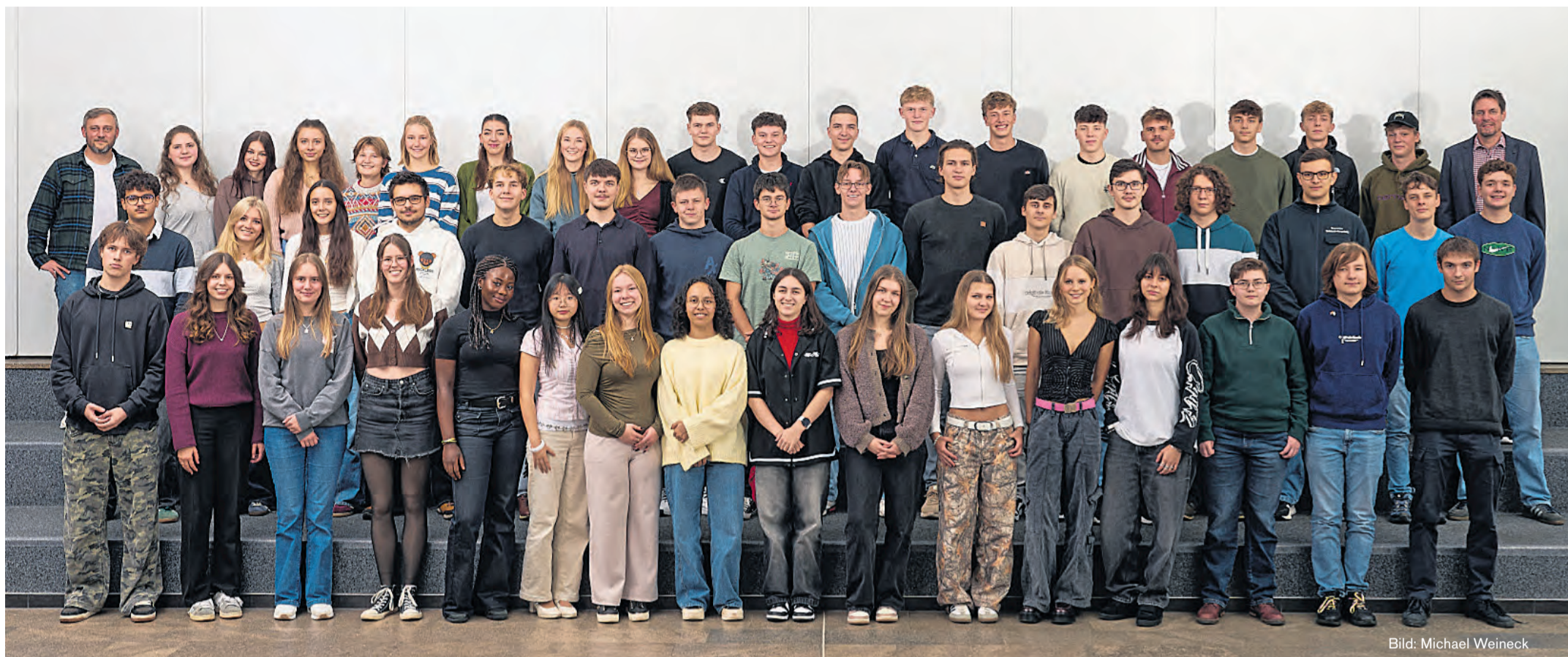


Bild: Michael Weineck

Herzog-Christian-August-Gymnasium



Baier Vincent, Bauer Leonie, Behlau Paul, Behringer Noah, Böttner Ludwig, Büttner Jana, Cao Cam Van, Chaly Patrick, Colyer Annabell, Dehling Emily, Dörner Tara, Drozdov Daria, Ebi Nicolas,

Ehrlich Dominik, Ehrlich Nikita, Feil Maximilian, Forsthofer Raphael, Graf Paul, Graf Tim, Haller Anne, Haubelt Nico, Hefner Simon, Herrmann Alex, Hittl Elias, Höfke Lukas, Hrgic Dorian, Karner

Juli, Kießling Linus, Knaus Marcel, Kopczyk Malin, Kuzyna Lara, Mosley Savannah, Mure Josephine, Neidel Jonas, Pesold Johannes, Philipp Leyla, Pilhofer Sabrina, Preiß Valerie, Preißl Nicolas,

Richthammer Anja, Rösel Emilia, Schatz Julian, Schunk Konstantin, Schwärzer Paul, Stadlbauer-Valentin Felix, Swisher Charleen, Terme Luisa-Marie, Trösch Amelie, Völlger Max, Wanji Ruvinnelle

Kontakt

**Herzog-Christian-August-Gymnasium
Sulzbach-Rosenberg**

Blumenastraße 1
92237 Sulzbach-Rosenberg

09661/876100
sekretariat@hca-gymnasium.de
www.hcagymnasium.de

Freunde finden leicht gemacht

So findest du Anschluss



Ein neuer Lebensabschnitt bedeutet oft nicht nur Umzug, neuer Job oder Studium – sondern auch, sich ein völlig neues Umfeld aufzubauen. Auf den ersten Blick kann das ganz schön einschüchternd wirken. Doch so kompliziert ist es gar nicht. Denn egal, ob eher ruhig oder extrovertiert: Das Wichtigste ist, authentisch zu bleiben.

Im Studium bieten zum Beispiel Schnupperwochen die perfekte Gelegenheit, gleichgesinnte Studierende kennenzulernen. Bei einem Kaffee in der Mensa kommt man schnell ins Gespräch – über Kurse, Professoren oder die ersten Herausforderungen.

Auch im neuen Job ergeben sich viele kleine Chancen: Einfach mal zum Lunch verabreden oder gemeinsam zur Kantine gehen – oft entstehen gerade in die-

sen alltäglichen Momenten die ersten Kontakte.

Ein Umzug in eine neue Stadt? Wer Lust hat, die eigene Komfortzone zu verlassen, kann über eine WG oder ein Wohnheim nachdenken. Gemeinsame Abende in der Küche und lange Gespräche schweißen oft schneller zusammen, als man denkt.

Und nicht zuletzt: Hobbys verbinden! Ob Sport, Musik oder andere Interessen – in Vereinen und Gruppen lernt man ganz unkompliziert neue Leute kennen. Viele Angebote lassen sich heute bequem online finden.

Fazit: Neue Freunde zu finden braucht manchmal etwas Mut – aber vor allem Offenheit. Der Rest ergibt sich oft ganz von selbst. (zirk)

VON
AUTOMATISIERUNG
BIS
WIRTSCHAFT

Finde das Studium, das zu **DIR** passt.
#besserstudieren von A bis W

Jetzt informieren: oth-aw.de/besserstudieren

OTH
Amberg-Weiden



Bild: Fotoprofi Weiß, Marktedwitz

FOSBOS Marktedwitz

115



Ali Mohamed, Ates Gülbahar, Barth Karina, Barth Paula, Bauer Alina, Bauer Nils, Baumgärtel Jule, Bauriedel Vinzenz, Bayer Fiona, Bernreuther Esther, Brucker Christian, Brunner Laura, Burger Niklas, Büttner Marlene, Büyük Emin, Cetin Baran, Däumler Lea, Dawas Lamar, Dietl David, Dinh An Vinh, Ernstberger Patricia, Földes Leila, Friedel Katharina, Gelbert Johannes, Georgoulas Janis, Gornik Anna-Lena, Grimm Pia,

Günthner Hannes, Haberkorn Lucy, Haider Marius, Hausner Greta, Heidenreich Laura, Hoffmann Benedikt, Holat Denis, Huber Paula, Ilz Milena, Jahn Jessica, Kamalak Melih, Kaminsky Nicolas, Kastner Lea, Kauffenstein Moritz, Kelep Illia, Kern Karina, Kern Leon, Kloß Janine, Kolditz Sophia, Köstler Sina, Kreger Felice, Kretzer Tizian, Krüger Celina, Kucherenko Lisa, Kuligowski Anika, Küspert Lilly, Lang Marlon, Lind Erich, Lippert

Bastian, Löwenhag Viktoria, Luja Leander, Marth Sebastian, Matzke Ian, Moumin Can, Müller Elias, Naumann Elina, Neff Lena, Neimann Maxim, Nerenberg Alice, Nickl Elias, Nolan Lilly, Otto Louis, Persicke Damian, Plechschmidt Helena, Pöllath Felix, Pölmann Lene, Ponader Laura, Ponath Marvin, Puchta Niklas, Pusch Sina-Milane, Rauch Anton, Reger Samuel, Regnet Leni, Rittmayr Julius, Röß David, Salesski Michael,

Schäfer Amelie, Scharnagl Alina, Scharnagl Hanna, Scheps Valentina, Schicker Lucia, Schimmer Vanessa, Schindler Isabell, Schmidt Hannes, Schug Paul, Sidorenko Vanessa, Simok Steve, Standfest Annkathrin, Streber Lena, Thoma Sophie, Turcanu Alexandru, Vogel Elias, Volikova Sofia, Wifling Josepha, Windisch Lisa, Yasar Merve, Yavuz Enise, Yeni Furkan, Zemsch Paul, Zettner Amelie, Zintl Lukas

Kontakt

**Fach- und
Berufsoberschule
Marktedwitz**

Schulstraße 12
95615 Marktedwitz

09231/50910200
info.fosbos@bszmw.de
www.fosbos-mak.de

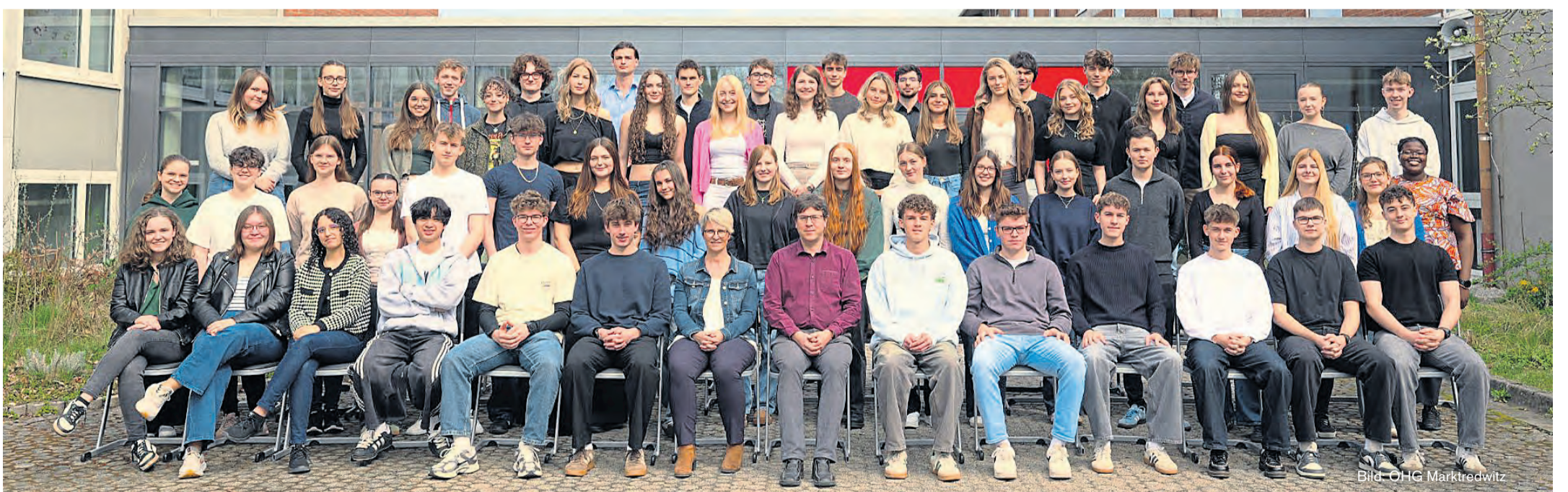


Bild: OHG Marktedwitz

Otto-Hahn-Gymnasium Marktedwitz

56



Abdulrazak Rima, Archer Tom, Baschwitz Elina, Bayer Fabian, Bayer Max, Beierkarre Julian, Biller Hannah, Buba Amelie, Daniel Teresa, Dötterl Josephina, Duong Kevin, Dutkiewicz Paula, Geisler Tim, Geyer Mona, Glaser Antonia, Göb-

ler Sophia, Grallert Emma, Greger Maximilian, Gschwendtner Oskar, Haaf Leonie, Haas Yelina, Hansl Julian, Kern Danja, Khachatryan Sergey, Kießling Nico, Kießling Nora, Kleeberger Jakob, Koehl Maja, Korf Magnus, Kunkel Lea,

Lenik Filip, Leupold Julia, Lowies Carolina, Magdeburg Nico, Mahner Lena, Melzner Tobias, Neubauer Toni, Neufeld Daniel, Perschukow Veronika, Pohl Emilia, Primitz Ann-Kathrin, Puder Karlotta, Reichelt Leandra, Röhrich Elaina,

Rogler Fabian, Rohrer Philipp, Sacher Saskia, Schiener Felix, Schöpe Julia, Schraml Antonia, Schraml Johannes, Schraml Lea, Siaw Victorian, Siyanko Nikita, Thoma Anika, Villwock Sarah

Kontakt

**Otto-Hahn-Gymnasium
Marktedwitz**

Schulstraße 10
95615 Marktedwitz

direktorat@ohg-marktedwitz.de
www.ohg-marktedwitz.de



Bild: Fotostudio Kraus Oberviechtach

Ortenburg-Gymnasium Oberviechtach



Albang Finja, Ardaly Kalissa, Auburger Felix, Auburger Moritz, Baldauf Elias, Bauer Felix, Baumann Antonia, Beck Leonie, Borowski Lena, Deml Sarah, Dirscherl Florian, Ducsek Patricia, Ebnet Katharina, Faras Alan, Fischer Sebastian, Gillitzer Lukas,

Gissibl Benjamin, Götz Korbinian, Graf Luis, Greber Emily, Hammerer Leonhard, Hammerl Nina, Hanauer Anna, Hansl Lara, Heller Simon, Hirsch Verena, Irlbacher Johanna, Jäkel Maximilian, Jodl Pascal, Kleber Anna, Klug Veronika, Krafczyk Rafael, Landgraf

Johanna, Lang Tobias, Lehmann Andreas, Liebermann Maja, Markgraf Maximilian, Meckl Bastian, Nossek Niclas, Obermeier Hanna, Prüfling Isabel, Reisnecker Tim, Reitzig Paul, Rieder Benedikt, Ring Alexander, Salomon Andreas, Schall Lara, Scheck Lena, Scheibl

Helena, Schießl Lea, Schmid Alexander, Schmidberger Carlotta, Stanke Sabrina, Strasser Lena, Völkl Paula, von Wenz Isabella, von Wenz Leonard, Warta Jannik, Weber Lea, Wild Alexandra, Wolf Alina, Zapf Paulina, Zitzmann Jonas, Zwack Leon

Kontakt

Ortenburg-Gymnasium Oberviechtach

Jahnstraße 18
92526 Oberviechtach

09671/7440300
sekretariat@ortenburg-gymnasium.de
www.ortenburg-gymnasium.de

Neues Kapitel, neue Habits

So behältst du deinen Alltag im Griff



Egal ob Job, Studium oder Ausbildung: Ein bisschen Struktur macht vieles leichter. Diese Basics helfen dir, den Überblick zu behalten:

Termine im Blick haben

Ein aktueller Kalender ist ein Must-have – egal ob digital oder analog. Ohne Eltern-Reminder gilt: Fristen, Deadlines und Termine selbst im Griff haben!

Dokumente ordentlich organisieren

Steuer, Immatrikulationsbescheinigung, BAföG-Antrag & Co. – wichtig ist, dass du alles schnell findest. Ob digitaler Ordner oder klassische Ablage im

Regal: Finde dein System und bleib dabei.

Finanzen checken

Money, money, money... auch im neuen Lebensabschnitt ein großes Thema. Mit Apps oder analogen Übersichten behältst du Einnahmen und Ausgaben im Blick – und vermeidest böse Überraschungen am Monatsende.

Den Alltag strukturieren

To-do-Listen, feste Routinen und ein aufgeräumtes Mailpostfach helfen dir, auch in stressigen Zeiten den Überblick zu behalten. (zirk)



Starte deine Ausbildung in unserer Akademie für Gesundheit – NEW LIFE!

Attraktive Vergütung

Komm in unser Team!

Du suchst eine Ausbildung mit Sinn, starken Perspektiven und einem attraktiven Arbeitgeber?

Dann bist du bei uns genau richtig. An der Berufsfachschule für Pflege der Kliniken Nordoberpfalz haben wir noch freie Plätze für die Ausbildung zum Pflegefachmann/Pflegefachfrau. Bei den Kliniken Nordoberpfalz erwartest dich eine Ausbildung mit hervorragenden Bedingungen.

Die Theorie lernst du an der Gesundheitsakademie NEW Life in Neustadt/WN, einer innovativen Schule, die dich auf deine Zukunft vorbereitet. In deiner Ausbildung tauchst du in ein breites Spektrum der Pflege ein – von der Akutversorgung bis zur Langzeitpflege. Nach deinem Abschluss stehen dir alle Türen offen, von Spezialisierungen bis hin zum Studium. Neben vielseitigen Karriereoptionen profitierst du von den Vorteilen des öffentlichen Dienstes – attraktive Vergütung, starke Benefits und eine sichere Zukunft inklusive.

Deine Zukunft in der Pflege

Scan me





Bild: Romy Wittmann

Gymnasium Neustadt an der Waldnaab

32



Akbulak Gülay, Braun Victoria, Braunschläger Philip, Förster Lilian, Frenzel Philipp, Fuchs Jannik, Gleißner Magdalena, Gotthardt Anna, Götz Anika, Haberkorn Ja-

kob, Hanauer Benedict, Hermann Simon, Lang Annika, Meiler Emma, Meiller Tobias, Meißner Andreas, Mürbeth Constanze, Neupert Julius, Normann Tim, Packanova

Ellen, Plöbner Alexander, Schäffler David, Scharnagl Matthias, Scheunemann Moritz, Schöpf Lisa-Marie, Schulz Franziska, Sczech Annika, Stahl Laura, Stich

Timo, Wittmann Romy, Wolfrath Magdalena, Wolfrum Romy

Kontakt

**Gymnasium Neustadt
an der Waldnaab**

Bildstraße 20
92660 Neustadt a.d. Waldnaab

09602/94150
poststelle@gy-new.de
www.gy-new.de

Social Media: Wann Vergleiche stressen und wann trösten

Warum soziale Netzwerke unser Selbstwertgefühl beeinflussen – und wie ein bewusster Umgang mit Vergleichen dabei helfen kann.

Alle anderen sind schöner, glücklicher und erfolgreicher: Ständige Vergleiche können sich schnell negativ auf unseren Selbstwert und unsere Zufriedenheit auswirken.

Soziale Netzwerke wie Instagram, Tiktok, LinkedIn und Co. verstärken das oft. Dort sieht man häufig inszenierte Momentaufnahmen - makellose Selfies, Traumurlaube, Erfolgsgeschichten. Dass sie kaum die Realität widerspiegeln, gerate aber oft in Vergessenheit und erhöhe den Druck, sagt die Psychologin Sonia Jaeger. Orientierung oder Motivation findet man dadurch selten; meist fühlt man sich sogar schlechter.

Hunderte Vergleiche in wenigen Minuten

Das Vergleichen gab es zwar schon vor Social Media, doch «die Schwierigkeit bei Social Media ist, dass es einfach maximal verfügbar ist», sagt Elisabeth Dallüge, Psychologische Psychotherapeutin und stellvertretende Bundesvorsitzende der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung. Innerhalb von Minuten können wir uns mit Hunderten von Menschen messen. Algorithmen verstärken das, in-



Bild: Anna - stock.adobe.com

dem sie bevorzugt Inhalte zeigen, die wir bereits kennen, weil eine entsprechende Präferenz bei uns festgestellt wurde: «Und wenn die Präferenz auf den eigenen Unsicherheiten basiert, kriege ich natürlich noch mehr davon vorgeschlagen», so Dallüge.

Gerade in Phasen von Umbrüchen kann das Druck und Wertung er-

zeugen – etwa in Themen wie Elternschaft oder Beziehung, wo Normen vermittelt werden, an denen man sich messen soll, so Dallüge.

Was dagegen hilft?

- Sich klarzumachen, dass wir auf Social Media meist nur inszenierte Ausschnitte sehen, die unrealistische Maßstäbe setzen

- radikale Akzeptanz, dass es immer Menschen geben wird, die in bestimmten Bereichen besser sind oder mehr haben als wir

- eigene Erfahrungen, Stärken und Entwicklung bewusst reflektieren, etwa mit einem Dankbarkeitstagebuch «So geht es mir auch»: Wann Vergleiche auch tröstlich sind

Außerdem wichtig: Social Media kann Elisabeth Dallüge zufolge auch Chancen eröffnen. Denn soziale Medien erlauben auch Vergleiche mit Menschen, die früher weniger sichtbar waren - etwa zu sexueller Identität oder Diskriminierungserfahrungen. Und manchmal könne ein Vergleich auch tröstlich sein, weil er zeigt, dass man mit seinen Erfahrungen nicht allein ist. (dpa/tmn)



Bild: CFG Schwandorf

Carl-Friedrich-Gauß-Gymnasium



Amann Franziska, Bär Jan, Bäuml Felix, Bäuml Lisa-Marie, Behnke Annika, Beierlein Eva, Borkner Franziska, Breitschaft Hanna, Brodovski Eva, Burggraf Luisa, Drexler Luca, Eisfeld Sophia, Enders Emma, Feil Lukas, Foihel Evelina, Friesen Alina, Gillitzer Antonia, Glamsch Nicolas, Graf Elisabeth,

Haar Daniel, Haberl Johanna, Hann Tamina, Härtl Melina-Sophie, Hecht Letizia, Hergert Michael, Hien Paul, Høydalsvik Nike, Huber Lara, Huber Lena, Kraus Christine, Krause Fabian, Kvashevich Euphrasynnya, Lautenschlager Michael, Lautner Tim, Loibl Theresia, Mandl Tanja, Mauerer Lucas, Mayer Lu-

kas, Melicharová Charlota, Miller Leonie, Neft Theo, Nicola Markus, Obendorfer Michael, Obermeier Juliane, Plöböl Sarah, Prell Hannes, Prifling Laura, Probst Martin, Raß Pia, Rester Tobias, Ruetz Katharina, Scharf Lea-Sofie, Scheibl Annika, Scheitzach Linus, Scheitzach Teresa, Scherl Rafael, Schießl

Anna, Schmitt Jonathan, Schneider Julian, Stangl Lukas, Steier Jasmin, Stelzenberger Sophie, Surrer Anna, Trautner Tobias, Viehauser Benedikt, Vogel Christoph, Vogl Lena, Wannhoff Jasmin, Wild Tim, Winkler Aggelos, Winkler Lydia, Winter Johannes, Wolf Fabian, Yanson Daniil

Kontakt

Carl-Friedrich-Gauß-Gymnasium

Kreuzbergstraße 20
92421 Schwandorf

09431/8023300
Sekretariat@c-f-g.de
www.c-f-g.de



Eintritt frei

Shots aufs Haus*

Cover-Gewinnspiel

*solange der Vorrat reicht

15 Jahre LEO. 15 Jahre Geschichten, Begegnungen, bewegende Momente. Als Teil des Jubiläumsjahres von Oberpfalz Medien wollen wir dieses Kapitel gemeinsam mit euch feiern. Freut euch auf eine laue Sommernacht mit guter Musik, kühlen Drinks und echter Feierlaune.

MIT EUCH. GEMEINSAM. NOCH MEHR JUBILÄUM.

15 JAHRE

4. JULI

18 UHR | UNS BAR

Untere Nabburger Str. 5 | 92224 Amberg



Mehr Infos zu LEO feiert und weiteren Events findest du hier.





MIT EUCH. GEMEINSAM. FÜR MORGEN.





Bild: StR Stefan Sigl

FOSBOS Schwandorf

234



Abu Sinieh Maysan, Ahmadi Mina, Alagic Admin, Altmann Sophia, Aumer Cora, Baier Sara, Baierl Miriam, Bauer Fiona, Bauer Lena, Baumer Jakob, Baumer Lara, Bäuml Sophia, Bäumler Stacey, Beer Andrea, Bierler Hanna, Bitunjac Josipa, Böhm Toni, Briody Jonah, Brunner Sophie, Burenko Andrii, Bußler Johanna, Busulans Eduards, Caramia Andrea, Danis Nicolas, Dechant Florian, Delling Elisabeth, Delling Ludwig, Demirtas Selin, Dettweiler Milan, Dikmen Enes, Dorschner Mia, Draczynski Aleksy, Dreyer Luca, Ecker Franziska, Edenhart Toni, Ehrenreich Erik, Eichinger Theresa, Eichwald Alexandra, Eichwald Veronika, Elsner Leni, Engelhardt Bastian, Ersoy Vildan, Feiler Joli, Feriancova Michaela, Feuerer Antonia, Fischer Linda, Fischer Simon, Frizler Celina, Fröhler Antonia, Fuchs Tatjana, Fuchs Tobias, Fuchter Maximilian, Füle

Karoly, Funck Leopold, Fuß Anton, Gabel Clara, Galati Pricchia Yasin, Gawinecki Aleksander, Geber Kevin, Gerber Eileen, Giurgiu Alexander, Gleixner Julia, Götz Emily, Graf Sina, Graf Tessa, Graßl Gabriel, Greger Erik, Greifzu Jakob, Greß Constantin, Guggenmos Charlotte, Haak Xenia, Haas Arthur, Haberl Franziska, Hadasch Elena, Hain Lisa, Hammer Isabella, Hartinger Niklas, Haseneder Franziska, Hasenkopf Luca, Hausknecht Antonia, Heider Stefanie, Heinemann Luca-Joel, Heuschneider Astrid, Hinzer Cecilia, Hirn Mirjam, Höfler Katharina, Höfling John, Holz Alina, Hölzl Hannah, Hösl Katharina, Hüttner Sebastian, Høydalsvik Hedy, Ibe Maximilian, Ihmels Marco, Ivakh Anna, Jamal Ara, Jasari Lara, Kalb Theresa, Kalinina Maiia, Kapfhammer Laura, Kappmeier Jonas, Käsbauser Stefan, Kelma Dawid, Keusch Alina-Maria, Kick Luca, Kiener

Marie-Sophia, Kienzl Alexander, Kieschnick Nele, Kitzmann Emil, Klemen Felicitas, Klementiev Maksym, Klier Josefine, Klügl Kerstin, Kmetsch Lotte, Kochherr Anna, Kolar Lea, Koller Nele, Koller Nico, Körner Lena, Krahl Iris, Kreiner Lorena, Kreitner Finja, Kroner Eva, Krrakaj Ardi, Kubitz Niklas, Küffner Elena, Kuhn Violletta, Kurz Ines, Kurz Jana, Lang Lukas, Lechner Simon, Legl Moritz, Lehner Fabian, Leibel Nele, Leitner Adrian, Leitner Katja, Lippert Patrizia, Listl Thomas, Lobinger Jana, Lukaszewska Julia, Mändl Laurenz, Markmann Kevin, Martel Alexandra, Meier Lara, Menzyk Linda, Mester Melissa, Meyer Svenja, Michel Ilias, Micsoniu-Badea Alexandra, Mössinger Moritz, Nétling Levente, Niebauer Nicki, Niedermeier Laura Marie, Nikulina Andreas, Olik Jasper, Othman Jwidi, Paulus Lisa, Pechtl Jonas, Phung Phuong Linh, Piehler Anton, Pilz

Leo, Pirzer Theresa, Pöllmann Julia, Pottgießer Sophia, Prah Jan, Propp Eric, Putzer Emilia, Raab Andreas, Raab Fiona, Raguz Ida-Marleen, Raß Tomy-Lee, Reheis Simon, Renner Emil, Roidl Tobias, Roßmann Jannik, Rötzer Christian, Schaller Nico, Schanderl Lucia, Schmalzl Saskia, Schmalzl Timo, Schmauser Philipp, Schmauß Lena, Schmid Saskia, Schmidbauer Lilli, Schneider Christoph, Schneider Jasmin, Schneider Kristina, Scholl Dennis, Schröder Franziska, Schultes Quirin, Schwandner Carolin, Schwarz Nina, Segerer Antonia, Seidl Lucie, Seidl-Wiesner Marie-Sophie, Siml Theresa, Söllner Jonathan, Spachholz Robin, Stahler Riana, Stautner Thomas, Stegerer Anna Maria, Steinbauer Mona, Steinkirchner Bastian, Stele Vanessa, Straubinger Lea, Sturm Axel, Thanei Ciara, Thiede Vitus, Tran Tommy, Trautwein Lara, Trißl Susanne, Urbatzka

Valerie, Vegele Erik, Wagner Bruno, Weingärtner Anna, Weiß Stefanie, Weit Daniel, Wendel Andrea, Wiendl Emma, Wilfahrt Lea, Wilhelm Wolfgang, Winkler Max, Wolf Luca, Wollner Tim, Woppmann Lina, Younes Rayan, Zechmann Josie, Zeins Tamara, Ziehm Jasmin, Ziereis Lisa-Marie, Zilch Leila, Zilin Michael, Zwicknagel Paula

Kontakt

**Berufliches Schulzentrum II
Schwandorf
Berufliche Oberschule
Schwandorf mit
Staatlicher Wirtschaftsschule
im Landkreis Schwandorf**

Glätzstraße 29
92421 Schwandorf

09431/728800
epost@fos-bos-schwandorf.de
www.fosbossad.de

WG oder allein:

Rundfunkbeitrag auch für Studis und Azubis

Aktuell starten viele junge Menschen in Ausbildung und Studium - manche ziehen dafür in eine eigene Wohnung oder eine WG. Dann werden auch Rundfunk- und Fernsehgebühren fällig. Doch es gibt Ausnahmen.

Für den gesetzlich geregelten Rundfunkbeitrag gilt die Faustregel: Eine Wohnung - ein Beitrag. Egal, ob Wohngemeinschaft oder Einzelhaushalt, aktuell sind pro Wohnung monatlich 18,36 Euro zu zahlen. Egal ist auch, wie viele Radios, Fernseher, Computer oder Smartphones vorhanden sind. Darauf weist die Verbraucherzentrale Mecklenburg-Vorpommern hin.

Zuständig ist der Beitragsservice von ARD, ZDF und Deutschlandradio, der ständig mit Meldedaten versorgt wird. Zieht also etwa eine Studentin in die eigene Bude und meldet sich um, wird sie von dem Service schriftlich gebeten, ihre Beitragspflicht zu klären.

In der WG zahlt nur eine Person

Wer allein lebt, bekommt eine Beitragsnummer, unter der er oder sie dann zahlen muss. In einer WG ist nur einer der Bewohner zuständig. Wer also in eine WG zieht, in der schon jemand die Beiträge zahlt, kann dessen Beitragsnummer im Klärungsverfahren angeben.

Allerdings: Die Beitragsnummer ist personenbezogen. Wer zahlt und irgendwann umzieht, nimmt diese Nummer mit. Er muss dann dem Service seine neue Adresse mitteilen, und von den «Zurückbleibenden» muss jemand anderes sich eine Nummer besorgen.

Mit BAföG oder Beihilfe Befreiung möglich

Wer BAföG oder Berufsausbildungsbeihilfe erhält, kann mit entsprechendem Nachweis einen Antrag auf Befreiung von

der Beitragspflicht stellen. Eine Befreiung gilt auch für die Ehepartnerin oder den eingetragenen Lebenspartner - aber nicht für Mitbewohner. Damit eine WG gar nicht zahlen müsste, müssten sämtliche Bewohner die Befreiungsvoraussetzungen erfüllen.

Tipp: Alle wesentlichen Anträge und Meldungen lassen sich auch online stellen. Die Verbraucherzentrale rät jedoch, nur die offizielle Seite des Beitragsservices zu verwenden. Im Internet gebe es ähnlich klingende Seiten, deren Nutzung aber kostenpflichtig sei und keinen Mehrwert biete. (dpa/tmn)





Bild: Ramona Gilch

Elly-Heuss-Gymnasium



Bauriedl Jessica, Biller Marlene, Bock Emma, Bock Miriam, Braun Fiona, Dereli Kiara, Dorner Amelie, Grüssner Alea, Hartwich Hanna, Haydn Leonie, Himyay

Layla, Hofmann Emily, Kaufmann Kira, Kick Johanna, Leinert Emma, Lindner Nadine, Moller Theresa, Neumann Amelie, Pausch Isabella, Plannett Pauline, Pöllath Alicia,

Röhr Franziska, Romweber Rita, Schaller Maja, Schlossarek Eva, Schmidt Emely, Schmidt Jessica, Schrembs Victoria, Slana Anna, Sperl Christina, Stahl Miriam,

Voit Eva-Marie, Wiesnet Viola, Ziegler Lisa

Kontakt

Elly-Heuss-Gymnasium

Weigelstraße 26
92637 Weiden i. d. OPf.

0961/481590
sekretariat@ehg-wen.de
www.ehg-wen.de



Bild: Markus Fellner

Augustinus-Gymnasium Weiden



Anderson Elisabeth, Ascherl Paula, Bäuml Gustav, Bartels Mia, Bauer Lisa-Marie, Bauer Luis, Bausch Leopold, Bayer Anna-Maria, Bock Theresa, Bouchie Sophia, Browa Fabian, Butorovych Marko, Butorovych Olena, Drechsler Finn, Dütsch Laura, Dumler Lena, Eckl Stefan, Edenharter Elissa, Ertl Matthias, Fröhlich Jana, Gebhardt Louis, Götz Luise, Gollwitzer Franziska, Gregor

Kristina, Grötsch Maximilian, Gruber Sina, Günther Elisa, Härtl Peter, Häusler Lukas, v Heemskerck Maximiliane, Helgert Alina, Helgert Lena, Hellendoorn Kelis, Kaiser Jonas, Kaiser Leonie, Kick Laura, Kleinnibelink Jesse, Kleinnibelink Luna, Klotz Theodor, Koller Lukas, Kost Nele, Kreiner Fabian, Kreuzmeier Jule, Liebl Lorenz, Liesenfeld Julius, Lingl Antonia, Lobodynskyi Andrii,

Makarenko Egor, Meier Laura, Meier Yannick, Neubauer Luisa, Neumann Anna, Nickl Lena, Nitsche Esther, Nowak Lorenz, Olluri Arlona, Paul Emil, Petrov Eva-Maria, Pöllmann Tim, Pollhammer Nils, Pröbß Hannah, Rascher Naomi, Reger Veronika, Reichl Simon, Riedl Felix, Schlamminger Nele, Schmid Hannah, Schmid Robert, Schönberger Toni, Schröder Francesco, Selt-

mann Viktoria, Siller Paula, Sollfrank Maximilian, Spickenreuther Benedikt, Stauer Fabian, Steiner Paulina, Stemmler Natalie, Süß Maximilian, Tölzer Marie, Tuschka Antonia, Valea Nadja, Venzl Paul, Völkl Quirin, Wagner Michael, Wanninger Johannes, Weber Justus, Wiglenda Charlotte, Wurzer Anna, Yalcin Aliya, Zamora Paul, Zintl Bene

Kontakt

Augustinus-Gymnasium Weiden

Sebastianstraße 28
92637 Weiden i. d. OPf.

0961/2062300
info@augustinus-gymnasium.de
www.augustinus-gymnasium.de



Bild: Kathrin Hennig

Kepler-Gymnasium Weiden



Auer Max, Belcescu Amina, Cooper Gabriella, Dittrich Sara, Dobmeier Emelie, Döllinger Simon, Efe Efehan, Engelman Marius, Erfurt Milena, Faltenbacher Louis, Farnbauer Julian, Fleischer Phillip, Frank Emanuel, Fuchs Fabian, Geweiler Dennis, Grastat Vincent,

Greiner Hannah, Grünauer Gabriel, Hacker Julien, Hartung Lena, Heidel Stefan, Herdam Patrick, Isaak Nicoletta, Kasten Lukas, Kaufmann Felix, Kaufmann Max, Kharraz Tavakol Savin, Kick Jakob, Kießlich Isabell, Koller Kilian, Kraus Johannes, Kraus Lisa-Marie,

Lauerer Johannes, Liebermann Ines, Lindner Mats, Ludwig Anna, Meggenrieder Jakob, Mehrländer Uli, Neuber Luisa, Nickolai Andreas, Oehlerking Elias, Pirk Johannes, Prips Alexander, Pühler Jakob, Renner Jule, Richter Lucas, Rindler Johanna, Saal Anja,

Schiesl Bastian, Schießl Erik, Schulz Leonie, Siegert Paul, Simon Kathrin, Utz Johann, Velarde Alvarado Arieli, Walter Nico, Wieder Mia-Sophie, Winter Paul, Würschinger German, Zaruba Paul, Zeiler Dana, Zwerenz Noah

Kontakt

Kepler-Gymnasium Weiden

Friedrich-Ebert-Straße 21
92637 Weiden i. d. OPf.

0961/389500
sekretariat@kepler-weiden.de
www.kepler-weiden.de

Abschluss? Check!



ausbildung-oberpfalz.de

Hier geht's weiter. Finde deine Ausbildung

auf www.ausbildung-oberpfalz.de



Ein Angebot von
oberpfalz
medien



Bild: FOSBOS Weiden

FOSBOS Weiden



Abbasi Mahsa, Ahmad Awais, Alhamad Reem, Archipov Alexandra, Baldauf Alicia, Barabash Alina, Bauer Sonja, Bäumlner Elsa, Bayer Trentini Gustavo, Beer Thorsten, Beer Veronika, Berbatovci Aldrin, Bergold Leonhard, Bierwirth Shanaya, Böhner Madeleine, Brahimaj Sara, Braun Martin, Brünnig Luan, Burchazky Karina, Buscholl Ida, Calchera Noemi, Canak Efe, Carlin Natalie, Christl Tom, Cökmez Defne, Craciun Jessica, Demirhan Isabel, Derheim Xenia, Diepold Max, Dirnberger Eva, Dobmeier Helena, Dostler Valentin, Dunka Leon, Eck Magdalena, Eichenseer Antonia, Engel Andreas, Enslein Ida, Enslein Tim, Esaac Emily, Eschenweck Laura, Fazakas Daniel, Fenzl Jana, Fenzl Julia, Fischer Bruno, Fischer Sophia, Flauger Joachim, Fleißner Lea, Flierl Johannes, Förster Luca, Forster Sarah, Frank Emily, Freudenreich Constantin, Fried Alina, Friedrich Paula, Friedrichs Fabian, Fröhlich Fabian, Fröhlich Thomas, Fronhofer Simon, Fuchs Julian, Gailer Amelie, Gareis Max, Gebhard Celine, Gebhardt Sofie, Gebhardt Sophie, Gebhardt Valentin, Geiger Leni, Geiß Amelie, Göbel Fiona, Gomes Bergmann Dalila, Götz Sebastian, Gradewald Nicolas, Graml Josephine,

Graser Josefa, Greiner Maria, Greiner Marlene, Grieshammer Eric-Leon, Großmann Andreas, Grüner Emily, Güntner Larissa, Hagler Emily, Halscheidt Sophie, Hamann Nico, Hammer Valentina, Hampel Alina, Hanauer Marie, Harper Niklas, Harrer Isabella, Hartwich Ben, Häupler Nicole, Haupt Carina, Held Lena, Henderson Raven, Heringklee Fabienne, Herold Julia, Herzog Angelique, Hess Tammy, Hilburger Finley, Hilburger Lukas, Hinderlich Emily, Hirmer Jonas, Hofmann Justus, Höllering Luisa, Höning Josef, Hösl Inka, Hu Leo, Hummer Lisa, Hyseni Celina, Imeri Mina, Imhof Jonathan, Jungkuz Sebastian, Kabakulak Aliya, Kaczmarek Emma, Kalish Nikol, Kammerer Paula, Karlbauer Louis, Käb Marie, Kaya Ansa, Kesselmann Joshua, Kick Sarah, Kiesbauer Ida, Killermann Alexander, Kis Karolina, Klahre Hugo, Klingner Paul, Klöble Enni, Knier Hannah, Kobzar Viktoriia, Köck Melissa, Kohl Sina, Köhler Johannes, Koiram Natthanika, Kolodziejki Jonas, Konrad Amelie, Kraus Anni, Kraus Stefan, Kreiner Lennart, Krusch Fynn, Krüger Marie, Kühne Jill, Kunz Adrian, Kunz Luca, Laidley Kayla, Landgraf Lina, Landowsky Hannah, Lang Paula,

Larou Maria, Leichter Alexander, Lewis Lorraine, Leyerer Luk, Liebl Hannah, Liebl Sarah, Liedl Florian, Lilliu Vincent, Lindner David, Linger Paul, Lippert Florian, Litau Xenia, Lorenz Annalena, Lucke Alissa, Lucke Janina, Lukas Junia, Lukas Tessa, Maischl Sarah, Mark Emma, Martetschläger Maria, Martoiu Amalia, Marzi Selina, Mavridakis Nikolaos, Mayer Elina, Meckl Leonie, Meier Finn, Meier Luis, Meierhofer Sonja, Meiler Tamara, Meinelt Timo, Meister Hannah, Menzel Katharina, Merkl Eva, Mielke Adam, Moskalczuk Lukas, Mslmani Muhannad, Müller Lena, Müllner Fiona, Mutzbauer Drago, Nasri Yazan, Nefe Sophia, Nehlawi Mohamed, Nesterenko Ilona, Neubert Dominik, Neuendank Damian, Neumann Sissy, Nguyen Vietanh, Niederhaus Jessica, Noetzel Hellen, Ocker Kristin, Ojemere Kevin, Oppl Raphael, Orru Gian Marco, Ott Johanna, Ott Magdalena, Ott Sebastian, Pamler Benedikt, Pausch Daniel, Pausch Katharina, Peter Pauline, Petzi Alessandra, Piehler Marlis, Pittner Lukas, Plakhotnik Alexander, Pöllath Marie, Pongratz Magdalena, Popp Manuel, Popp Milena, Porkert Franziska, Praller Felix, Preißinger Aaron, Prey Amelie, Qiu Vivian, Ram Magda-

lena, Rashid Oliver, Raß Lena, Rast David, Reber David, Reger Vincent, Reinl Paul, Reisner Nadine, Reuter Larissa, Richtmann Linda, Riedel Letizia, Riedl Anton, Riedl Fiona, Rogler Emilia, Römer Manuel, Rosca Patricia, Rösler Valentina, Roßner Anna, Rothgang Franziska, Ruff Leonard, Rutenberg Tais, Sabri Giuliana, Sarnowski Christian, Schaffarzik Zoe, Schäffler Lucia, Schäffler Miray-Selen, Schedl Luisa, Schell Monique, Schell Paul, Schick Alina, Schieder Alexander, Schiffer Marie, Schlagenhauer Laura, Schledewitz Alisa, Schleicher Marie, Schmid Christina, Schmidt Matthias, Schneider Alexander, Schönknecht Anastacia, Schott Lea, Schuller Lionel, Schulze Maria, Seidler Ronja, Seiler Maximilian, Serafimovska Martina, Shukatka Andrii, Siebert Katja, Simmerl Kiara, Solak Miray, Söllner Emma, Sperrer Lena, Stauber Rosa, Staudinger Miriam, Stauer Elias, Stauter Jana, Stengl Sascha, Stensel Milena, Stöckl Julia, Stohldreier Lars, Sukkar Fouad, Suttner Magdalena, Sviatokha Yaroslava, Sylaj Anduena, Tagner Denis, Teichert Elena, Thomas Pia, Timorevsky Semen, Trastl Guido, Tratz Sarah, Tratz Saskia, Troidl Hannah, Unger Lena, Usch-

akow Max, Vasytkovskyi Maksym, Vu The Quyen Anh, Wagner Andreas, Wakaa Daniel, Waletzko David, Weber Julian, Weber Raphaela, Weig Hannah, Weiß Benjamin, Weiß Kenny, Weiß Marina, Wenzel Melina, Werner Annalena, Westfal Nikolas, Wick Emely, Widiker Nicole, Wiedemann Lukas, Wildenauer Lukas, Wilkins Rihanna, Winderl Anna, Winkler Hannah, Winter Antonia, Winter Charlotte, Wirth Sarah, Witt Johanna, Wolf Gregor, Wolf Kilian, Würschinger Franziska, Yilmam Hiranur, Zaheri Rojin, Zahn Lucy, Zaruba Tilly, Zeis Lena, Zenger Annabelle, Zierold Leni, Zillmann Henrik, Zillner Robin, Zink Leila, Zintl Maria-Michelle, Zitzmann Simon, Zölch Niko, Zrenner Felix

Kontakt

Gustav-von-Schlör-Schule,
Staatl. Fach- und
Berufsoberschule

Campusallee 2
92637 Weiden i. d. OPf.

0961/3916020
sekretariat@fosbosweiden.de
www.fosbosweiden.de



Bild: Leopold Kraupner

Regental-Gymnasium Nittenau



Ademaj Natyra, Altmann Jonas, An-sorge Mirijam, Baranowski Leon, Bleicher Tim, Böttcher Cedric, Conrad Tabea, Dechant Alexander, Deinhart Elias, Doblinger Johanna, Dzieza Karolina, Ebnet Elisa, Feibicke Leon, Fetzer Fabian, Götz Stephanie, Hartl Maximilian,

Heigl Rebekka, Herbst Katharina, Hofbauer Lilian, Hornauer Moritz, Hübschmann Philipp, Jäger Magdalena, Jähne Leon, Jahn Amelie, Janker Lara, Kafurka Michael, Kellerer Anna Lena, Kerscher Lisa, Kohler Felix, Koller Erik, Kralowetz Florian, Kraupner Leopold, Löw

Marco, Magnus Lennon, Maurer Marie-Theres, Meier Julia, Müller Ferdinand, Nair Aditi, Pangerl Lara, Pöschl Ben, Pototska Sofiia, Raab Liliana, Ramacea Alexandra, Reißmann Finja, Rothammer Fabienne, Rrahmani Lirjon, Schichtl Marco, Schmatz Maximilian, Schmid

Moritz-Valentin, Schott Sabrina, Schwandner Tina, Siml Leonie, Späth Janne, Sperb Noa, Spies Julius, Stephan Julian, Strobl Hannah, Stubenhofer Jonas, Süß Bastian, Tammus Nele, Varetsia Vasylysa, Völkl Franziska, Windl Maximilian, Woller Emily

Kontakt

**Regental-Gymnasium
Nittenau**

Jahnweg 22
93149 Nittenau

09436/94120
sekretariat@regental-
gymnasium.de
www.regental-gymnasium.de



Bild: Leni-Sophie Brandl

Johann-Andreas-Schmeller-Gymnasium



Ackermann Hendrik, Adam Lea-Sophie, Amode Daniel, Beer Lukas, Beyer Yanick, Brandl Leni-Sophie, Brunner Nico, Buchheit Kai, Burkart Noah, Dobmann Svea, Ellert Leni, Fröhlich Simon, Fuchs Dominic, Gebhardt An-

tonia, Gläber Jonas, Hermann Mathias, Hölzl Katharina, Hösl Ina, Hollweck Maximilian, Ippisch Leonie, Irl Katharina, Jäckel Tobias, Jakowetz Emma, Kirchner Ann-Kathrin, Kirchner Julia, Koller Justus, Kreckl Sophie, Kurz Leonhard,

Lobinger Antonia, Lohmann Anna, Lohmann Paul, Lubber Leo-Raphael, Mandelkow Lucy, Manner Georg, Maunz Eva-Maria, Meier Til, Müller Isabel, Öz Mustafa, Plöbl Ivette, Reisner Kim, Saffert Johannes, Schatz Lea, Schieber

Nia, Schieder Bastian, Schöner Pius, Schorner Luisa, Schreiner Sina Maria, Sorgenfrei Emily, Straller Demian, Troidl Vanessa, Wegerer Julius, Werner Theresa, Wiendl Julian, Wilhelm Max, Wilhelm Vitus, Wolf Sebastian

Kontakt

**Johann-Andreas-
Schmeller-Gymnasium**

Eichenweg 3
92507 Nabburg

09433/41194400
sekretariat@gymnasium-
nabburg.de
www.jas-gymnasium.de



Du willst studieren – aber nicht irgendwo.

Die Universität Würzburg bietet dir über 280 Studiengänge, mit denen du deine Zukunft so gestalten kannst, wie du es möchtest.

Besonders stark: die Geisteswissenschaften mit über 100 Studienangeboten. Sprachen, Kulturen, Geschichte, Medien – für alle, die verstehen wollen, wie unsere Welt funktioniert.

Entdecke dein Traumstudium in Würzburg – der Stadt für Studierende!

**Über 280 Studiengänge.
Wo Ideen wachsen
und Vielfalt zählt.**



YOU
ARE MY
UNIVERSITY



go.uniwiue.de/geisteswissenschaften



Schau rein
in unseren
Studi-Film!