

Mit Jobbörse!

An alle Haushalte

März 2023



Sulzbach-Rosenberger Bergstadtbote

Das
Informationsblatt
des
Wirtschafts- und
Kulturforums

pro Su-Ro

www.prosuro.de



Ammerthal
Birgland
Edelsfeld
Etzelwang
Gebenbach
Hahnbach
Hirschbach
Illschwang
Königstein
Neukirchen
Poppenricht
Sorghof
Trasslberg
Vilseck
Weigendorf



Pro Su-Ro zu Besuch beim Sport Camp in Sulzbach-Rosenberg



Aktion erfolgreich abgeschlossen



Fachstelle für pflegende Angehörige



Neo-Soul mit Ann Vriend & Band



**ZAHNARZT
Daniel Götz**

Das Team der Zahnarztpraxis Götz freut sich auf Ihren Besuch!

Uhlandstraße 10 · 92237 Sulzbach-Rosenberg · Telefon 09661 53262
E-Mail: praxis@zahnarzt-sulzbach-rosenberg.com

Sprechzeiten:
Mo 7.30 - 12.00 Uhr u. 14.00 - 18.00 Uhr | Di 8.00 - 12.00 Uhr u. 15.00 - 19.00 Uhr
Mi 12.00 - 19.00 Uhr | Do 7.30 - 14.00 Uhr | Fr 8.00 - 12.00 Uhr u. 13.00 - 16.00 Uhr

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,



die über tausendjährige Bergbautradition sowie das reiche montangeschichtliche Erbe in der Region hat die Stadt Sulzbach-Rosenberg veranlasst, die Montangeschichte nachhaltig aufzuarbeiten. Mit seiner Bergbaugeschichte und der Eisenverhüttung hat Sulzbach-Rosenberg ein Alleinstellungsmerkmal in der Bergbauregion Oberpfalz sowie durch die Maxhütte in ganz Bayern.

eine Grubenlok mit zwei Hunt sowie einen Seilbahnwagen beinhalten. Auch Bild- und Texttafeln über die Geschichte des St. Anna-Schachtes (Förderung, Verarbeitung und Technik) werden dort zu sehen sein.

Auch an die seniorengerechte Gestaltung ist gedacht, dafür sollen Holz Sitzflächen mit Lehnen auf die Betonwegeinfassung in Form von „Schlägel und Eisen“ installiert werden. Die gemeinsame Einweihung des neugestalteten St. Anna-Schacht-Geländes wird an einem für das Gelände denkwürdigen Tag, am 31. Juli dieses Jahres, also genau 49 Jahre nach dessen Stilllegung, erfolgen.

Liebe Leserinnen und Leser, am 17. März lädt die Kulturwerkstatt zum Gastspiel der Ausnahmekünstlerin Ann Vriend in den Seidelsaal ein. Am 6. April kommt das Duo Olicia in den Seidelsaal.

Karten sind erhältlich im Vorverkauf in Sulzbach-Rosenberg bei den Buchhandlungen Volkert und Dorner und in der Tourist-Information/Kulturwerkstatt im Rathaus; in Amberg bei der AZ und in der Tourist-Information am Hallplatz. Online unter www.okticket.de, www.nt-ticket.de oder www.kulturwerkstatt-online.net. Telefonische Informationen unter 09661/510 110.

Glückauf!



Michael Göth
Erster Bürgermeister

Mit Beschluss des Stadtrates soll in einer Gesamtdokumentation das wirtschaftliche Erbe auch für zukünftige Generationen unter dem Projektnamen „Montangeschichte erfahren und erleben“ erhalten bleiben. Es wird ein schlüssiges Gesamtbild entstehen, bei dem die heute noch sichtbaren Bauwerke und Landschaftsbestandteile miteinander verknüpft werden.

Die Umfeldgestaltung am St. Anna-Schacht-Gelände mit Fördergerüst als erstes Teilprojekt soll Exponate, wie den Förderwagen „der Letzte von St. Anna“, einen Abteufkübel,



INHALT

Der Bürgermeister informiert	2
VHS-Kurs "klimafit"	3
Historische Heilquelle sprudelt weiter	4+5
Ja, ist denn an Ostern Weihnachten?	6
Pro Su-Ro auf Adventure-Tour	7
Auch Männer willkommen	8
Jobbörse	9-11
Gewinnspiel	12
Klavierquintett	13
Termine	14+15
Buchvorstellung mit Anke Buettner & Sylvia Schütz	14
Große Palette des Modellbaus	16
Fachstelle für pflegende Angehörige	17
Apotheken-Notdienste	18
Spende in Höhe von 250 €	18
Ann Vriend & Band / Hafer-Bananen-Kekse	19

IMPRESSUM

Bergstadtbote für Sulzbach-Rosenberg und Umland.
Herausgeber pro Su-Ro

Sämtliche Artikel geben die Meinung des Verfassers, nicht die Meinung des Herausgebers wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Gewähr übernommen. Rücksendung nur gegen Rückporto. Redaktionsschluss ist jeweils der 10. jedes Monats für die darauffolgende Ausgabe.

Verantwortlich ist für Wirtschaftsbeiträge und Werbung: pro Su-Ro, Redaktion, Frühlingstraße 12, 92237 Sulzbach-Rosenberg.
für den Inseratenteil: die Inserenten.
Die Redaktion des Bergstadtbotes ist bevollmächtigt Anzeigen und Texte ohne Angaben von Gründen abzulehnen.

Ihr Ansprechpartner für Inserate: Frau Yvonne Rösel, Geschäftsstelle pro Su-Ro, Frühlingstraße 12, Telefon (09661) 810746, Telefax (09661) 810748, info@bergstadtbote.de Nächste Ausgabe 29.3.2023

Inseratengestaltung, Satz und Layout: KRAS...medien, Klaus Rösel, Sulzbach-Rosenberg
Druck: Druckzentrum Der neue Tag, Weiden
Titelbild: KRAS...medien

SULZBACH GMBH
Fernsehen - Elektro

EKA

Ihr Team für:

- Unterhaltungselektronik
- Satellitenanlagen
- Haus- und Einbaugeräte
- Kundendienst

Rosenberger Straße 18
Sulzbach-Rosenberg
Telefon 09661/41 61
teka-sulzbach2@t-online.de

Klimawandel vor der Haustür!

VHS-Kurs "klimafit"



Bild: Pixabay

Rund um den Globus fordern Menschen ein entschlossenes Handeln für mehr Klimaschutz von der Politik. Die Corona-Pandemie und der Krieg in der Ukraine haben deutlich gemacht, wie anfällig unser Leben gegenüber äußeren Einwirkungen ist und was das für unseren Alltag bedeuten kann. Dass die Auswirkungen des Klimawandels auch Deutschland betreffen, merken wir immer deutlicher, beispielsweise: vermehrte Hitzetage über 30 Grad, Dürren, Starkniederschlagsereignisse oder durch den steigenden Meeresspiegel.

Klimaschutz und Klimaanpassung sind zentrale Aufgaben, für die es Bürgerinnen und Bürger braucht, die sich gemeinschaftlich engagieren, mit den Hintergründen vertraut machen und wissen, wie sie sich in ihrem persönlichen Umfeld schützen und anpassen können.

Die Volkshochschule Amberg-Sulzbach hat sich mit einer gemeinsamen Erklärung der „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ verschrieben. Als Ort des Lernens, der Auseinandersetzung mit verschiedenen Themen und unterschiedlichen Haltungen haben wir es uns

zur Aufgabe gemacht, umfassend zu informieren und Angebote zu machen.

Aus diesem Grund gibt es erstmals in der vhs den innovativen Kurs klimafit. An sechs Kursabenden werden Sie mit den wissenschaftlichen Grundlagen zum Thema Klima und Klimawandel vertraut gemacht. Der Fokus liegt auf Veränderungen, die der Klimawandel in Deutschland und in Ihrer Region herbeiführt und vermittelt Wissens- und Handlungskompetenz zum Klimawandel vor der Haustür. Darüber hinaus gibt der Kurs Anregungen zum gemeinsamen Handeln und effektiven Klimaschutz, ermöglicht das gemeinsame Einsparen von CO² und bietet die

Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten und relevanten Akteur:innen in der Kommune zu vernetzen.

Die gesamte Kursgebühr beträgt 25 Euro

Der WWF Deutschland und der Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen und Mensch (REKLIM) haben diesen Kurs entwickelt. Gefördert wird das Projekt vom BMWK im Rahmen der Nationalen Klimainitiative. Die erfolgreiche Teilnahme wird am Ende des Kurses mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

#zertifizierte Schulsportbrille




SILS

OPTIK KLENCK

Sulzbach Rosenberg	Rosenberger Str. 19	Tel.: 09661 4800
	Froschau 34	Tel.: 09661 1350
Amberg	Georgenstr. 1b	09621 9652525

www.optik-klenck.de

Neue Frühjahrsmode eingetroffen

SCHUH

Böhm

Rosenberger Straße 20
92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel: 09661/ 54875

Öffnungszeiten:
Mo bis Fr 08:30 – 18:00 Uhr
Sa 08:30 – 13:00 Uhr



Große Auswahl an Schulranzen

bei **Pilhofer** Wir haben durchgehend geöffnet!

KAUFAUSSTATTUNG Frühlingstraße 8
BABY UND KIND Sulzbach-Rosenberg
Tel. (0 96 61) 45 21
www.pilhofer-suro.de

Hörakustik Honisch – 3 x in der Region



Anja Schwerhoff geb. Honisch
Hörakustikmeisterin

Neues Hörgerät benötigt?

Bei uns sind Sie mit Sicherheit gut versorgt!

- **Hörtest**
- **individuelle Beratung**
- **Hörgeräte zur Probe tragen**
- **Hörgeräteanpassung**
- **Hörgeräte reparatur und -service**
- **Hörgerätenachjustierung**
- **Pädakustik (Hörakustik für Kinder)**
- **Tinnitusberatung**
- **professioneller Gehörschutz**
- **Zubehör für Schwerhörige**
- **In-Ear-Monitoring**

Kostenlose
Parkplätze
direkt bei allen
Filialen!





IHR MEISTERBETRIEB FÜR
INDIVIDUELLE HÖRLÖSUNGEN

92237 Sulzbach-Rosenberg | Rosenberger Str. 99
Tel. 09661-90 68 00

91257 Pegnitz | Nürnberger Str. 20b
Tel. 09241-80 82 890

91281 Kirchenthumbach | Bayreuther Straße 28
Tel. 09647-62 99 009

hoerakustik-honisch.de

„Willkommen in Bad Großalbershof!“

Historische Heilquelle sprudelt weiter

Dr. Markus Lommer, Heimat(er)kunde(n) Nr. 32:



Josef Peter, auf dessen Grund in Großalbershof die Heilquelle liegt, und Dipl.-Geol. Georg Schießl von Fa. Hydroisotop (Schweitenkirchen) 2018 bei der Entnahme der Wasserprobe.

Foto: Regina Wolfroh

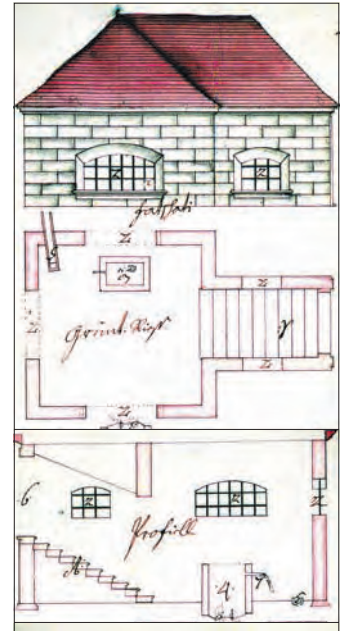
Wenn am 22. März Weltwassertag ist, wollen wir eine der interessantesten und zugleich unbekanntesten Heilquellen der Region nicht vergessen: die „Sauerquelle“ zu Großalbershof! (s. <https://geoportal.bayern.de/bayernatlas/>...) Dort hüten die Dorfbewohner einen besonderen Schatz. Wie wertvoll wäre es, diesen von Neuem heben zu lassen...

Sein Schicksal prägte ein stetes und spannendes Auf und Ab.

Die Ursprünge hängen wohl mit Gründung der hiesigen Wittelsbacher Residenz (1582) zusammen. Nach Dr. Gacks „Geschichte des Herzogtums Sulzbach“ sei der Gesundbrunnen „später wieder verfallen“. Pfalzgraf Theodor Eustach habe 1712 Schloss Großalbershof

zu seinem Erholungsort erkorren und das kostbare Nass 1726 per Zufall wiederentdeckt: „Nur wenige Schritte von diesem Lustschlosse entfernt sprudelte in einer Wiese eine salinisch erdige Heilquelle hervor [...]. Auf seinen Befehl wurde sie gereinigt und frisch gefaßt, auch in den darauffolgenden Jahren von Hilfesuchenden benützt.“

„In der Folge gerieth diese Mineralquelle wieder in Verfall“, so Joseph von Destouches' „Statistische Beschreibung der Oberpfalz [...]“. Erst 1759 habe man den Brunnen „aus seinen Ruinen“ reanimiert. „Das Bad zu Großalbertshof“ sei eine „seit vielen Jahren schon bestehende, und von dem vormaligen Landgerichtsarzte D. Schleiß v. Löwenfeld [...]“ vorzüglich emporgebrachte medizinische Anstalt“. Ihr Wasser habe man „mit gutem Erfolg benutzt“ gegen „chronische Beschwerden und Kopfschmerzen, Verstopfungen, Stein- und Griesbeschwerden ec. ec.“



Fassade, Grund- und Aufriss zum Brunnenhaus in Großalbershof, kolorierte Federzeichnung von 1770.

(Original/Foto: Staatsarchiv Amberg, Pfalz Sulzbach Jüngere Hofkammer 3048)

Bernhard Joseph Schleiß hatte sich der Sache gründlichst angenommen und 1770 über den „Sauerbrunnen“ publiziert. Schon 1728 habe man von dessen „Heylungskrafft“ auch in Nürnberg und Regensburg berichtet, so der Mediziner. Doch mit dem Ende der Sulzbacher Residenz 1733 sei die Heilquelle vernachlässigt und durch Kriegseinwirkungen in den 1740er Jahren zerstört worden. Spannend erzählt Schleiß, wie er kurz nach Amtsantritt in Sulzbach 1759 „zu einer kranken Frau berufen wurde, welche mit rasenden Kopfschmerzen behaftet war“. Als Jugendliche habe ihr nichts geholfen „ausser dem nunmehr zu Grund gegangenen Albertshofer Brunn“.

Der Arzt war elektrisiert, belebte die Quelle wieder, ließ ein Brunnenhaus bauen und initiierte mit Unterstützung des Kurfürsten einen Kurbetrieb. Das Heilwasser wurde überregional vermarktet, Gäste logierten im Großalbershofer Schloss. Doch dessen Zerstörung 1796 durch Soldaten Napoleons führte zum Aus für das

Schlafen - Wohnen - Kochen

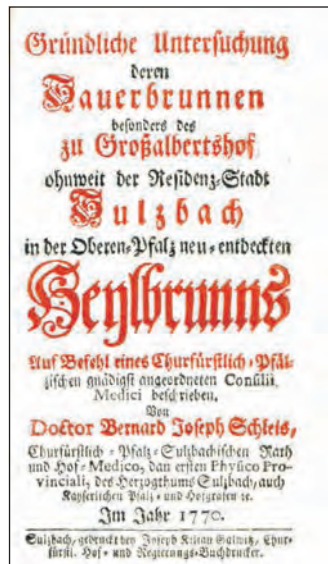


möbel münch GEHT

Rosenberger Straße 98 (Dultplatz)
Sulzbach-Rosenberg · Tel. 09661/6252
www.moebelmuench.de

Heilbad. Nach Destouches war die Quelle 1809 verunreinigt. Trotz einzelner Wiederbelebungsversuche (z.B. Wasseranalyse 1826) kam der Betrieb nicht mehr in Gang. 1844 wurde die Quelle vom Staat an Privat verkauft. Immerhin lagern im Bayerischen Hauptstaatsarchiv noch Akten über den Mineralbrunnen Großalbershof von 1769-1840.

Störungen durch den Eisenbahnbau der frühen 1870er wurden Ende der 1950er durch die DB wohl noch verstärkt. Doch man ließ nicht locker: Nach Nennungen in diversen



Hofarzt Dr. B. J. Schleich von Löwenfeld veröffentlichte 1770 ein 272 Seiten starkes Buch über den Großalbershofer Heilbrunnen. (Original/Foto: Museum Alte Hofapotheke)

Publikationen beschrieb 1970 der Chemiker und Badearzt Karl-Ernst Quentin für das Geologische Landesamt Geschichte und Gehalt der aus Opalinuston und Posidonien-schiefer entspringenden Quelle (s. Geologica Bavarica 62). Nach Wiederentdeckung durch einen Wüschelrutengänger und Fassung in Betonrohren (1976) ließ Landrat Dr. Hans Wagner durch Prof. Quentin und einen Geologen 1980 abklären, wie man das Wasser nutzen könnte. Die Initiative

verlief zwar im Sand – eine neue Quelfassung scheiterte im Kreistag an wenigen hundert Mark. Doch schon 1982 griff Helmut Heini in der Festschrift „400 Jahre Residenz Sulzbach“ das Thema wieder auf. Dem widmete in jüngerer Zeit Karl Köhltau seinen Forscherfleiß. Georg Luber klärte 2004 mit einem SRZ-Leserbrief über den Brunnen auf.

Als Großalbershof 2016 beim Staatswettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“ teilnahm, spielte der alte, abermals fast vergessene Brunnen als Ortsspezifikum wieder eine Rolle. Dies gab der Dorfgemeinschaft den Ansporn, von neuem nach dem Wasser zu suchen. Sabine Falk ließ mehrere Quellen im Dorfgebiet beproben. Zum Durchbruch führte ein Gespräch mit Nebenerwerbslandwirt Josef Peter, der von einem seltsam wirkenden Wasser sprach, das mit bis zu 2.000 Litern pro Tag aus einem Brunnen auf seinem Grund komme. Eine Trinkwasseruntersuchung noch im selben Jahr durch Fa. UmweltAnalyseZentrum Filderstadt ergab eine ungewöhnlich hohe Mineralisierung, mit einem Salzgehalt wie in der östlichen Ostsee.

Weitere, von der Stadtverwaltung beauftragte Gutachten belegten, dass die „richtige“ Quelle wiedergefunden war: Die eingehende Analyse von Dipl.-Geol. Georg Schießl (Institut Hydroisotop Schweitenkirchen) attestierte dem „Magnesium-Calcium-Sulfat-Heilwasser“ Ende 2018 „eine einzigartige Zusammensetzung“ und seine Eignung als Therapeutikum. Der Experte empfahl: „Der Brunnen ist nach dem Stand der Technik auszubauen.“ Die medizinisch-balneologische Bewertung von 2019 erbrachte schließlich die offizielle Anerkennung mit Formulierung konkreter Indikationen, so etwa für Gelenks- und Magen/Darm-Erkrankungen. Na dann: „Wasser Marsch!“

ferien - freund
bruckner

reichert

Bruckner-Neustadt 1-92237 Sulzbach-Rosenberg - Tel. 09661/812910
Reichert - Dr.-Aigner-Straße 6 - 92224 Amberg - Tel. 09621/49490

Tagesfahrten 2023

29.04.	Goldene Stadt Prag	€ 45,-
14.05.	Muttertagsfahrt Passau, inkl. Schifffahrt mit Buffet	€ 99,-
14.05.	Muttertagsfahrt ins Leitzach-Tegernseer Tal inkl. Gondelfahrten Wallbergbahn	€ 79,-
03.06.	Landesgartenschau Freyung inkl. EK	€ 56,-
06.08.	Landesgartenschau Freyung inkl. EK	€ 59,-
15.08.	Goldene Stadt Prag	€ 45,-
14.10.	Goldene Stadt Prag	€ 45,-

Luisenburg Festspiele

11.06.	„Die Schöne und das Biest“ Familienschauspiel, inkl. EK -PK1	€ 55,-
07.07.	„Der Brandner Kaspar 2“ Komödie, inkl. EK - PK 1	€ 77,-

Busreisen 2023

08.06. - 11.06.	Südtirol-Genuss und Erholung im reizvollen Pustertal	ab € 395,-
03.09. - 10.09.	Cesenatico - Badeurlaub an der Adria	ab € 759,-

Alle Preise pro Person sowie Abfahrten ab Sulzbach-Rosenberg und Amberg!

Ausführliche Informationen erhalten Sie in unseren Büros Bruckner & Reichert oder unter www.ferien-freund.de.

Lieblingsplatz. Gefunden.

Frühbucher sparen
jetzt bis zu 40%

Letzte Chance! nur noch bis 28.2.
Wir erstellen Ihnen ein persönliches Angebot

Euer Reisebüro Ottmann Team
Rosenberger Str. 6 · 92237 Sulzbach-Rosenberg · Tel. 09661 4960
info@ottmann-reisebuero.de · www.ottmann-reisebuero.de

Ja, ist denn an Ostern Weihnachten?



Hinten von links: Elias Eichenseer, Irene Pemp, Josef Stöcklmeier, Klaus Eichenseer, Anja Kunz, Dietmar Klemenz. Vorne von links: Christiane Kellner, Anton Peter, Doris Weiß, Moritz Koberstein.
Bild: Michael Haller

Jeder kennt das Sprichwort „Wenn einmal Weihnachten auf Ostern fällt, dann...“

Beim Heimat- und Kulturverein Ammerthal wird dieses Zusammentreffen endlich Wirklich-

keit. Nach drei Jahren Corona-Pause lassen sie in der Theatersaison 2023 das Ross aus dem Stall.

nach Orangen, Zimt und Vanille. Weihnachten, das Fest der Liebe und Versöhnung, steht vor der Tür.

In dieser ebenso festlichen wie besinnlichen Stimmung bricht am renommierten Pferdegestüt Gut Waldesruh plötzlich hektische Aufregung aus. Das preisgekrönte Rennpferd Mephisto ist spurlos verschwunden, gerade jetzt, als der hoch dotierte und wichtigste Wettbewerb des Jahres, das Neujahrsrennen, vor der Tür steht. Der Gutsbesitzer, Freiherr Enno von Sesewitz, vermutet dahinter einen Rachezug seines ärgsten Widersachers, des Pferdemetzgers Otto Fleischhauer. Als die Streitigkeiten und Verleumdungen ihren Höhepunkt zusteuern, nimmt die Geschichte ausgerechnet in der Nacht zum Heiligen Abend eine überraschende Wendung, so dass der Weihnachtsfrieden wieder hergestellt ist.

Karten zum Preis von acht Euro gibt es online und per Postversand bei Irene Pemp (0175-5150715, vorverkauf@hkvammerthal.de), im Pfarrbüro Ammerthal bei Monika Fruth zu den üblichen Öffnungszeiten und beim Getränkemarkt Müller (Dietersberger Straße 20, 92260 Ammerthal, 09628-513). Die Aufführungen finden in der passend zum Stück dekorierten Sporthalle (barrierefreier Zugang, freie Platzwahl) statt. Für Essen und Getränke sowie eine musikalische Unterhaltung ist vor, während und nach den Aufführungen gesorgt. (jof)



sozialteam



TagesPflege Amberg
Senioren-Servicehaus Amberg
 Breslauer Straße | 92224 Amberg
 Telefon: 0 96 21/162 21 - 50 | E-Mail: tp.amberg@sozialteam.de

Neu in Amberg
 Vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen Schnuppertag.







www.sozialteam.de

Die Theatergruppe bringt das Stück „Es ist ein Ross entsprungen“ zur Aufführung. Der Schwank stammt aus der Feder des HKV-Gründungsvorsitzenden Jörg Fehlner und seiner Nichte Katharina Weiß. Er verspricht eine zänkische Weihnachtskomödie in zwei Akten. Zum Inhalt: Der Wald ruht friedlich unter einer weißen Schneedecke, im Kamin knistert ein wärmendes Feuer, Kerzen lassen die Szenerie in einer behaglichen Stimmung erstrahlen, und im ganzen Haus duftet es verführerisch

Spieltermine:

Freitag (Premiere), 14.04.2023, 19.30 Uhr
Samstag, 15.04.2023, 19.30 Uhr
Sonntag, 16.04.2023, 18.00 Uhr
Freitag, 21.04.2023, 19.30 Uhr
Samstag, 22.04.2023, 19.30 Uhr
Sonntag, 23.04.2023, 16.00 Uhr

Sport Camp – der Outdoorladen mit Mehrwert

Pro Su-Ro auf Adventure-Tour



Die pro Su-Ro Familie zu Gast beim Sport Camp mit den Inhaberinnen Claudia Flierl und Johanna Sarnowski (links).
Bilder: KRAS...medien

Nichts ist so wichtig in der Geschäftswelt wie der gute Ruf – und der haftet dem Team im Sport Camp unangefochten an. Das ist der Tenor der pro Su-Ro Firmenpräsentation.

Dieses mal war die Gästeschar mit dem Vorsitzenden Kurt von Klénck der Einladung in das Outdoorgeschäft in der Rosen-

berger Straße nur allzu gerne gefolgt und ließ sich vor Ort überzeugen. Mit viel Fachkompetenz berät das versierte Team zur richtigen Wahl bei Funktionskleidung und Ausrüstung, hauptsächlich zum Wandern aber auch Klettern, Walken und den Wintersport. Sowohl für Damen, Herren und für die Kleinen findet der

Kunde alles vom Laufsuh bis zum Wanderstiefel, robusten Kombinationsjacken, Hosen, Funktionsunterwäsche, Wanderstöcke über Rucksäcke, Schlafsäcke, Campingequipment, bis zu passenden Funktionssocken, Schals, Mützen und Handschuhen.

Und als erfahrene Nutzer wissen die Angestellten nebst Chefinnen ganz genau bei der Beratung wovon sie sprechen. Das schätzt die Kundschaft und dankt es mit Treue. „Wir haben viel Stammkunden – auch von weiter weg die unser Sortiment schätzen“, stellt Claudia Flierl, Co-Inhaberin fest.

Zusammen mit Ihrer Kollegin Johanna Sarnowski führt das Duo bereits seit 1992 die Geschichte. Der Laden wurde zunächst in Rosenberg eröffnet. Nach Zwischenstation in der Neustadt im Jahr 1996 verlagerte sich das Geschäft 2002

an die jetzige Adresse. Aber auch die Outdoorwelt hat sich verändert und die Damen haben ein gutes Gespür hier die Trends mitzunehmen. Gerade für die Damenwelt hat sich aus der Unisexbekleidung aus den 90'er Jahren nun eine attraktive Mode mit sportlichen Outfit entwickelt.

So ist es klar, dass Lieferanten gewechselt werden wenn diese dem Zeitgeist nicht mehr entsprechen oder die Firmenphilosophie nicht mehr der Einstellung der Inhaberinnen entspricht. Denn Nachhaltigkeit und eine wertorientierte Verkaufspolitik spielen für Claudia Flierl und Johanna Sarnowski eine große Rolle. „Wir führen gerne Firmen wie Patagonia, die mit ihrer non-Profit Strategie genau unserer Intension entsprechen“, äußert Johanna Sarnowski.



Nur ein kleiner Ausschnitt der großen Auswahl, die Ihnen das Sport Camp bietet.

Herr von Klénck bedankt sich bei den beiden Inhaberinnen für die Vorstellung ihres Geschäfts. „Es sind die individuellen Läden, die das Gesicht einer Stadt prägen und sich hervorheben – umso wertvoller für den Kunden der hier mehr bekommt als das Internet bieten kann“, schließt Kurt von Klénck den Besuchsabend.



Kaminöfen

Oranier Polar Neo Vantage W+
schwarz, mit Specksteinverkleidung, Wärmespeicher 41 kg und Holzlagerfachtür. Energieeffizienzklasse A+

statt 4.460 € **3.799 €**
2 Stück auf Lager

NORBERT GRAF
Fliesen · Marmor · Kachelöfen
Kaminöfen · Specksteinöfen
Meisterbetrieb

Am Katzenberg 25 · 92237 Sulzbach-Rosenberg · Telefon (0 96 61) 47 72
E-Mail: info@fliesen-oefen-graf.de · Web: www.fliesen-oefen-graf.de

Auch Männer willkommen

SPD-Frauen laden zum Internationalen Frauentag



Wer Fachkräfte sucht, kann auf Frauen nicht verzichten!“. So lautet das Motto des Internationalen Frauentags 2023.

Und wie schon in den Jahren zuvor wollen die SPD-Frauen mit der Veranstaltung in der Herzogstadt ein Ausrufezeichen setzen. Die SPD-Frauen Sulzbach-Rosenberg (AsF) lädt deshalb am Sonntag, 12. März, ab 14.00 Uhr zu einer informativen und unterhaltsamen Veranstaltung ins Capitol in Sulzbach-Rosenberg ein. Hauptreferentin ist die Gudrun Kahl, Projektbeauftragte LAG Mali e.V.

Auf die Besucher, natürlich sind auch Männer willkommen, wartet ein Programm, das sich sehen lassen kann, noch dazu bei freiem Eintritt. Zum Start der Veranstaltung laden die SPD-Frauen ab 14:00 Uhr zu kostenlosem Kaffee und Kuchen ein. Der Frauenchor C(h)or mit Herz aus Schnittenbach wird die Veranstaltung musikalisch umrahmen. Traditionell bitten die SPD-Frauen bei dieser Veranstaltung um Spenden für Vereine und Organisationen, die sich für Frauen einsetzen. 2023 sollen die Spenden an die Landesarbeitsgemeinschaft Mali gehen.

Über die LAG Mali e.V.. Seit Beginn der 1980er Jahre engagiert sich die LAG Mali e.V. nach dem Grundsatz der „Hilfe zur Selbsthilfe“ in Mali und leistet die LAG Mali e.V. einen Beitrag zur Entwicklungszusammenarbeit. Unser Ziel ist es, die Lebenssituation der Menschen in der Sahelregion dauerhaft zu verbessern. Mit

überschaubaren Projekten konzentriert sich unsere Unterstützung auf den ländlichen Raum und die Bereiche Landwirtschaft, Bildung, Gesundheit, Wasserversorgung, die Förderung von Selbsthilfestrukturen und Dorfentwicklung. Die gezielte Förderung von Frauen ist seit 2004 ein Schwerpunkt unserer Projekte.

Der Internationale Frauentag macht in erster Linie auf die Situation der Frauen in der Arbeitswelt und Gesellschaft aufmerksam. Die Spielräume für Unternehmen und die öffentlichen Haushalte werden enger.

Trotzdem muss die Gleichstellung der Geschlechter in Wirtschaft und Verwaltung, in Politik, Wissenschaft und Gesellschaft auf der Agenda bleiben. Deshalb wollen die Frauen gerade, aber nicht nur am Internationalen Frauentag, ihre Forderungen noch einmal bekräftigen!

Das rechnet sich für Sie.

Nur noch für kurze Zeit!

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

effektiver Jahreszins
1,44 % p.a.*

Trotz Zinsanstieg können Sie sich heute Ihre günstige Finanzierung für morgen sichern.

Das spart bares Geld und Sie blicken beruhigt in die Zukunft. Handeln Sie jetzt!

Terminvereinbarung:
www.vr-as.de
09621 479-0 oder 09661 8704-0

* Tarif XS 05 (Standardzuteilung); Bausparsumme 40.000 €; angespartes Guthaben ca. 18.000 €; Netto-Darlehensbetrag von ca. 22.000 €; 90 monatliche Zins- und Tilgungsraten für das Bauspardarlehen zu je 294 €; Tilgungsdauer 6 Jahre u. 8 Monate; jährlicher Sollzinssatz (gebunden) 0,95 %; effektiver Jahreszins (ab Zuteilung des Bausparvertrages) 1,44 %; Zu zahlender Gesamtbetrag 23.065 €, davon 1.065 € Gesamtkosten (inkl. anteiliger Abschlussgebühr einmalig 640 € und die Sollzinsen für das Bauspardarlehen); Jahresentgelt in der Sparphase 15 € pro Jahr. Die Sicherung durch eine Grundschuld setzen wir voraus, dafür anfallende Kosten sind nicht bekannt und hier nicht berücksichtigt. Stand: 01.07.2021.

Fashion Weekend

Am 18. März 2023 um 19:00 Uhr und am 19. März 2023 um 16:00 Uhr findet im Capitol in Sulzbach Rosenberg ein "Fashion Weekend" statt.

präsentiert von:

Damen- & Kindermode 	Damenmode
Bikini-Mode 	Damen- & Herrenmode
Schuhe 	Reizend & Reizend recycled
Hairstyling & Make up 	Floristik
Kartenverkauf 	
Sponsoren 	

Tel.: 09661/812875

Samstag
18.03.2023
Einlass: 18:00 Uhr
Beginn: 19:00 Uhr

Sonntag
19.03.2023
Einlass: 15:00 Uhr
Beginn: 16:00 Uhr

Eintritt:
5,- €

*1 € von jedem Eintritt wird an die Ukraine gespendet!



Mit unserer Jobbörse

erreicht Ihr Stellengesuch preiswert und zuverlässig knapp **18.000 Haushalte** in Sulzbach-Rosenberg, Ammerthal, Birgland, Edelsfeld, Etzelwang, Gebenbach, Hahnbach, Hirschbach, Königstein, Neukirchen, Poppenricht, Sorghof, Traßberg, Vilseck und Weigendorf.

Informationen unter Tel. 09661/81 07 46

Inserate an: info@bergstadtbote.de

pro SU-RO



Zusätzlich suchen wir auch eine Reinigungskraft auf gfB-Basis!

Wir brauchen Dich!

...zum schnellstmöglichen Zeitpunkt für unsere **neu renovierte und eingerichtete 4-gruppige Kath. Kindertageseinrichtung St. Vitus, Probsteiweg 2 in 92278 Illschwang** mit Kindern im Alter von 1 - 6 Jahren.

Wir suchen jeweils **unbefristet, in Teilzeit oder Vollzeit** eine/n

Erzieher/in / päd. Fachkraft (m/w/d)
und
Kinderpfleger/in / päd. Ergänzungskraft (m/w/d)

Leiterin Frau Daniela Schröer freut sich über Ihren Anruf unter Tel. (0 96 66) 665.

Das können Sie von uns erwarten:

- Eine attraktive Vergütung nach dem Arbeitsvertragsrecht der bayerischen Diözesen (ABD)
- Eine betriebliche Altersversorgung plus Beihilfeversicherung, damit Sie für die Zukunft besser planen können und bei bestimmten Krankheits- und Gesundheitskosten unterstützt werden
- Zahlreiche Fortbildungsmöglichkeiten, ein sympathisches Team und vieles andere mehr...

Kath. KiTas
Oberpfalz gGmbH
Ringstraße 61
92318 Neumarkt
www.kitaoberpfalz.de



Stellenbeschreibungen:
www.kitaoberpfalz.de/jobs
Bewerbungen bitte per E-Mail an
kitaoberpfalz@gmbh@bistum-eichstaett.de
Telefon: 09181/4635980



Verteiler Bergstadtbote

Falls Sie gerade auf **Mitarbeitersuche** sind, bieten wir Ihnen mit unserem **April-Bergstadtboten** eine günstige Plattform für Ihr Stellengesuch an.

Kostengünstig erreichen Sie knapp **18.000 Haushalte** und viele Firmen nutzen unsere Vorteile.

Erscheinungstag: Mittwoch, 29. März 2023

Anzeigenschluss für Stellenangebote: Montag, 20. März 2023.

Auflage: 18.000 Exemplare – Verteilung über die Tageszeitung/OWZ + Auslagestellen (z.B. Rathaus, versch. Einzelhändler)

Die letzte Ausgabe können Sie gerne auch unter folgenden Link noch einmal durchblättern:

https://www.prosuero.de/bergstadtbote/2023/BSB_02_2023.pdf

pro SU-RO
WIRTSCHAFTS- UND KULTURFORUM
SULZBACH-ROSENBERG E.V.



bürofit CALLCENTER

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort:
mehrere Callcenter Agenten (m/w/d)

Ihre Aufgaben:
Telefonische Bestellannahme und Erfassung im EDV-Programm
Bearbeitung schriftlicher Vorgänge

Wir bieten Ihnen:
Eine langfristige Festanstellung in Voll- bzw Teilzeit
Ein vielfältiges und interessantes Arbeitsgebiet
Leistungorientierte Bezahlung



Unsere Anforderungen:
Grundkenntnisse im Umgang mit PC
Gute kommunikative Kenntnisse

bewerbung@buerofit.de
Bürofit GmbH & Co.KG
Rummersichter Weg 3
92256 Hahnbach
Tel: 0172 / 86 72 932

USG Umwelt und Service GmbH

Die Umwelt- und Service GmbH, eine 100 %-ige Tochter der Stadt Sulzbach-Rosenberg, sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen Mitarbeiter (m/w/d)

Aufgabenschwerpunkte sind insbesondere:

- Hausmeisterdienste
- Mäharbeiten
- Winterdienst

Ihr Anforderungsprofil:

- Abgeschlossene Ausbildung in einem handwerklichen Beruf erwünscht
- Handwerkliches Geschick
- Führerscheinklasse B, BE

Wir bieten Ihnen:

- Eine unbefristete Beschäftigungsstelle und damit einen zukunftssicheren Arbeitsplatz
- Flexible Arbeitszeitmodelle bis hin zu Vollzeit möglich (Work-Life-Balance)
- Vergütung in Anlehnung an den öffentlichen Dienst

Ihre Bewerbung senden Sie bitte bis zum **10.03.2023** mit den üblichen Bewerbungsunterlagen an die **Umwelt und Service GmbH, Luitpoldplatz 25, 92237 Sulzbach-Rosenberg** oder per E-Mail an hans-juergen.strehl@Sulzbach-Rosenberg.de. (pdf max. 6 MB)

Für Rückfragen steht Ihnen Herr Hans-Jürgen Strehl unter der Telefonnummer **09661/510-127** jederzeit zur Verfügung.

Nach Abschluss des Auswahlverfahrens werden Sie über das Ergebnis informiert. Die Bewerbungsunterlagen der nicht zum Zuge gekommenen Bewerber (m/w/d) werden nach den datenschutzrechtlichen Bestimmungen vernichtet, bzw. gelöscht.

Hans-Jürgen Strehl
Geschäftsführer



Die Ökumenische Tagespflege in Sulzbach-Rosenberg ist ein unterstützendes Angebot für Seniorinnen und Senioren sowie pflegebedürftige und dementiell erkrankte Menschen, die tagsüber Kontakt und Anschluss sowie unterstützende Betreuung, Hilfe und Pflege suchen. Zu unseren Öffnungszeiten von Montag bis Freitag, 7:30 bis 16:30 Uhr (im Wechsel Früh- und Spätdienst) suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt.

eine Pflegehilfskraft in Teilzeit (16 Wochenstunden)

Ihre Aufgaben:

- Unterstützung der Pflegefachkräfte bei der Betreuung und Pflege der Tagesgäste
- Unterstützung bei der hauswirtschaftlichen Versorgung

Sie verfügen über:

- Erfahrung in grundpflegerischen Tätigkeiten – eine einschlägige Ausbildung ist nicht nötig
- Freude am Umgang mit Menschen
- Teamfähigkeit, Flexibilität und Belastbarkeit

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an:

Ökumenische Tagespflege, Asamstraße 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg oder per E-Mail an Birgit.Singer-Grimm@tagespflege-suro.de

Für Rückfragen stehen wir Ihnen unter Telefon 09661/876 0011 gerne zur Verfügung.

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort

Reinigungskraft m/w/d

3x 5 Stunden nachmittags, Teilzeit oder geringfügig



Hofgartenstraße 6 · 92237 Sulzbach-Rosenberg
Telefon 09661/4240 · www.hofgartenapo.de

Reinigungskraft

(m/w/d) für vormittags gesucht
(geringfügig Beschäftigt)

Bei Interesse gerne melden unter:
werbung@kfo-suro.de

Wir suchen

AUGENOPTIKER/-MEISTER
(m/w/d)

BEWERBUNG AN
info@optik-klenck.de



OPTIK KLENCK

Sulzbach Rosenberg
Rosenberger Str. 19
Froschau 34
Amberg
Georgenstr. 16

www.optik-klenck.de

Tel: 09661 4800
Tel: 09661 1350
09621 9652525

BUCHHALTUNG | STEUERBERATUNG | UNTERNEHMENSBERATUNG | DIGITALISIERUNG
für Gewerbe, Freie Berufe und Privatpersonen

BERATA /

Für unseren Standort **Sulzbach-Rosenberg** suchen wir ab
sofort zur Verstärkung unseres Teams in Voll- oder Teilzeit:

STEUERFACHANGESTELLTE (m/w/d)
BILANZBUCHHALTER (m/w/d)
STEUERFACHWIRTE (m/w/d)

Bitte bewerben Sie sich online, per E-Mail oder per Post
BERATA-GmbH Steuerberatungsgesellschaft
Dieselstraße 1 | 92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel. +49 (0)9661 87060 | karriere@bbjmail.de
www.berata-sulzbach-rosenberg.de

Im Verbund stark LBD rwb

Weitere Informationen unter
<https://www.berata-stbg.de/KARRIERE/>

GK

GNAN & KÖPER
Bauunternehmen

Zur Verstärkung unseres Teams
suchen wir ab sofort (m/w/d):
**Maurer (Vollzeit), Auszubildenden,
Allrounder (Teilzeit), Lagerist (Teilzeit)**



Großalbershof 32 · Sulzbach-Rosenberg · Tel. (0 96 61) 815 88-0
www.gnan-koeper.de



**PACK AN
BEI MICKAN**



Hier online oder
per Post bewerben

MICKAN

#AZUBIS4MICKAN

ohne **DICH** fehlt uns wer!
Lass Dich ausbilden zum...

- Beton-/Stahlbetonbauer (m/w/d)
 - Maurer (m/w/d)
 - Kanalbauer (m/w/d)
 - Straßenbauer (m/w/d)
 - Kaufmann/-frau für Büromanagement (m/w/d)
- Lerne Häuser zu bauen
- auch dein Eigenes



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

Mickan General-Bau-Gesellschaft Amberg mbH & Co.KG
Wernher-von-Braun-Str. 24 | 92224 Amberg
Tel. +49 9621 304-0 | ausbildung@mickan-bau.de

[f](https://www.facebook.com/mickan.bau) [i](https://www.instagram.com/mickan.bau) /mickan.bau

WWW.MICKAN-BAU.DE

GEWINNSPIEL



Staat in Ostafrika	liebenswert	eine Heizung	griechische Vorsilbe: neu	Tier im Eismeer		Abchieds-wort	Hängeschale mit Pflanzen	Sieger	Hast
					4	beweglich			
bräunende Bestrahlung		Ausbildungszeit			7	Südslawe	zweistellige Zahl		
				kehren		Wiesenmähergerät			gepökeltes Schweinebruststück
engl. Bez. für Tätowierung	3	volkstümliches Lustspiel	lehrhafte Erzählung				einen Flug beginnen	Kleidervolant	
Gesellschaftszimmer		Wasserstandsmesser		1		Rohstoffförderung	Impfstoffe		
			ein Indogermane		schwer verständlich				
Tiere fett füttern	Zeitraum, Weltalter (griech.)	Währung der EU	kleiner Einschnitt, Scharte			Stadt mit dem schiefen Turm	sächliches Fürwort		
					marok. Universitätsstadt	winzige Menge			
	2	Initialen Spielbergs	Resultat, Resümee					Abk.: idem	6
weidm.: frischer Schnee		Strohunterlage				Sieb (landsch.)			
Quatsch, Unsinn					5	größte Barschart in Europa			

Gewinnen Sie einen **Einkaufsgutschein im Wert von zehn Euro.**

Lösen Sie das Rätsel und senden Sie uns den Lösungsbegriff an: pro Su-Ro, Redaktion, Frühlingstraße 12, 92237 Sulzbach-Rosenberg Viel Spass beim RÄTSELN!

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Teilnehmer akzeptieren bei Ziehung die Veröffentlichung von Name und Anschrift.

Gewonnen hat Mandy Graml-Seitz aus Sulzbach-Rosenberg, und kann den pro Su-Ro-Einkaufsgutschein bei **Uhren – Schmuck Pemsel**, Luitpoldplatz 3, Sulzbach-Rosenberg, abholen.

Wer das richtige Lösungswort hat, wird unter den Einsendungen als Gewinner ermittelt und in der nächsten Ausgabe bekannt gegeben.
Einsendeschluss: 21.3.2023

Den 10,- Euro Gutschein gibt es diesmal von

BUCHHANDLUNG VOLKERT
Neustadt 6 · Sulzbach-Rosenberg

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Preissteigerungen und langen Lieferzeiten zuvor kommen:



Sichern Sie sich unsere Lagerware!
Tauschen Sie jetzt Ihren alten Heizeinsatz gegen einen effektiveren Neuen und machen so Ihre Kachelofenanlage fit für die Zukunft.

Fliesen & Kachelöfen

Tel. 09661/81 36 50
Albert-Schweitzer-Str. 3 · 92237 Sulzbach-Rosenberg
Inh.: Christine Humbs
Meisterbetrieb Michael Schötz

◆ Fliesen ◆ Natursteine ◆ Kachelöfen ◆ Kaminöfen

bausparen, finanzierungen, versicherung und vermögensbildung. bei uns alles aus einer hand!

Wüstenrot Service-Center Amberg
Bad Bergzaberner Str. 2
92224 Amberg
Telefon 09621 789539-0

Wüstenrot Service-Center Sulzbach-Rosenberg
Luitpoldplatz 12
92237 Sulzbach-Rosenberg
Telefon 09661 876199-0

Jetzt beraten lassen!

wohnen heißt **wüstenrot**

Mittwoch, 15. März, 19:30 Uhr Staatliche Berufsfachschule, Konzertsaal, Neumarkter Straße 10

Klavierquintett

mit Johanna-Marie Hennig (Klavier) und dem Kaliana-Streichquartett



Katharina Lobé; Alina Pommerening (beide Violine); Anna Pommerening (Viola); Anna Rudolph (Violoncello)

Das Kaliana-Quartett wurde erst 2022 von vier Musikerinnen gegründet, die alle in der Staatsphilharmonie Nürnberg musizieren.

Jede bringt viel Erfahrung mit aus verschiedenen Kammermusik-Formationen. Zudem sind alle gefragte Orchestermusikerinnen und erhielten Engagements u.a. im Gürzenich-Orchester Köln, bei den Bamberger Symphonikern, der NDR-Radiophilharmonie Hannover und dem Staatsorchester Kassel.

Als Kaliana-Quartett wollen sie ihre Leidenschaft für das Streichquartett mit dem Publi-

kum teilen und auch unbekanntere Werke spielen.

Johanna Marie Hennig brillierte bei uns im September 2021 im Begrüßungskonzert für unseren sanierten Flügel „wieder beflügelt“ mit Beethovens „Sturm-Sonate“. Bei „Jugend musiziert“ wurde sie Bundespreisträgerin und 2007 gewann sie beim Internationa-

len Brahms-Wettbewerb erste Preise in zwei Kategorien.

2007–2017 hatte sie einen Lehrauftrag an der Musikhochschule Hannover und wirkte 2017–2021 als Lehrerin an der hiesigen BFSM. Konzerte u.a. bei Festspielen in Mecklenburg-Vorpommern sowie in Brüssel und Paris sind weitere Stationen ihrer Karriere.

Programm:

Ludwig v. Beethoven (1770 - 1827)

- Streichquartett op. 18 Nr. 4 f-moll

Robert Schumann (1810 - 1856)

- 3 Fantasiestücke op. 111 (Klavier solo)

Johannes Brahms (1833 - 1897)

- Klavierquintett f-moll op. 34



Amberger Glas ist seit über 50 Jahren ein zuverlässiger und treuer Partner in allen Belangen rund um das Thema arbeiten und bauen mit Glas.

Isoliergläser, Innenelemente, Ganzglasduschen, Verglasungsarbeiten – das alles und noch wesentlich mehr bedienen wir mit unserem Expertenteam bundesweit jeden Tag. Um immer eine glasklare Lösung parat zu haben brauchen wir natürlich auch Mitarbeiter und Kollegen die mit ihrer Erfahrung glänzen und den Baustoff Glas als ihre Leidenschaft sehen.

Einige dieser wertvollen Stützen unseres Unternehmens wurden im Rahmen des Jahreswechsels für ihre langjährige Treue und den unermüdlichen täglichen Einsatz geehrt. Geschäftsführer Thomas Kerscher, Produktionsleiterin Katharina Guglielmo und Montageleiter Harald Rubner haben es sich nicht nehmen lassen unsere Jubilare mit persönlichen Glückwünschen, Präsentkörben und Urkunden zu bedenken.

Auch Sie als Kunde profitieren von der Erfahrung die unsere langjährigen Mitarbeiter mitbringen. Unser Experten-Team steht Ihnen stets mit Rat und Tat zur Seite. Von der Planung bis zum Einbau erhalten Sie alles aus Profi-Hand.

Kontaktieren Sie uns gerne telefonisch, per Mail oder auch persönlich vor Ort und sichern Sie sich noch bis 31.03.2023 unseren Sanierungsbonus in Höhe von 20%!

Amberger Glas GmbH & Co.KG

Fuggerstr. 34 - 92224 Amberg // Telefon: 09621 4717-0
info@amberger-glas.de // www.amberger-glas.de

GROSSE GLAS-AUSSTELLUNG -
BESICHTIGUNG UND BERATUNG:
MO-DO 7:30-16:30 Uhr, FR. 7:30-15 UHR



Buchtipps Februar 2023

Raphaela Edelbauer
Die Inkommensurablen

Wien, August 1914, der Tag vor Kriegsbeginn und die Gesellschaft kippt vom Alltag in den Furor der Kriegstreiberei. Großstadttroman, psychologische Studie, spannend wie ein Krimi. "Die Inkommensurablen" fasziniert!

BUCHHANDLUNG VOLKERT

Neustadt 6 · Sulzbach-Rosenberg · Tel 09661-812373
www.buchhandlung-volkert.de

Frei leben!

Frauen der Boheme 1890 – 1920

Buchvorstellung mit Anke Buettner & Sylvia Schütz



Die Buchvorstellung findet am 17. März 2023 um 19:00 Uhr im Literaturhaus Oberpfalz in Sulzbach-Rosenberg statt. Der Eintritt beträgt zehn Euro.

Um 1900 ziehen von überallher junge Frauen nach München und wagen ein freies Leben als Künstlerinnen oder Schriftstellerinnen. Dafür nehmen sie ein hohes Risiko und prekäre Umstände in Kauf. Zu diesen Frauen gehören: Franziska zu Reventlow, Margarete Beutler und Emmy Hennings. Sie stehen im Mittelpunkt dieses Lesebuchs.

Das Aufbegehren gegen gesellschaftliche Schranken und bürgerliche Moral zeigt sich in

ihren Lebensentwürfen und Texten. Freiere Formen des Zusammenlebens, Selbstbestimmung über den eigenen Körper und über ihre Sexualität sind ebenso zentrale Themen wie Unabhängigkeit, „freie Mutterschaft“ und Prostitution. Als Künstlerinnen fordern sie öffentliche Aufmerksamkeit ein und prägen die Subkultur der Boheme zwischen München, Berlin und Zürich.

Anke Buettner leitet seit 2019 die Monacensia im Hildebrandhaus, dem literarischen Gedächtnis Münchens. Sylvia Schütz ist Mitarbeiterin der Monacensia und hat die Ausstellung „Frei leben!“ kuratiert.

TERMINE



Alle Termine auf unserer Homepage unter:
www.prosuro.de/entdecken/veranstaltungen

- | | | |
|--------|---|--|
| 01.03. | Workshop Bildbearbeitung, Grußkarten erstellen, 14:00 Uhr | Seniorennetz Amberg-Sulzbach e.V., VHS, Obere Gartenstraße 3 |
| 01.03. | Still-Café: Säuglingspflegekurs, 18:00 Uhr | St. Anna Krankenhaus, Großer Veranstaltungsraum |
| 02.03. | Schafkopf Aufbaukurs, 19:00 Uhr | Gasthof Zum Bartl, Glückaufstraße 2 |
| 04.03. | Preisschafkopf, 19:00 Uhr | Freiwillige Feuerwehr Mimbach-Mausdorf |
| 04.03. | Brassband Rockets, 19:00 Uhr | Gestern - einfach eine Kneipe, Hauptstraße 51 |
| 04.03. | Preisschafkopf, 19:00 Uhr | Freiwillige Feuerwehr Kirchenreinbach, Gasthaus Dorn |
| 05.03. | Lesungen aus Johann Flierl's 15:00 Uhr | Lebenserinnerungen, Johann-Flierl-Museum, Fünried |
| 05.03. | Bandkonzert der Sing- und 17:00 Uhr | Musikschule, im Capitol, Bayreuther Straße 4 |
| 05.03. | Reisebericht - Vogelwelt und 19:00 Uhr | Landschaft von Island, Landesbund für Vogelschutz, Keglerheim Am Bräukeller, Schönlinger Str. 7, Neukirchen |
| 07.03. | MINERVA liest, 09:30 Uhr | Buchhandlung Dorner |
| 07.03. | Osterkerzenbasteln, 14:00 Uhr | Kath. Frauenbund, Klostergewölbe, Hahnbach |
| 07.03. | Stadtratssitzung, 16:00 Uhr | Rathaus Sulzbach-Rosenberg |
| 07.03. | Krankenhaustour für werdende 16:45 Uhr | Eltern, St. Anna Krankenhaus |
| 08.03. | Offene Frauentreff unterwegs: 18:00 Uhr | Vortrag und Ausstellungseröffnung, LCC, Obere Gartenstraße 3 |
| 08.03. | Internationaler Frauentag im 19:00 Uhr | Capitol mit Kinofilm „Die Unbeugsamen“, Ortsverband Bündnis `90 DIE GRÜNEN |
| 09.03. | Schafkopf Aufbaukurs, 19:00 Uhr | Gasthof Zum Bartl, Glückaufstraße 2, |
| 11.03. | Theateraufführung „Hummel im 19:30 Uhr | Himmel“, Kolping-Familie Neukirchen, Landhotel Neukirchener Hof |
| 12.03. | Johann-Flierl-Museum geöffnet, 13:30 - 16:00 Uhr | Fünried |
| 12.03. | Internationaler Frauentag im 14:30 Uhr | Capitol, SPD Ortsverein Sulzbach-Rosenberg |
| 13.03. | Allgemeine Informationen rund 09:30 Uhr | um die ärztliche Versorgung von Säuglingen, Großer Veranstaltungsraum, St. Anna Krankenhaus |
| 13.03. | Märchen-Montag, 15:00 Uhr | Stadtbibliothek, Im Schloß, Sulzbach-Rosenberg |
| 14.03. | Seniorenachmittag - Vortrag 14:30 Uhr | Lebenshilfe, St. Jakobus Hahnbach, Pfarrsaal |
| 15.03. | 60. Kammerkonzertreihe: 19:30 Uhr | Klavierquintett mit Johanna-Marie Hennig und dem Kaliana-Streich, Konzertsaal der Staatlichen Berufsschule, Neumarkter Str. 10 |

- 16.03. Vortrag: Still-Café: „Tragen – Ist das was für uns?“
18:30 Uhr St. Anna Krankenhaus, Großer Veranstaltungsraum
- 16.03. Schafkopf Aufbaukurs, Gasthof Zum Bartl, Glückaufstraße 2
19:00 Uhr
- 17.03. VdK: Kaffeetrinken mit Vortrag, Kernhaus Neukirchen, Hauptstraße
14:00 Uhr
- 17.03. Bühne frei im Saal der Sing- und Musikschule, Im Schloß 3, Sulzbach-Rosenberg
18:00 Uhr
- 17.03. Theaterstück: „Der ledige Bauplatz“, Gasthof Heldrich Forsthof
- 17.03. Frei leben - Frauen der Boheme 1890 - 1920
19:00 Uhr Buchvorstellung mit Anke Buettner & Sylvia Schütz, Buchhandlung Volkert, im Literaturarchiv
- 17.03. Ann Vriend & Band, Kleinkunsthöhne Historische Druckerei Seidel
- 18.03. Konzert Akkordeon Spielgemeinschaft Erlangen mit der Städt. Sing- und Musikschule, im Rathaus Sulzbach-Rosenberg
19:00 Uhr
- 18.03. Theaterstück: „Der ledige Bauplatz“, Gasthof Heldrich Forsthof
19:00 Uhr
- 18.03. St. Patricks Day Jack's Heroes, Gestern - einfach eine Kneipe, Hauptstraße 51
19:00 Uhr
- 18.03. Fashion Weekend Modenschau, Capitol, Bayreuther Straße 4
19:00 Uhr
- 18.03. Theateraufführung „Hummel im Himmel“, Landhotel Neukirchener Hof, Hauptstraße 4, Neukirchen
19:30 Uhr
- 19.03. Johann-Flierl-Museum geöffnet, Fünried
13:30 - 16:00 Uhr
- 19.03. Fashion Weekend Modenschau, Capitol, Bayreuther Straße 4
16:00 Uhr
- 19.03. Theateraufführung „Hummel im Himmel“, Landhotel Neukirchener Hof, Hauptstraße 4, Neukirchen
19:30 Uhr
- 20.03. Workshop: Handy, Seniorennetz Amberg-Sulzbach e.V., Josef-Graf-Halle, Hahnbach
14:00 Uhr
- 22.03. Workshop: Fotos von Datenträgern in den PC übernehmen, Seniorennetz Amberg-Sulzbach e.V., VHS, Obere Gartenstraße 3
14:00 Uhr
- 23.03. Eva Karl Faltermeier - Taxi. Uhr läuft Bayerischer Kabarettpreis, Capitol, Bayreuther Straße 4
20:00 Uhr
- 25.03. Obstbaumschneidekurs, Obst- und Gartenbauverein Hahnbach, am Frohnberg, Hahnbach
14:00 Uhr
- 25.03. Theateraufführung „Hummel im Himmel“, Kolping-Familie Neukirchen, Landhotel Neukirchener Hof, Hauptstraße 4, Neukirchen
19:30 Uhr
- 26.03. Kinder- und Babybasar, Schulhaus Neukirchen, 13:00 - 15:30 Uhr Am Anger 14, Neukirchen
- 27.03. Still-Café: Sonnenschutz für Kinder, St. Anna Krankenhaus, Großer Veranstaltungsraum
09:30 Uhr
- 30.03. Girlandenbinden für den Osterbrunnen, GBV Neukirchen, Bauhof Neukirchen, Etselwanger Straße 26, Neukirchen
09:00 Uhr
- 30.03. Seniorenveranstaltung: „Ich hab es doch nur gut gemeint“, Feuerwehrhaus Edelsfeld,
14:00 Uhr
- 30.03. Schafkopf Aufbaukurs, Gasthof Zum Bartl, Glückaufstraße 2
19:00 Uhr
- 31.03. 25 JAHRE Ballettstudio Magic Shoes! Amberger
18:30 Uhr Congress Centrum, Schießstätteweg 8, Amberg
- 31.03. Theateraufführung, Theaterfreunde Süß e.V.,
19:00 Uhr Landgasthof Rouherer, Hahnbach



PEMSEL Inh. Markus Sindel
Uhrmachermeister
Luitpoldplatz 3
Sulzbach-Rosenberg

pro SU-RO Gutscheine

Einlösen auch in diesen Geschäften.

Sheetah-Toys
August-bebel-Str. 3

Metzgerei Bär
Rosenberger Str. 2

Schuh Böhme
Rosenberger Str. 20

Sport Cycling Meindl
Nürnberger Str. 2a

Monkey Mode & More
Luitpoldplatz 2

Der Holzladen Lippert
Unterlengenfeld 1

Ballettstudio Magic Shoes
Grafmühlstr. 2

Apotheke in der Fröschau
Fröschau 38

Eisenwaren Esche
Dieselstraße 20

Fundgrube Schmid
Rosenberger Straße 57

Hörakustik Honisch
Rosenberger Straße 99



Große Palette des Modellbaus

14. Erlebnis-Modellbau Sulzbach-Rosenberg am 1. und 2. April 2023 in der Krötensee-Mittelschule

Ja, es ist wieder soweit. Der Schlacken e.V. in Zusammenarbeit mit „Die Modellbauer Sulzbach-Rosenberg“, dem „1. Truck-Modellbau-Club Nürnberg e.V.“, dem „Roadrunner TruckModellTeam“ aus Augsburg und den „Modellbauern vom Wehrhistorischen Museum Röthenbach“ sind wieder dabei eine für unsere Gegend einmalige Veranstaltung auf die Beine zu stellen. Sehr viele Aussteller und Gastfahrer haben sich bereits im Vorfeld angemeldet.

Ausgestellt und zum Teil auch vorgeführt wird die große Palette des Modellbaus vom Wurfgleiter über Plastikmodelle, Figuren, Dioramen und Eisenbahnen bis hin zu den großen ferngesteuerten Flug-, Schiff-, Auto- und Hubschrauber-Modellen und vielen mehr. Jedes Jahr wechseln die Exponate und es kommen in allen Bereichen immer wieder neue Modelle hinzu.

In diesem Jahr wird wieder das Diorama des ehem. Militärflugplatzes von Schafhof gezeigt. Dort waren im WWII eine Flugschule stationiert, es

wurde auf der Ju 88 ausgebildet und neben der Me109 waren dort auch Me 2062. Klaus Schriml präsentiert bei dieser Gelegenheit sein gleichnamiges Buch...

Ganz besonders freut es uns, dass die Luftsportgruppe Sulzbach-Rosenberg mit einem Segelflugzeug vor Ort sein wird.

Eisenbahn

Hier erwartet die Kinder im Pausenhof wieder die „große“ Eisenbahn zum Mitfahren. In einer Wabe in der Aula wird auch eine Eisenbahnanlage im Maßstab 1:87 HO zu sehen sein.

Flug-Modellbau

In diesem Jahr wird in der Aula eine umfangreiche Flugmodell-Ausstellung präsentiert. Die Modellfluggruppe der Luftsportgruppe Sulzbach-Rosenberg ist ebenfalls mit einem Infostand vertreten. Erfahrene Piloten stehen interessierten Besuchern für Fragen rund ums Modellfliegen gerne Rede und Antwort.

LKW- u. Militär-Modellbau

Es wird der wahrscheinlich in Süddeutschland größter Truck-



Parcours“ über die komplette Dreifach Turnhalle auf einer Fläche von ca. 740 qm aufgebaut!

Hier kommen die Freunde der Baustellen, der Lastkraftwagenfahrer und der Militärfahrzeuge voll auf ihre Kosten! Auf dieser riesigen Aktionsfläche mit Straßen, Gebäuden, Brücken, Baustelle und Parkplätzen wird alles vorgeführt. Eine große Feuerwehrwache mit Fahrzeugen und vielen Einsatzaktionen wird dabei sein.

Der Militärbereich setzt sich aus ferngesteuerten Panzern und Militärfahrzeugen, Truppenübungsplatz und einer Kasernenanlage zusammen. Auf dem Truck-Trial-Parcours stellen die unerschrockenen Fahrer, selbst in den kniffligsten Passagen ihr Können unter Beweis.

Statikmodellbau

Weiter wird die ganze Palette an Plastikmodellen gezeigt, Schiffe, Flugzeuge, Helikopter, Dioramen, Häuser und Stadtviertel, Feuerwehr im Einsatz. LKW's, Militärmodelle mit Rad und Kette und Heuer sind auch Schienenmodelle dabei.

Praktische Vorführungen des Plastikmodellbaus und die Farbgebung von Figuren können bewundert werden. In diesem Jahr werden auch einmalige Modelle, Gebäude, Fahrzeuge, Schiffe usw. gezeigt, die aus „Kartonagen“ gefertigt sind.

Funktionsmodelle und Technik

Erleben Sie zum Beispiel eine Miniatur-Gattersäge in Aktion!

Mikro-Modellbau

Auf einem sehr großen Parcours der Mikromodellbauer kommst Du zum Staunen: groß im Detail und klein in der Technik und das alles ferngesteuert im Maßstab 1:87. Oft sieht man manch Feinheit nur unter der Lupe. Fungieren die Kleinsten unserer Kleinen doch, wie ihr originales Vorbild. Du kannst hier in Miniatur viele verschiedene Fahrzeuge erleben und eine integrierte Eisenbahn sowie einen Schiffsverkehr im Echtwasser.

Öffnungszeiten:

Samstag von 12:00 Uhr bis 18:00 Uhr. Sonntag von 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr. www.die-modellbauer-su-ro.de

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



WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm



METALLBAU • SCHLOSSEREI
Treppenbau • Fenstergitter
Balkongeländer • Tore
Arbeiten in Eisen u. Edelstahl
92265 Edelsfeld-Riglaahof 14
Tel. 09364 / 17 88 - Fax 83 83

Fachstelle für pflegende Angehörige in Sulzbach-Rosenberg



Die Fachstelle wird mit finanziellen Mitteln des Bayerischen Staatsministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Integration gefördert.

Unsere Fachstelle ist für Sie, als pflegende Angehörige, die erste Anlaufstelle in der Region.

Die Beratung ist kostenlos, neutral, ohne Unterscheidung von Alter, Herkunft, Konfession oder sozialer Stellung, außerdem unterliegen wir der Schweigepflicht.

Die Leiterin der Fachstelle, Frau Regina Pilhofer, berät Sie gerne zu allen Fragen der Pflege:

- über Hilfs- und Entlastungsangebote
- Leistungen der Kranken- und Pflegekassen
- gibt Hilfestellung bei Anträgen und Einstufungen
- informiert über Wohnraumgestaltung und -anpassung
- sowie Beratung zur Bewältigung der Pflege und Betreuung Demenzkranker.

Wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen

Auch die psychosoziale Beratung und Begleitung liegt uns am Herzen.

Als Entlastungs- und Betreuungsangebot bieten wir den Seniorentreff „Am Hofgarten“ an. Dieser findet immer donnerstags von 14 Uhr bis 16 Uhr in den Räumen der Ökumenischen Sozialstation, Hofgartenstraße 10, statt. Es erwartet Sie ein vielseitig gestaltetes Programm und Geselligkeit

beim anschließenden gemeinsamen Nachmittagskaffee.

Angehörigentreffen zur Entlastung und Austausch

Ein Treffpunkt für Menschen die pflegebedürftige Angehörige versorgen, sich dadurch häufig stark belastet und auch überlastet fühlen. Als Programmpunkt wird eine kurze Schulung über pflegebezogene wechselnde Themen angeboten. Dadurch soll der pflegenden Angehörige neue Impulse und eine neue Sicht auf die Pflegesituation erhalten.

Im Vordergrund sollte aber der gegenseitige Erfahrungsaustausch von den Teilnehmern stehen. Geleitet und gestaltet wird das Treffen von der Leiterin der Fachstelle für pflegende Angehörige.

Das Angehörigentreffen findet jeden 1. Donnerstag im Monat um 18 Uhr in den Räumlichkeiten der Ökumenischen Sozialstation, Hofgartenstraße 10. Beratungstermine und Anmeldungen für die Treffen, werden unter der Nummer 09661/87600-10 oder 87600-0 gerne entgegengenommen.

Standecker

Standecker, Produkte aus der Oberpfalz seit über 40 Jahren

 <p>Fenster</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kunststoff-Fenster - Kunststoff-Alu-Fenster - Holz-Alu-Fenster 	 <p>Haustüren</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kunststoff - Aluminium 	 <p>Rolladenbau</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rolladenkästen - Rollladen - Vorbaurollladen - Raffstores - Fenster Beschattungen - Innen u. außen - Garagentore - Rolllöre - Garagentore - Lüftungen - Fliegengitter
 <p>Pergola</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stahl - Aluminium - Holz 	 <p>Wintergarten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stahl - Aluminium - Holz 	
 <p>Markisen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gelenkarm Markisen - Pergola Markisen - Wintergarten Markisen 		

92256 Hahnbach, Birkenweg 6
 Tel.: 09664 95396 0 www.standecker.com

<p>Bestattungen</p> <h1 style="font-family: cursive;">Müller & Schießler</h1> <p>Jedem Leben ein Zeichen setzen</p> <p>HIRSCHAU Georg-Schiffer-Str. 4 ☎ 24 Stunden 0 96 22 / 704 330 5</p>	<p>www.ms-bestattungen.de</p> <p>Für Sie im gesamten Landkreis und auf allen Amberger Friedhöfen</p> <p>SULZBACH-ROSENBERG Kugelplatz 7 ☎ 24 Stunden 0 96 61 / 813 624 0</p>
--	--

Spende für Lebenshilfe

Weihnachtsaktion bei Dr. Meier Kieferorthopädie ein voller Erfolg



Katrin Meier, Dr. Sebastian Meier und Frau Michaela Moore von der Frühförderstelle Sulzbach-Rosenberg bei der Spendenübergabe.


Dank euren vielen Weihnachtskugeln, liebe Patienten und Patientinnen war unsere Weihnachtsaktion ein voller Erfolg und wir durften, mit großer Freude, der Frühförderstelle der Lebenshilfe Sulzbach-Rosenberg eine Spende in Höhe von 250 € überreichen.

Das Geld wird durch die Anschaffung verschiedener Hilfsmittel, für die Behandlung von frühkindlichen Schluck- und Fütterstörungen verwendet, ein Beispiel sind hier Babys mit Lippen-Kiefer-Gaumenfehlbildungen.

Sowie zur allgemeinen Behandlung orofaziale Störungen von Babys ab der Geburt bis hin zu Kleinkindern. Als orofaziale Störungen bezeichnet man Dysfunktionen der Muskeln im Mund-, Rachen-, Gesichts- und Halsbereich.

Wir hoffen damit einigen Kinder und Familien das Leben zu erleichtern und freuen uns auf die nächste Weihnachtsaktion!

Bis dahin könnt ihr uns gerne von Montag – Donnerstag von 9:00-12:00 Uhr und 13:00-17:30Uhr im Fröschau Einkaufszentrum besuchen oder unter 09661/ 877 45 45 einen Termin vereinbaren.



malermeister dillinger +sielaff
 Tel. 09661/45 04
 Industriestraße 5
 92237 Sulzbach-Rosenberg
 dillinger-sielaff@online.de

Geprüfter TÜV Fachbetrieb zum Erkennen, Sanieren, Vermeiden von Schimmelpilz in Innenräumen.

Wir führen für Sie aus:
Ökologische Innenanstriche, Bodenbelagsarbeiten

Bodenbeläge und Farbenverkauf:
 Freitag 14.00-17.00 Uhr
 Samstag 9.00-12.00 Uhr

NOTDIENSTE



März

- Sulzbach-Rosenberg, Landkreis AS und nähere Umgebung
1. Mi. Marien Schnaittenbach / Citypark Hersbruck
 2. Do. **Marien Su.-Ro.**
 3. Fr. St. Leonhard Vilseck / Stadt-Apotheke Hersbruck
 4. Sa. **St. Anna Su.-Ro.**
 5. **So. Hofgarten-Apotheke Su.-Ro.**
 6. Mo. **Apotheke in der Fröschau Su.-Ro.**
 7. Di. **Krötensee-Apotheke Su.-Ro.**
 8. Mi. Schloss Hirschau / Linden Pommelsbrunn
 9. Do. St. Anna Hahnbach
 10. Fr. Apothekereck Hirschau / Markgrafen Pommelsbrunn
 11. Sa. Bahnhof Hersbruck / Heidenaab Weiherhammer
 12. **So. Marien Schnaittenbach / Citypark Hersbruck**
 13. Mo. **Marien Su.-Ro.**
 14. Di. St. Leonhard Vilseck / Stadt-Apotheke Hersbruck
 15. Mi. **St. Anna Su.-Ro.**
 16. Do. **Hofgarten-Apotheke Su.-Ro.**
 17. Fr. **Apotheke in der Fröschau Su.-Ro.**
 18. Sa. **Krötensee-Apotheke Su.-Ro.**
 19. **So. Schloss Hirschau / Linden Pommelsbrunn**
 20. Mo. St. Anna Hahnbach
 21. Di. Apothekereck Hirschau / Markgrafen Pommelsbrunn
 22. Mi. Bahnhof Hersbruck / Heidenaab Weiherhammer
 23. Do. Marien Schnaittenbach / Citypark Hersbruck
 24. Fr. **Marien Su.-Ro.**
 25. Sa. St. Leonhard Vilseck / Stadt-Apotheke Hersbruck
 26. **So. St. Anna Su.-Ro.**
 27. Mo. **Hofgarten-Apotheke Su.-Ro.**
 28. Di. **Apotheke in der Fröschau Su.-Ro.**
 29. Mi. **Krötensee-Apotheke Su.-Ro.**
 30. Do. Schloss Hirschau / Linden Pommelsbrunn
 31. Fr. St. Anna Hahnbach

Bleiben Sie ein flotter Käfer und passen Sie auf Ihre Gesundheit auf!

Wir helfen Ihnen dabei.

Öffnungszeiten:
 Mo, Di, Do 7.30-18.30
 Mi, Fr 7.30-18.00
 Sa 7.30-13.00



marien-apotheke
 Sulzbach-Rosenberg Tel: 87250
 Charlotte Ackermann-Strobl

Neo-Soul im Seidelsaal: Ann Vriend & Band

Freitag, 17. März, 20.00 Uhr, Historische Druckerei Seidel



Die mehrfach preisgekrönte kanadische Sängerin, Songwriterin und Bandleaderin ANN VRIEND (AV) beeindruckt mit einzigartigen vokalen und instrumentalen Fähigkeiten, kompositorischer Finesse und trifft mit ihrer universellen Botschaft für Toleranz und Empathie direkt ins Herz.

Kürzlich veröffentlichte AV ihre nunmehr neunte Studioproduktion, das Album EVERYBODY MATTERS und gleichzeitig die neue Single mit dem titelgebenden Song. Ihre kraftvolle Musik hat ihr bereits mehrere Top 10 Positionen in den internationalen Charts sowie regelmäßige Radiopräsenz in ganz Kanada beschert. Sie ist zweifache Preisträgerin des Cobalt Music Prize bei den Maple Blues Awards und wurde ebenfalls mit dem Preis



R&B/Soul Recording of the Year bei den Edmonton Music Awards ausgezeichnet. (Einlass 19.00 Uhr). Nähere Informationen unter www.kulturwerkstatt.byern

Hafer-Bananen-Kekse – Gesund und super lecker



Die wahrscheinlich einfachsten Kekse

Foto: SAHANA Ayurveda Praxis

Ganz schnell gemacht mit wenigen Zutaten, die man eigentlich immer Zuhause hat.

Die Süße entsteht durch die Bananen und Rosinen. Ideal als kleines Frühstück und sehr

lecker zum „eintunken“ in warme (Pflanzen)-Milch.

Zutaten für ca. 10 Stück

- 100 g Haferflocken
- 2 reife Bananen
- 30 g Rosinen
- 1 TL Kokosfett
- 1 EL Mandelmus
- ½ TL Ceylon-Zimt gemahlen
- 1 Msp. Kardamom gemahlen

Zubereitung:

Die Bananen zerdrücken und mit allen anderen Zutaten gut vermischen bis eine feucht-klebrige Masse entstanden ist.

Nun jeweils 1 EL des Teiges auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

Die Kekse ca. 20 Minuten bei 180 Grad im vorgeheizten Backofen backen. Lauwarm oder abgekühlt genießen.

THG-Quotenhandel

Sichern Sie sich jetzt 333 € für ihr Elektrofahrzeug!

- Antrag + Kopie Ihres Fahrzeugscheines einsenden
- 333 € Auszahlung erhalten (für das Kalenderjahr 2023)

Weitere Informationen und Teilnahmebedingungen finden Sie auf unserer Website.

<https://stadtwerke-amberg.de/thg-quotenhandel.html>

Kundenbüro

Sulzbach-Rosenberg

Konrad-Mayer-Straße 26 · 92237 Sulzbach-Rosenberg

Öffnungszeiten ab sofort:

Montag von 9:00 bis 13:00 Uhr

Donnerstag von 13:00 bis 17:00 Uhr

Ansprechpartner:

Team Vertrieb

Tel. 09621 603-420

vertrieb@stadtwerke-amberg.de

www.stadtwerke-amberg.de



servicestark
und vor der tür

STADTWERKE AMBERG

STROM GAS WÄRME WASSER BÄDER