57 | DEZ. 2026
FEB. 2027

RegionalFit

Das Firmen-Magazin mit Fachinformationen und Berichten aus Ihrer Region



Landkreis Neumarkt im Portrait:
Facettenreiche Orte unter gemeinsamer Führung

LEBEN & GENUSS

Asthma bronchiale
Wenn Kindern die Luft wegbleibt

Tangrintler Gwax
Spitzwegerich gegen Entzündungen

Weihnachtsmärkte
Musik und Budenzauber in der Region

Lieblings-Nudeln
Feta, Salbei und 20 Minuten

BAUEN & WOHNEN

Schenkung oder Darlehen?
Familienhilfe beim Immobilienkauf

Mit Holz bauen
Natürlich, modern, nachhaltig



MAAG
Ihr Holzfachhandel

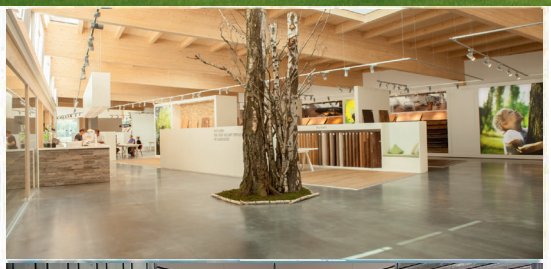
Ihr Holz-Fachhändler aus Hemau.

Seit vielen Jahren steht die Maag Holz GmbH in Hemau für Qualität, Fachwissen und persönliche Beratung rund um das Naturprodukt Holz. Ob für den Neubau, die Modernisierung oder die Gestaltung von Garten und Terrasse – wir sind Ihr zuverlässiger Partner für private Bauherren, Handwerksbetriebe und Gewerbekunden in der gesamten Region.

Unser umfangreiches Sortiment, fundiertes Fachwissen und die Leidenschaft für Holz machen den Unterschied. Wir nehmen uns Zeit für Ihre Wünsche und entwickeln gemeinsam mit Ihnen die passende Lösung – individuell und nachhaltig.

Besuchen Sie unsere Ausstellung in Hemau und lassen Sie sich inspirieren. Oder entdecken Sie viele unserer Produkte bequem in unserem Onlineshop.

Maag Holz – natürlich. kompetent. für Sie da.



BERATUNG & AUSSTELLUNG

Erleben Sie Holz mit allen Sinnen. Persönliche Beratung und Inspiration auf über 1.000 m².



FASSADEN VON MAAG HOLZ

Natürliche Schönheit und langlebiger Schutz für Ihr Zuhause. Individuell. Nach Maß. Nachhaltig.



FARBE NACH WUNSCH.

Gestalten Sie Ihre Holzfassade nach Ihren Wünschen. Ob natürlich, dezent oder farbenfroh – wir beraten Sie bei der passenden Farbgestaltung.



ZUVERLÄSSIG FÜR SIE DA

Eigener Fuhrpark und starke Partner sorgen für pünktliche Lieferung und beste Verfügbarkeit.

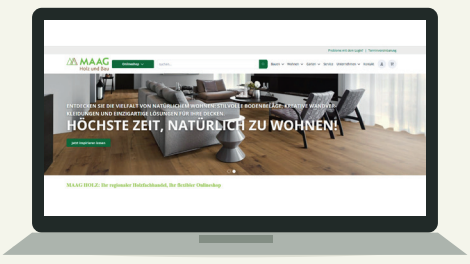
RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA

Ihr MAAG-Onlineshop

Holz. Wann immer Sie es brauchen.

- Über 10.000 Produkte
- Rund um die Uhr bestellen
- Beratung vom Holz-Profi

shop.maag-holz.de



Ihr Holzfachhandel – auch online.

Jetzt scannen und entdecken!



Bild: magnific.com

Hoffnung ist unlimited

Liebe Leserinnen und Leser!

Hinter uns liegt ein Jahr der Extreme, geprägt von einem langen, heißen Sommer und einem erschreckenden Mangel an Niederschlägen, die unsere Region ungewöhnlich trocken zurückgelassen haben. Während die Natur sich nun zur Ruhe begibt, steigt die Vorfreude auf die Advents- und Weihnachtszeit. Sie lässt uns vorausschauen und hoffen – hoffen auf das, was sich jeder Einzelne von uns wünscht.

Seit vielen Jahren begleitet das RegionalFit-Magazin alle, die das lebendige Geschehen in unserer Region hautnah verfolgen möchten. Wir bringen Veranstaltungen, Vereinsfeste und traditionelle Gemeindefeiern zu Ihnen. Durch unsere regelmäßige Berichterstattung und die Unterstützung von Unternehmen und Gemeinden, die uns Pressemitteilungen zukommen lassen, sind wir inzwischen in 35 Gemeinden und vier Landkreisen fest verwurzelt. Diese Reichweite ist für uns zugleich Ansporn und Verantwortung. Mit fundierten Informationen, hilfreichen Tipps und aktuellen Nachrichten möchten wir das Miteinander stärken und die Vielfalt unserer Region sichtbar machen. Auch über die Landkreisgrenzen hinaus erreichen wir unsere Leserinnen und Leser mit unserem Newsletter, der auch im vergangenen Jahr auf viel positive Resonanz stieß.

Diese Ausgabe steht im Zeichen der festlichen Jahreszeit: Romantische Weihnachtsmärkte mit kulinarischen Angeboten laden zum Kommen ein. Sabine Rosner stellt eine neue Folge des „Trangrintler Gwax“ vor, während unsere Jobbörse interessante berufliche Perspektiven eröffnet. Anregungen für alle, die selbst bauen oder ihr Zuhause gestalten möchten, gibt es in „Bauen & Wohnen“. Rezepte und eine Kinderseite runden das Heft ab.

In der Rubrik „Gemeindeleben“ widmen wir uns dem vielseitigen Landkreis Neumarkt. Seine besondere Landschaft, die lebendigen Traditionen, die Bodenständigkeit und die oberpfälzische Mentalität prägen ihn. Unser herzlicher Dank gilt Herrn Landrat Martin Meier, seinem Pressesprecher Michael Gottschalk sowie Frau Rita Pirkl für ihre redaktionelle Unterstützung und die angenehme Zusammenarbeit.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, danken wir für Ihre Treue und Ihr Vertrauen. Mit Ihnen gemeinsam wird das RegionalFit-Magazin zum Spiegelbild unserer lebendigen Gemeinschaft.

RegionalFit – das zu jeder Jahreszeit lesenswerte Magazin.

> **Nur wenn es dunkel genug ist, kannst du die Sterne sehen.**
>
> *Martin Luther King Jr.*



PROJEKTLEITUNG
Albert Waldhier
und Stefanie Landfried



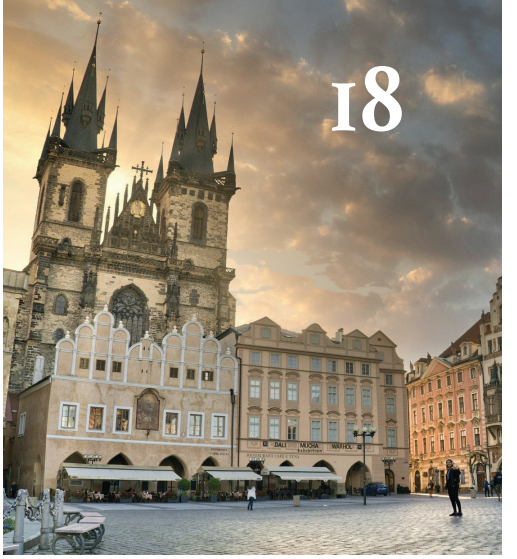


GRAFIK & LAYOUT
Verena Lindner

Titelbild: Schober Tourismus Parsberg











INHALT

Dezember 2026 – Februar 2027

2 **Der Holz-Fachhändler**
Maag in Hemau ist für Sie da.

3 **Editorial**
Hoffnung ist unlimited

7 **Wintermarkt in Altmannstein**
Drei Tage buntes Programm

11 **Kallmünz erleben**
Nachtwächterführung mit Schauspiel

16 **Tangrintler Gwax**
Der Spitzwegerich von Sabine Rosner

18 **Winterreisen**
Mit Sammüller durch Europa

20 **Der Singende Wirt**
Erholung mit Wellness, Musik und Natur im Bayerischen Wald

21 **elma**
Der flexible Fahrservice

22 **RegionalFit-Magazin**
Fachinformationen aus der Region

24 **Knobelaufgaben**
Kleine Rätsel für trübe Herbsttage

26 **Lupburger Weihnachtsmarkt**
Viel Musik und Budenzauber

28 **Parsberger Burgweihnacht**
Zwei Wochenenden Weihnachtsstimmung

29 **Außergewöhnliche Konzerte**
Events 2027 im Reitstadel Neumarkt

30 **Landkreis Neumarkt**
Facetten. Gemeinschaft. Traditionen.

32 **Geschichte und Wandel**
Der Landkreis im Überblick

33 **Steinstark seit 1953**
Beste Platten von Kufer

35 **Wirtschaft und Leben**
im Landkreis Neumarkt

37 **Asthma bronchiale**
Wenn Kindern die Luft wegbleibt

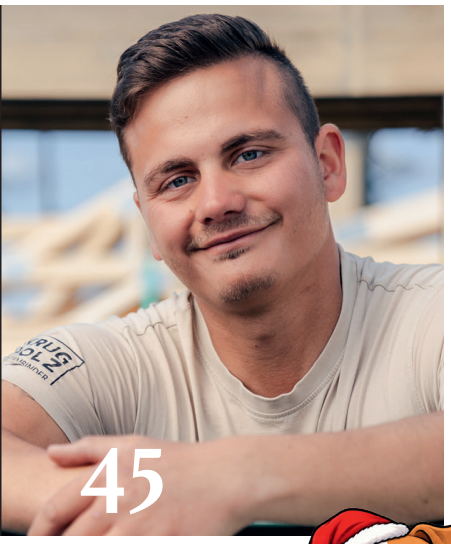
38 **Forschungskompetenz**
Innovationspartner Campus

40 **40 Jahre auf dem Holzweg**
Kinskofer-Häuser sind Naturhäuser

42 **Tourismus im Landkreis**
Dualer Nutzen und Mehrwert für Alle













43 **Schöner Feiern**
Perfekte festliche Outfits bei Götz

44 **Großveranstaltungen**
Das ist los im Landkreis Neumarkt

45 **Zukunft bauen mit Holz**
Dachbindersysteme von KRUG

46 **Radel-Erlebnisse**
...in den Oberpfälzer Juratälern

47 **Stressfreie Weihnachten**
für Hund und Katze

48 Thema Wandern
Die schönsten Wege im Landkreis

49 **Ein Ort für alles Schöne**
StudioNatur in Dietfurt

51 **Unterstützung bei der Pflege**
Seniorentagespflege in Velburg

52 **Softwareentwicklung**
Innovative Lösungen von AVS

53 **Meine Lieblings-Nudeln**
Tagliatelle mit Feta und Salbei

54 **Ausbildung in der Region**
Berufliche und schulische Wege

55 **Scheitern erlaubt**
– aber nicht bei der Ausbildung

57 **Tiefenentladung vermeiden**
ADAC-Tipps zu E-Geräten

58 **Herbstliches Risiko**
Aquaplaning auf nassen Straßen

61 **Schenkung mit Nießbrauch**
RA Schmid kennt die Fristen

62 **Wohnkosten**
Kluft zwischen Mietern und Eigentümern wächst

63 **Schenkung, Darlehen, Erbe**
Familienhilfe beim Immobilienkauf

64 **Fenster modernisieren**
...und den Hauscharakter erhalten

65 **Jura Holzbau**
Moderne Häuser aus Riedenburg

67 **Ihr Bad. Neu gedacht.**
Neu gemacht von Schuhmann.

68 **Wohnung kaufen?**
Niebler baut in Regensburg

Altmannsteiner Wintermarkt vom 20. bis 22. November 2026

Der Markt Altmannstein freut sich sehr, Sie in diesem Jahr zum 12. Wintermarkt nach Altmannstein einladen zu dürfen. Neben den vielfältigen Angeboten der Aussteller wird wieder bestens für Ihr leibliches Wohl gesorgt sein. Neben Glühwein und Waffeln halten wir wieder allerlei Leckereien für Sie bereit.

An einer der vielen Holzbuden finden Sie vielleicht auch schon das ein oder andere Weihnachtsgeschenk, und sicher wird Sie auch der Duft der verschiedenen Köstlichkeiten zu einem kurzen – oder auch längeren – Aufenthalt an einer der Buden verführen. Zur einzigartigen Atmosphäre trägt neben der besonderen Kulisse ein umfangreiches und vielseitiges Rahmenprogramm mit einer Vielzahl an Darbietungen, Konzerten und Aufführungen bei.



Im Bürgersaal im Rathaus finden Sie am Samstag und Sonntag eine bunte Vielfalt und einen tollen Mix aus Entdecken, Stöbern und Kennenlernen beim „Frauenzauber“, im Pfarrsaal lädt am Samstag und Sonntag die Weihnachtsbäckerei zu Kaffee und Kuchen ein. Am Sonntag öffnet außerdem die Altmannsteiner Geschäftswelt ihre Türen und lädt zu einem Bummel ein. Auch das Marktmuseum und das Ignaz-Günther-Museum können an diesem Tag besichtigt werden.

Ein Dank geht bereits heute an alle Standbetreiber, Gruppen, Vereine und Organisationen, die den Wintermarkt mit Programm und Leben erfüllen. Wir laden Sie ganz herzlich ein, mit Ihren Familien, Freunden und Bekannten über den Wintermarkt zu bummeln und wünschen Ihnen dabei ein paar erlebnisreiche und gesellige Stunden. Das vollständige Programm finden Sie unter www.altmannstein.de!

Wir freuen uns auf Sie!




2026
Winter
MARKT
Im Garten & Stadel des Marktmuseums sowie
im Pfarrsaal und Bürgersaal in Altmannstein
Freitag
20.11.2026
17–21 Uhr
Samstag
21.11.2026
15–21 Uhr
Sonntag
22.11.2026
12–19 Uhr
Besuch vom Nikolaus • Buntes Bühnenprogramm • Geschenke & Ideen rund ums Fest
Kulinarische Köstlichkeiten • Magic Mirror Fotobox • Stimmungsvolle Atmosphäre
Für jeden was dabei!
Markt
ALTMANNSTEIN

Adventszauber mit Klosterfeeling

Entdecken Sie den Zauber des Advents auf unserem Kloster-Adventsmarkt – ein Ort voller Besinnlichkeit und regionaler Handwerkskunst! Schlendern Sie durch den festlich geschmückten Klosterhof und lassen Sie sich von einer Vielzahl liebevoll hergestellter Produkte verzaubern: von kunstvollen Krippen, handgemachten Kerzen und bunter Keramik bis hin zu einzigartigen Holzartikeln, Deko, Kleidung aus Stoff und Wolle sowie wohltuenden Produkten für Gesundheit und Pflege.
Genießen Sie die gemütliche Atmosphäre bei Bio-Glühwein und saisonalen Köstlichkeiten, die Ihre Seele wärmen. Für die kleinen Besucher gibt es Stockbrot, eine lebende Schaukrippe mit Tieren und den Besuch vom Nikolaus.
In der Abteikirche sorgen weihnachtliche Konzerte mit regionalen Orchestern für stimmungsvolle Klänge und eine besinnliche Atmosphäre.
Der renovierte Innenhof bietet eine wunderschöne Kulisse für Ihren Bummel. Kommen Sie vorbei und erleben Sie ein unvergessliches Adventswochenende im Kloster Plankstetten – ein Fest der Gemeinschaft, Kreativität und festlicher Stimmung!

Adventsmarkt jeweils von 11.00 bis 19.00 Uhr
Link zum ganzen Programm: www.kloster-plankstetten.de/veranstaltungen-kurse/ > Adventsmarkt



ADVENTS-MÄRKTE

28./29. November & 5./6. Dezember 2026

BENEDIKTINERABTEI PLANKSTETTEN
LEBEN AUS DEM URSPRUNG

Romantischer Adventsmarkt im Kloster-Innenhof

**Weihnachtliche Bio-Leckerein, Glühwein & Kinder-Punsch,
Nikolaus-Besuch, Führungen,
Gottesdienste & Konzerte**

BENEDIKTINERABTEI Plankstetten
Klosterplatz 1, 92334 Berching/Plankstetten
Weitere Infos: www.kloster-plankstetten.de
@Benediktinerabtei Plankstetten

TROPFSTEINHÖHLE SCHULERLOCH

FÜHRUNGEN • KONZERTE • MEDITATIONEN



Tipp: Gutscheine für 2027 als Weihnachtsgeschenk erhältlich!

Weihnachtszauber ganz nah

Weihnachtsmärkte vor Ort verbinden Tradition und Genuss



Die Wochen vor Weihnachten haben ihren ganz eigenen Zauber: Wenn es draußen früh dunkel wird, beginnen die Lichterketten zu funkeln, aus den Marktständen steigt der Duft von Lebkuchen und gebrannten Mandeln, und eine Tasse Glühwein wärmt die Hände. Zwischen festlich geschmückten Buden und weihnachtlichen Klängen wird der Alltag für eine Weile ganz leicht. Beim gemütlichen Bummel wächst die Vorfreude auf das Fest – und Jung wie Alt lassen sich vom besonderen Adventsgefühl mitreißen.

Auch wenn der Schnee manchmal auf sich warten lässt, sind die Weihnachtsmärkte unserer Region eine stimmungsvolle Einladung, die kalte Jahreszeit zu genießen. An den liebevoll dekorierten Ständen gibt es handgefertigte Geschenke, besondere Dekoideen und kulinarische Köstlichkeiten zu entdecken: von deftigen Schmankerln bis zu süßen Leckereien. Vielleicht wartet zwischen all den kleinen Schätzen genau das Geschenk, das noch gefehlt hat – oder ein neues Lieblingsstück für das eigene Zuhause. Mit einer heißen Tasse in der Hand lässt sich das bunte Treiben besonders entspannt beobachten.

Von der Burgweihnacht in Parsberg über die Märkte in Velburg, Hemau, Breitenbrunn, Lupburg, Painten, Riedenburg, Dietfurt, Hohenfels, Laaber und Aichkirchen bis zum Wintermarkt in Altmannstein: Jeder Ort setzt eigene Akzente und lädt mit seinem unverwechselbaren Ambiente zum Staunen, Schlemmen und Verweilen ein. Ob beim Treffen mit Freunden, beim Familienausflug oder auf einem spontanen Spaziergang – überall bieten sich schöne Gelegenheiten, gemeinsam besondere Momente zu erleben.

Vielleicht nimmt man dabei eine neue Idee zum Backen oder Basteln mit nach Hause. Vielleicht bleibt es einfach bei einem guten Gespräch, einem warmen Getränk und dem schönen Gefühl, für einen Moment nicht an die Hektik des Alltags denken zu müssen. Gerade darin liegt der Zauber der Adventszeit: in gemeinsamer Freude, kleinen Gesten und Augenblicken voller Wärme und Besinnlichkeit.

Bild: magnific.com

Das Team des RegionalFit-Magazins wünscht Ihnen eine wunderschöne, friedvolle Adventszeit und viele zauberhafte Stunden auf den Weihnachtsmärkten unserer Region.

HOTEL - GASTHOF
ZUR KRONE PRUNN
TEL 09442-1507

Hotel-Gasthof „Zur Krone Prunn“
Prunner Hauptstraße 13
93339 Riedenburg
Tel. 09442 1507
gasthof-krone-prunn@t-online.de
www.hotel-zur-krone-prunn.de
Fax 09442 3158

Ab 6. Dezember:
sonntags Gänsebrust und frische Entenviertel
*****
Weihnachten:
Heiliger Abend geschlossen
1.+2. Weihnachtsfeiertag geöffnet
Silvester und Neujahr geöffnet
*****
Mittwoch & Donnerstag Ruhetag außer feiertags





Weihnachtsmarkt in Painten

Vorweihnachtliches Ambiente am Marktplatz

Am Samstag, den 28. November 2026 findet von 15.00 Uhr bis 22.00 Uhr der Paintner Weihnachtsmarkt statt.

Die 27. Auflage dieser mittlerweile schon traditionellen Veranstaltung wird auch in diesem Jahr mit den Weihnachtsbuden zwischen Ringweg und EDEKA-Markt am Marktplatz für vorweihnachtliche Stimmung sorgen.

Neben den zahlreichen Buden mit allerlei weihnachtlichen Geschenkideen sorgen Glühwein, Knacker vom Grill, Gebäck und viele andere Leckereien dann wieder für einen stimmungsvollen Auftakt zum 1. Advent.

Musikalisch umrahmt wird der Markt unter anderem von der „Viel Harmonie“ aus Kelheim.

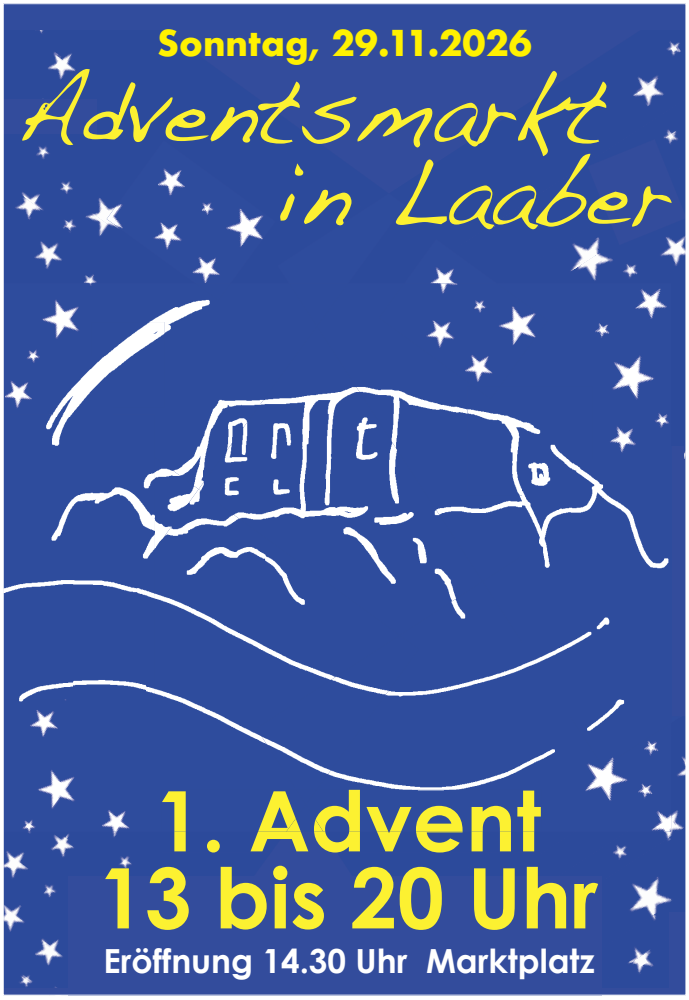




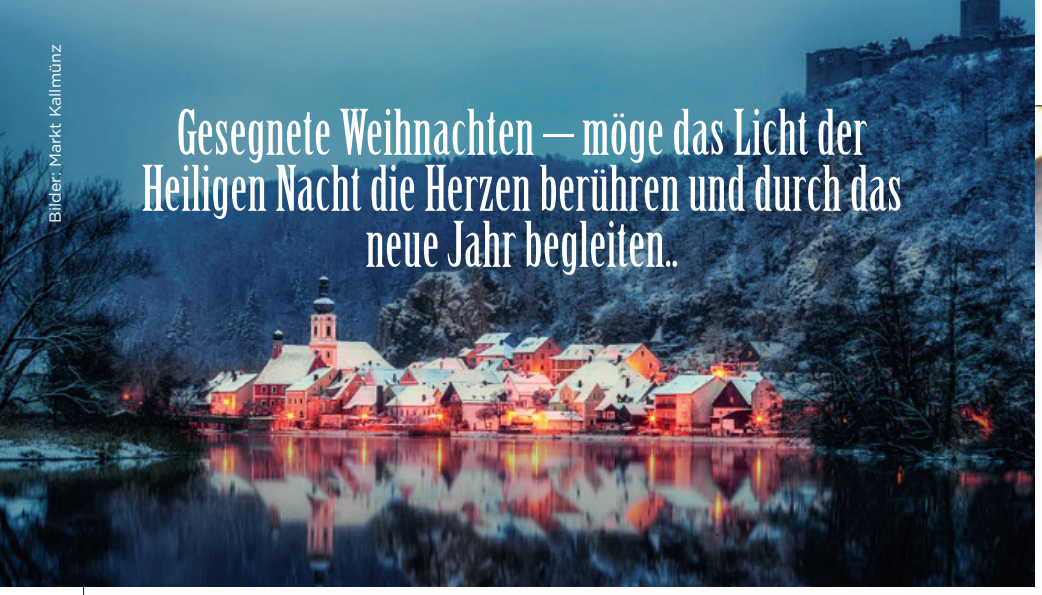
Der Markt Painten lädt dazu recht herzlich ein und hat für die kleinen Besucher auch einen Nikolausbesuch gegen 17.00 Uhr auf dem Programm.

TEXT & BILDER:
MARKT PAINTEN

Für weihnachtliche Stimmung sorgt u.a. die „Viel Harmonie“ aus Kelheim, für leuchtende Kinderaugen der Besuch des Nikolaus.







Bilder: Markt Kallmünz

Der Markt Kallmünz wünscht ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes und glückliches neues Jahr.

Nachtwächterführung mit Schauspiel

Der Nachtwächter zieht durch die Gassen von Kallmünz. Begleiten Sie ihn bei seinem abendlichen Rundgang und erleben dabei die mittelalterliche Geschichte des Marktes
Teilnehmeranzahl beschränkt!

Termine: 27.11./04.12./11.12./18.12. um 17 Uhr Vilsbrücke
Preis 10 €/Erwachsene, 5 €/Kind (unter 6 Jahren frei)
Voranmeldung im Tourismusbüro unbedingt erforderlich!
Tel. 09473-7179999, tourismus@kallmuenz.de



Lichterfest Hl. Lucia

Am 13.12. zieht abends die Hl. Lucia durch Kallmünz und besucht den Weihnachtsmarkt!





Neuer Termin, neuer Standort

Auf dem Hemauer Christkindlmarkt weht frischer Wind

Der Hemauer Christkindlmarkt verändert sich: Künftig findet er am letzten Samstag vor Heiligabend statt und zieht vom Stadtplatz in den Bereich um das Rathaus. Das kompaktere Marktgelände soll zusammen mit einer stimmungsvollen Beleuchtung und einem abwechslungsreichen Programm den Christkindlmarkt beleben und für noch mehr Weihnachtsstimmung auf dem Tangrintel sorgen.

NEUER TERMIN, NEUER ORT

Der Hemauer Christkindlmarkt findet künftig immer am vierten Adventssamstag statt, heuer also am 19. Dezember. Von der Stadtmitte wird er auf den Rathausparkplatz sowie in den Rathausgarten rund um den Pavillon verlegt. Die Marktstände der Fieranten werden am Brunnenplatz vor dem Zehentstadel sowie in der Riedenburger Straße zwischen dem Alten Rathaus und der Arbor Apotheke angeordnet. Feuerstellen und ein weihnachtliches Lichtermeer sorgen für die passende Weihnachtsstimmung. Natürlich gibt es die gewohnten Leckereien und auch wer noch nach einem Last Minute-Weihnachtsgeschenk sucht, wird bei den Warenständen fündig.

WEIHNACHTSSTIMMUNG FÜR GROSS UND KLEIN

Auch das Programm verspricht abwechslungsreiche Stunden für die ganze Familie: Während der Marktzeit von 11 bis 20 Uhr gibt es immer wieder besondere Angebote für Kinder. Das Hemauer Christkind wird erwartet, ein kleines Krippenspiel und eine lebende Krippe gehören ebenso zum Programm wie die Wunschzettel-Ausstellung im Zehentstadel. Stimmungsvolle Live-Musik rundet den Christkindlmarkt ab. Weitere Einzelheiten zum Programm werden noch bekannt gegeben.

Bürgermeisterin Petra Lutz freut sich darauf, den Hemauer Christkindlmarkt gemeinsam mit den Besucherinnen und Besuchern neu zu erleben: „Ich wünsche mir, dass unser Christkindlmarkt ein Ort ist, an dem man gerne länger bleibt, Bekannte trifft und sich gemeinsam auf Weihnachten einstimmt. Mit dem neuen Termin und dem kompakteren Gelände wollen wir genau dafür die Voraussetzungen schaffen. Ich freue mich auf viele schöne Begegnungen und einen Christkindlmarkt, der unseren Tangrintel in der Adventszeit zum Leuchten bringt."

TEXT UND BILD: DORIS WIRTH

Auf einen Blick

Der Hemauer Christkindlmarkt findet am Samstag, den 19. Dezember 2026, von 11 bis 20 Uhr am Rathausparkplatz und in einem Teilbereich des Rathausgartens statt.



Das Hemauer Christkind wird wieder für jede Menge Weihnachtsstimmung auf dem Christkindlmarkt sorgen. 2025 übernahm Ida Dlapka die Rolle.



ZURICH

„Und wo sind Versicherungen, wenn man sie mal braucht?“

Also wir sind hier.



gabler allfinanz gmbh
Roter Bügel 1
Hohenschambach
Telefon 09491 952250
zurich.de/gabler-allfinanz

Neue SCHULRANZEN KOLLEKTION

AB 11. JANUAR 2027



TOLLE NEUHEITEN & NEUHEITENRABATT

TOP FACHBERATUNG · 4 JAHRE GARANTIE · REGENSCHUTZ GRATIS

REDUZIERTE AUSLAUFMODELLE · GRATIS MALBOX

10€ Gutschein

EXTRA SPAREN BEIM SCHULSTART!
10 € Einkaufsgutschein auf die Schulartikelliste sichern.

Entdecke die neuen Schulranzen und finde mit unserer Fachberatung den perfekten Begleiter für den Schulstart!

FRANKHAUSER
SCHREIBEN | SPIELEN | SCHENKEN

spielwaren@frankhauser.de 09491 532
Am Gewerbebogen 3, 93155 Hemau frankhauser.de

Aichkirchner Adventszauber

Sonntag, 6.12.2026
Beginn ab 15 Uhr



Besonderes Highlight:
Um 17 Uhr kommt der Nikolaus!

Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Wir freuen uns auf schöne Stunden in weihnachtlicher Atmosphäre und wünschen allen Vereinsmitgliedern, Fans und Gönnern ein schönes Weihnachten 2026 und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2027.

Euer SV Aichkirchen

20% Rabatt* auf einen Artikel Ihrer Wahl
*Wird gewährt auf nicht rezeptpflichtiges, lagerndes Warensortiment gegen Vorlage dieses Coupons in der Arbor Apotheke in Hemau. Nicht kombinierbar mit bereits reduzierten Waren. Gültig bis 31. Januar 2027!

Strahlende Akzente für's Fest!

Arbor Apotheke
natürlich gesund



Adventsaktion: Unsere Keramik-Teelichthalter spenden stimmungsvolles Licht und hoffentlich etwas weihnachtliche Vorfreude als Gratisbeigabe zum Einkauf* in Ihrer

Arbor Apotheke
natürlich gesund

Bitte beachten Sie auch unser Weihnachtsprospekt demnächst in Ihrem Briefkasten!

Rezepte ganz einfach und voll digital in der Arbor Apotheke einlösen, mit der gesund.de-App!

App kostenlos herunterladen! Scan den QR-Code mit der Handycam!

JETZT BEI Google Play
Laden im App Store

*Täglich einen Teelichthalter pro Einkauf von lagernden, nicht rezeptpflichtigen Artikeln ab einem Warenwert von 20,- Euro in der Arbor Apotheke in Hemau.
Nur solange der Vorrat reicht!

Arbor Apotheke - Inh.: Monika Vollmer • Riedenburger Str. 4, 93155 Hemau • ☎ 09491 9523 82 0 • gesund.de/apotheke/arbor-apotheke-93155-hemau

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr

Das RegionalFit-Team wünscht seinen Lesern und Geschäftspartnern eine besinnliche Adventszeit, ein gesegnetes Weihnachtsfest sowie Gesundheit und Zufriedenheit im kommenden Jahr.
Wir bedanken uns für das geschenkte Vertrauen.

waldhier
medienagentur – marketing



Bild: pixabay.de



Michaelimarkt Hemau 2026

Perfektes Wetter, buntes Markttreiben und viel Herz für den guten Zweck

Sonne, zahlreiche Aktionen und ein abwechslungsreiches Programm lockten die Besucherinnen und Besucher zum diesjährigen Michaelimarkt nach Hemau. Auch die Spendenaktion „Mitradeln – jeder Kilometer zählt" war ein voller Erfolg.

Bei bestem Spätsommerwetter fand der diesjährige Michaelimarkt in Hemau statt und bot den Besucherinnen und Besuchern einen abwechslungsreichen Tag mit zahlreichen Angeboten, Aktionen und Unterhaltung im gesamten Stadtgebiet. Der Fachgeschäftekreis Hemau konnte sich über ein gelungenes Marktgeschehen und die rege Beteiligung der örtlichen Unternehmen, Geschäfte, Aussteller und Fieranten freuen.

Die teilnehmenden Firmen, Geschäfte, Gastronomen und Aussteller präsentierten sich mit vielfältigen Angeboten und kreativen Aktionen. Neben dem bunten Markttreiben sorgten die musikalische Umrahmung und verschiedene Showauftritte für Unterhaltung. Ein weiterer Anziehungspunkt war die Autoschau, bei der sich die Besucher über aktuelle Fahrzeugmodelle informieren und diese aus nächster Nähe betrachten konnten.

GEMEINSAM RADELN UND GUTES TUN

Ein besonderer Höhepunkt des diesjährigen Michaelimarkts war die Spendenaktion „Mitradeln – jeder Kilometer zählt". Zahlreiche Radlerinnen und Radler beteiligten sich spontan an der Aktion und wurden dabei von verschiedenen Teams und Sponsoren unterstützt. Gemeinsam konnten so 600 Euro für das Kinderheim Hemau erradelt werden.

Die Spendensumme wird vom Fachgeschäftekreis und den Sponsoren zusätzlich aufgestockt, damit alle 27 Kinder des Kinderheims gemeinsam mit ihren Betreuerinnen und Betreuern einen besonderen Ausflug unternehmen können. Ihr Wunsch ist es, Anfang des kommenden Jahres nach München zu fahren und dort das Kindermusical „ANOUK" von Peter Maffay zu besuchen.

Mit einem Ticketpreis von 50 Euro pro Person soll durch die zusätzliche Unterstützung sichergestellt werden, dass wirklich alle Kinder und ihre Betreuer an diesem gemeinsamen Erlebnis teilnehmen können. Der Ausflug soll den Kindern einen unvergesslichen Tag mit vielen schönen gemeinsamen Erinnerungen ermöglichen.

EIN GROSSES DANKESCHÖN AN ALLE BETEILIGTEN

Der Fachgeschäftekreis Hemau bedankt sich herzlich bei allen, die zum Gelingen des Michaelimarkts beigetragen haben. Ein besonderer Dank gilt den Sponsoren der Spendenaktion, den zahlreichen Radlerinnen und Radlern sowie allen Unternehmen, Geschäften, Ausstellern, Gastronomen und Fieranten, die mit ihrem Engagement den Markt bereichert haben.



Ebenso gilt der Dank allen Mitwirkenden des Bühnenprogramms – vor allem auch den Showtanz-Mädels und dem wunderbaren Moderatoren-Duo Bettina und Robert Göll, die für tolle Unterhaltung gesorgt haben, sowie der Stadt Hemau und den Mitarbeitern des Bauhofs, dem Organisationsteam, der Fotografin und allen fleißigen Helferinnen und Helfern im Hintergrund. Nicht zuletzt haben die vielen Besucherinnen und Besucher mit ihrem Kommen für ein lebendiges Marktgeschehen gesorgt.

Der Michaelimarkt hat einmal mehr gezeigt, wie viel durch gemeinsames Engagement vor Ort bewegt werden kann. Mit vielen schönen Eindrücken und einer gelungenen Spendenaktion blickt der Fachgeschäftekreis Hemau auf einen erfolgreichen Markttag zurück und freut sich auf die nächste Ausgabe.

TEXT: MELANIE HELLER
BILDER: NATHALIE FERSTL



Spitzwegerich, *Plantago lanceolatus*

Bilder: pixabay



Tangrintler Gwax

Fachwissen zum Spitzwegerich von Sabine Rosner

Plantago lanceolatus, der Spitzwegerich, ist eine Pflanze, die bei uns auf Wegen, Wegrändern, Äckern und Trockenwiesen in großer Zahl zu finden ist. Kein Wunder, dass ihr Name „Wegerich“ übersetzt Herrscher oder König des Weges bedeutet, zumal die Samen bei Feuchtigkeit quellen und an den Fußsohlen, Hufen und Pfoten kleben und somit überall von Mensch und Tier auf den Wegen verbreitet werden. Auch der lateinische Name „_Plantago_“ leitet sich von „_planta_“ = Fußsohle ab. Die Indianer nannten diese Pflanze „Fußabtritt des weißen Mannes“, da sie erst durch die weißen Siedler nach Amerika gebracht wurde. Neben dem Spitzwegerich, _Plantago lanceolatus_, gibt es noch den Breitwegerich, _Plantago major_, und den Mittleren Wegerich, _Plantago media_.

Der Spitzwegerich ist eine ausdauernde, krautige Pflanze, die fast über den ganzen Erdball verbreitet ist und in den Bergen bis in 3000 m Höhe wächst. Aus einem kurzen, dicken Rhizom entspringen die meist aufrechtstehenden Grundblätter. Sie sind lanzettlich, woher auch der lat. Name „_lanceolatus_“ = „kleine Lanze“ stammt. Aus der Grundrosette entspringen die bis zu 50 cm hohen, gefurchten Stängel, an deren Ende die Blütenähren von Mai bis September stehen. An den Blättern fallen die fünf bis sieben parallelen Blattnerven auf, die an der Unterseite stark hervortreten und zäh sind, wenn man sie anreißt. Sie können oft aus den angerissenen Blättern wie Fäden herausgezogen werden und erinnern an Muskelstränge. Da den Pflanzen im Gegensatz zu den Tieren die Möglichkeit zur Fortbewegung mit Muskeln fehlt, zeigt der Spitzwegerich hier, dass er über tierische Anteile verfügt, die sich in seiner Verbreitung über Mensch und Tier und in der Signatur der Blätter ausdrückt.

Auch den Blüten des Spitzwegerichs fehlt diese Harmonie, wie wir sie sonst von Pflanzen her kennen, und wir finden auch bei ihnen eher tierische Strukturen, wie die stark behaarten Griffel und die Kelch- und Kronblätter, die eher einen insektenartigen Charakter haben. So ist in der Erscheinung des Spitzwegerichs, der Signatur, wie die Botaniker das nennen, deutlich ein Bezug zum Tierischen und damit zur Emotionalität zu erkennen, die die Tiere von den Pflanzen unterscheidet. Was wir für weiße

Blütenblätter halten, sind die Staubgefäße, die männlichen Anteile der Blüte, die weit aus der Blütenähre herausragen. Die weiblichen Blütenorgane sehen wie kleine Mäuseschwänzchen aus.

Als Heilpflanzen wurden verschiedene Wegericharten schon in der Antike von griechischen und römischen Ärzten verwendet. Dioskurides lobt ihre adstringierende und austrocknende Kraft bei Wunden, Bissen und Stichen von Tieren. Auch in der Literatur des Mittelalters nimmt der Wegerich einen großen Raum ein. In einem angelsächsischen Kräuterbuch aus dem 11. Jahrhundert wird er nach dem Beifuß als „Mutter aller Kräuter" bezeichnet, Hildegard von Bingen empfahl ihn, um sich von angezauberter Liebe frei zu machen, und Albertus Magnus hielt ihn für das beste Mittel gegen Geschwüre. Shakespeare zitiert in seinen Werken mehrfach den Wegerich als Mittel gegen Hautverletzungen. Vielleicht war ihm bekannt, dass für Heinrich VIII., der nur kurz vor Shakespeare gelebt hatte, am St. James College eine Salbe, das Kings Graces Oyntement (des Königs gnädigste Salbe) hergestellt wurde, um „das königliche Glied zu kühlen und zu beruhigen". Kräuterpfarrer Kneipp beschreibt die Wirkung des Wegerichs: „Wie mit Goldfäden näht der Wegerich-Saft den klaffenden Riss zu, und wie an Gold sich nie Rost ansetzt, so flieht den Spitzwegerich jede Fäulnis und faules Fleisch."

Spitzwegerich enthält Schleimstoffe, Iridoidglykoside, allen voran das Aucubin, Phenylethanoide wie Acteosid, Kieselsäure, Flavonoide, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Saponine, ätherisches Öl und Zink. Er wirkt entzündungshemmend, schleimlösend, antibakteriell, blutreinigend, blutstillend und harntreibend, was den enthaltenen Schleimstoffen, dem Glykosid Aucubin, Gerbstoffen und Kieselsäure zu verdanken ist. Die Schleimstoffe wirken reizmildernd auch bei Husten, sie überziehen die Schleimhäute der Atemwege sozusagen mit einer Schutzschicht, die Entzündungen heilen und neue Virenangriffe abwehren kann. Aber auch das natürliche Antibiotikum Aucubin und die Gerbstoffe wirken sich günstig auf die Schleimhäute aus, befreien befallene Areale von Bakterien und stoppen Entzündungen. Die Kieselsäure schließlich stärkt das Bindegewebe und wirkt dadurch günstig auf die Immunabwehr.

Darüber hinaus ist der Spitzwegerich auch eine krampflösende Pflanze, was ihn zu einem wunderbaren Mittel bei allen Arten von Husten macht. Speziell, wenn der Husten sehr tief sitzt und der Patient mit großer Anstrengung versucht, den Schleim von ganz unten nach oben zu husten, ist der Spitzwegerich angezeigt. Er kommt vor allem als Tee, Saft oder Sirup zum Einsatz. Zur Saftgewinnung werden die Blätter ausgepresst. Für den Sirup wird das Kraut entweder mit Honig oder Zucker eingekocht oder kalt angesetzt. Bevor es Apotheken gab, wurde von vielen Kräuterkundigen ein sogenannter Erdkammersirup angesetzt. Dazu wurden Spitzwegerichblätter abwechselnd mit Kandiszucker schichtweise im Frühjahr in ein Glas gefüllt und in der Erde vergraben. Nach 3-4 Monaten unter der Erde musste der Saft nur noch abfiltriert werden, und nach kurzem Erwärmen auf 70 Grad konnte der Hustensaft in Flaschen abgefüllt werden.

> **Um Fußpilz und Blasen vorzubeugen, legte man sich früher Spitzwegerichblätter in die Schuhe.**
>
> *Sabine Rosner*



Mittlerer Wegerich, *Plantago media*

Auch äußerlich wird der Spitzwegerich verwendet. Früher wusste jedes Kind bei Verletzungen in der freien Natur, wenn nichts anderes greifbar war, ein Spitzwegerichblatt auf die Wunde zu geben, damit sofort die Blutung zu stillen und durch seine leicht antibiotische Wirkung einer Infektion vorzubeugen. Bei Insektenstichen wurden die Blätter gegen den Juckreiz aufgelegt, und um die Füße zu erfrischen und Fußpilz und Blasen vorzubeugen, legte man sich früher Spitzwegerichblätter in die Schuhe.

Vom Wesen her ist der Spitzwegerich etwas für hitzige Menschen mit starker Emotionalität, die sie schwer kontrollieren können. Diese Emotionalität, dieser tierische Aspekt der Pflanze, den ich schon bei ihrer Signatur beschrieben habe, kann den Menschen, die Spitzwegerich brauchen, die Luft zum Atmen nehmen und so tief sitzen wie der bellende Husten, der sie quält. Oder sie verleitet sie im Eifer des Gefechts Dinge zu tun oder zu übersehen, die dazu führen, dass sie sich verletzen. Der Spitzwegerich hilft uns im Umgang mit dem, was wir als „negativ" bewerten. Er lässt uns negative Gedankenmuster loslassen, in allem die Schönheit sehen und uns wieder aufzurichten – auch wenn wir wie der Wegerich täglich getreten werden.

TEXT: SABINE ROSNER



Breitwegerich, *Plantago major*



WINTERFAHRTEN 2026/2027

04.12.–06.12.2026
Winterspezial Rotterdam
pro Person im DZ ab **339 €**

Abfahrt: 04:00 Uhr ab Regensburg, Übernachtung mit Frühstück, Reiseleitung Rotterdam, Hafenrundfahrt

11.–13.12.2026
Berlin im Advent
pro Person im DZ ab **289 €**

Abfahrt: 05:30 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Frühstück, 1 x Abendessen, 1 x Stadtrundfahrt

11.–13.12.2026
Wien im Adventsglanz
pro Person im DZ ab **399 €**

Abfahrt: 06:15 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Frühstück, Stadtführung, Grand Tour Schloss Schönbrunn

19.–20.12.2026
Prag im Advent
pro Person im DZ ab **129 €**

Abfahrt: 06:00 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Frühstück, Stadtbesichtigung Altstadt und Burgviertel

SILVESTER 2026

29.12.2026 – 02.01.2027
Silvester in Südtirol
pro Person im DZ ab **629 €**

Abfahrt: 07:00 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Halbpension, 1 x Silvestermenü, Stadtführung Roverto uvm.

29.12.2026-02.01.2027
Silvester in der Toskana
pro Person im DZ ab **749 €**

Abfahrt: 04:00 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Halbpension, Stadtführung Pisa und Lucca uvm.

30.12.2026-02.01.2027
Zum Jahreswechsel in die Donaumetropole Prag
pro Person im DZ ab **549 €**

Abfahrt: 07:00 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Halbpension, Silvesterfeier, Stadtführung Altstadt, Kleinseite und Burgviertel

29.12.2026-02.01.2027
Silvester Kvarner Bucht
pro Person im DZ ab **749 €**

Abfahrt: 05:00 Uhr ab Pollenried, Übernachtung mit Halbpension, Reiseleitung Insel Krk Rundfahrt uvm.

TAGESFAHRTEN 2027

06.01.2027
Pottenstein in Flammen
pro Person **42 €**

09.01.2027
Holiday on Ice in München
pro Person **32 €** zzgl. Karte

10.01.2027
Circus Krone in München
pro Person **32 €** zzgl. Karte

10.01.2027
„World-Cup“ Biathlon in Ruhpolding
pro Person **60 €** zzgl. Karte

27.03.2027
Musicalfahrt Stuttgart
pro Person **48 €** zzgl. Karte

MEHRTAGESFAHRTEN 2027

03.01.–05.01.2027, 3 Tage
Elbphilharmonie Hamburg
pro Person im DZ ab **469 €** incl. Konzertkarte

17.01.–20.01.2027, 4 Tage
Berlin „Grüne Woche“
pro Person im DZ ab **329 €**

24.01.–27.01.2027, 4 Tage
Winterreise Bernina Express
pro Person im DZ ab **639 €**

30.01.–02.02.2027, 4 Tage
Karneval in Venedig
pro Person im DZ ab **429 €**

18.02.–23.02.2027, 6 Tage
Zitronenfest Menton und Karneval Nizza
pro Person im DZ ab **529 €**



Bild: kordi_vahle_pixabay

70 JAHRE

✓ Zentrale Zustiegsstellen
✓ Feste Sitzplatzgarantie
✓ Fahrt mit eigenen Reisebussen

Alle Reisen unter www.sammuellergmbh.com

SAMMÜLLER REISEN

☎ 09404 9512-11 und ☎ 09404 961430

Sammüller GmbH · Deuerlinger Str. 10 · 93152 Nittendorf · Tel. 09404 9512-0 · reisen@sammuellergmbh.com · www.sammuellergmbh.com



GmbH

SAMMÜLLER

...einfach gut ankommen!

19.02.-21.02. und 26.02.-28.02.2027, 3 Tage
Hamburg mit Musical Besuch
pro Person ab **299 €** incl. Karte

26.02.-27.02.2027, 2 Tage
Gardasee „Con Gusto“
pro Person im DZ ab **229 €**

03.03.-07.03.2027, 5 Tage
Die Thermen in Meran erleben
pro Person im DZ ab **469 €**

06.03.-07.03.2027, 2 Tage
Prag
pro Person im DZ ab **129 €**

12.03.-14.03.2027, 3 Tage
Friedrichstadtpalast Berlin
pro Person im DZ ab **299 €** incl. Karte Kat. 4

13.03.-14.03. 2027, 2 Tage
Wien
pro Person im DZ ab **139 €**

16.03.-19.03.2027, 4 Tage
Budapest
pro Person im DZ ab **399 €**

19.03.-21.03.2027, 3 Tage
Semperoper Dresden Ballett „Carmen“
pro Person im DZ ab **269 €** incl. Karte

20.03.-21.03., 2 Tage
Starlight Express Bochum
pro Person im DZ ab **199 €** zzgl. Karte

20.03.-25.03.2027, 6 Tage
Wellnessurlaub in Bad Heviz
pro Person im DZ ab **599 €**

21.03.-24.03. und 08.04.-11.04.2027, 4 Tage
Frühling Gardasee: Hotel Riva in Riva del Garda
pro Person im DZ ab **309 €**

24.03.-27.03.2027, 4 Tage
London
pro Person im DZ ab **599 €**

25.03.-30.03.2027, 6 Tage
Rom
pro Person im DZ ab **799 €**

26.03.-01.04.2027, 7 Tage
Amalfiküste
pro Person im DZ ab **689 €**

27.03.-30.03.2027, 4 Tage
Südtirol zur Osterzeit
pro Person im DZ ab **499 €**

04.04.-06.04.2027, 3 Tage
Fahrt ins Blaue
pro Person im DZ ab **269 €**

05.04.-10.04.2027, 6 Tage
Cinque Terre
pro Person im DZ ab **629 €**

07.04.-16.04.2027, 10 Tage
Apulien
pro Person im DZ ab **1.299 €**

11.04.-14.04.2027, 4 Tage
Gardasee „Dolce Vita“
pro Person im DZ ab **439 €**

11.04.-15.04.2027, 5 Tage
Tulpenblüte in Slowenien
pro Person im DZ ab **529 €**

13.04.-16.04.2027, 4 Tage
Slowenisch-kroatisch Istrien
2 Personen im DZ ab **777 €**

15.04.-20.04.2027, 6 Tage
Blumenriviera
pro Person im DZ ab **579 €**

17.04.-18.04.2027, 2 Tage
Dresden
pro Person im DZ ab **149 €**

19.04.-24.04.2027, 6 Tage
Schlösser der Loire
pro Person im DZ ab **899 €**

21.04.-25.04.2027, 5 Tage
Malerisches Istrien
pro Person im DZ ab **459 €**

22.04.-25.04.2027, 4 Tage
Tulpenrausch am Gardasee
pro Person im DZ ab **399 €**

26.04.-29.04.2027, 4 Tage
Tulpenblüte in Holland
pro Person im DZ ab **499 €**

30.04.-04.05.2027, 5 Tage
Ossiacher See
pro Person im DZ ab **499 €**

04.05.-09.05.2027, 6 Tage
Sardinien
pro Person im DZ ab **839 €**

06.05.-09.05.2027, 4 Tage
Kultur und Wellness in Abano Terme
pro Person im DZ ab **469 €**



REISEGUTSCHEINE

... das besondere Weihnachtsgeschenk!

Auf Gutscheine ab 150 Euro erhalten Sie in der Weihnachtszeit ab erstem Adventswochenende

5 % Rabatt.

Weitere Infos und Reisen finden Sie auf unserer Homepage www.sammuellergmbh.com

16.05.-20.05.2027, 5 Tage
Friesland
pro Person im DZ ab **699 €**

18.05.-23.05.2027, 6 Tage
Frühling Toskana
pro Person im DZ ab **539 €**

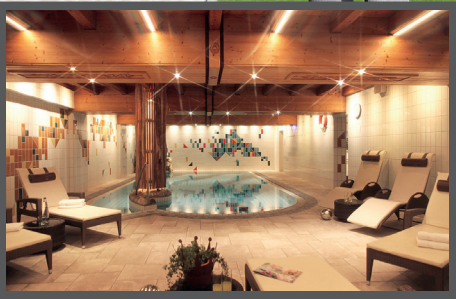
24.05.-29.05.2027, 6 Tage
Lago Maggiore
pro Person im DZ ab **699 €**

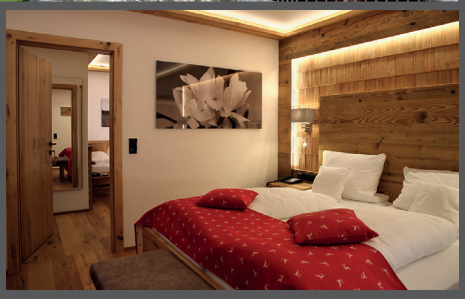
22.08.-29.08.2027, 8 Tage
Rhône Route Provence mit der „A-ROSA STELLA“
p. P. in einer 2-Bett-Kabine, inkl. Bus ab **1198 €**



Mediaagentur: www.Tourismus-Marketing-Bayern.de







DAHOAM BEIM SINGENDEN WIRT

Wellness, Musik & Natur in Elisabethszell im Bayerischen Wald

NOVEMBERTRAUM
MIT VIELEN HIGHLIGHTS
1.11.2026 – 04.12.2026
von Sonntag – Freitag (außer Feiertag)
2 ÜN Halbpension p. P. ab € 222,-
4 ÜN Halbpension p. P. ab € 444,-

WELLNESS - SCHNÄPPCHENTAGE
22.11. – 25.11.2026
2 ÜN Halbpension p. P. ab € 199,-
3 ÜN Halbpension p. P. ab € 299,-

TRAUMWOCHENENDE IM NOV./DEZ.
06.11.2026 - 06.12.2026
2 ÜN Halbpension p. P. ab € 242,-

Alle Preise verstehen sich pro Person.
Weitere Angebote finden Sie auf der Homepage
www.singenderwirt.de

„AUSZEIT“ INKLUSIVE

- vielfältiges Frühstücksbuffet
- 4-Gänge-Menü am Abend mit Salatbuffet
- Wellness & Erholung im Innen-/Außenbereich
- Tee- Obst Bar zum freien Genuss
- prickelnder Begrüßungsdrink zur Anreise
- geführte Wanderung mit Stefan
- Saunatücher & Leihbademantel
- kostenlose Parkplätze
- Nachmittagsverlängerung kostenlos am Abreisetag (nach Zimmer-Check-Out noch bis 18 Uhr Wellness genießen)
- Mehrmals wöchentlich Musik & Tanzveranstaltungen



Mariandl
SINGENDER WIRT
Musik- & Wellnesshotel
✦✦✦✦

Hotel Mariandl - Singender Wirt, Inh.: Stefan Dietl, Azoplatz 3, D-94353 Elisabethszell
Tel. 0049 9963 / 2990, info@singenderwirt.de, www.singenderwirt.de

elma – der flexible Fahrservice

Registrieren	Über die kostenlose elma-App im App Store und Google Play Store, die Website, in den Verwaltungen der beteiligten Gemeinden oder im RVV-Kundenzentrum
Buchen	Digital über die elma-App oder die Web-App, telefonisch von Montag bis Freitag zwischen 9 und 22 Uhr unter der kostenfreien **Hotline 0800 220 220 0**, Buchung ist bis zu 7 Tage im Voraus möglich
Bedienzeiten	Mo. – Fr. von 9 bis 22 Uhr (nicht an Feiertagen)
Bezahlen	Über die elma-App (Kreditkarte, SEPA-Lastschrift und PayPal) oder direkt im Fahrzeug
Bediengebiet	Im westlichen Landkreis Regensburg: Marktgemeinden Beratzhausen, Laaber und Nittendorf, Gemeinden Brunn, Deuerling, Sinzing und Teilbereiche der Gemeinden Duggendorf und Kallmünz sowie die Stadt Hemau – elma verbindet eine Fläche von 380 Quadratkilometern mit insgesamt 46.000 Einwohnern
Haltestellen	Über 900 virtuelle und reguläre Haltepunkte verkürzen die Fußwege der Fahrgäste: Der nächste Ein- oder Ausstiegspunkt ist maximal 300 Meter entfernt.



Ridepooling	Das System bündelt die Fahrtwünsche verschiedener Fahrgäste mit ähnlichem Start- und Zielort und berechnet die effizienteste Route. Dadurch werden Leerfahrten vermieden, das Verkehrsaufkommen reduziert und die Umwelt geschont.
Fahrzeuge	Klimafreundlich und barrierefrei: Im Einsatz sind vier elektrisch betriebene Mercedes Vito mit Platz für jeweils bis zu sieben Personen. Eines der Fahrzeuge ist speziell für die Beförderung von Rollstuhlfahrern umgerüstet.
Preise	Mit RVV-Ticket (auch Deutschlandticket): 2,00 € Aufpreis-Ticket elma; Vorteil für Gruppen: Bei gleichzeitiger Buchung für mehrere Personen mit RVV-Ticket fällt der elma-Aufpreis nur einmal an! Ohne RVV-Ticket: 3 Euro elma-Ticket
MEHR INFOS	www.elma-mobil.de



Foto: Hans-Christian Wagner, Montage Creativ Concept

Ein herzliches Dankeschön an unsere Fahrgäste!

Ob Regionalbus, Rufbus, Fahrservice „elma“ oder Carsharing „carl“ – danke an alle, die unser Mobilitätsangebot nutzen.

Wir wünschen Ihnen eine schöne Vorweihnachtszeit, ein friedvolles Weihnachtsfest und einen guten Rutsch in das Jahr 2027.

Ihre landkreiseigene Nahverkehrsgesellschaft GFN



GFN Gesellschaft zur Förderung des öffentlichen Personennahverkehrs im Landkreis Regensburg mbH

BREIT GEFÄCHERT UND REGIONAL FIT



Werben Sie erfolgreich im Magazin

REGIONALFIT

UNSER MAGAZIN BIETET:

- Hochwertige Qualität und idealen Seitenumfang
- Konstante Erweiterung Ihres Kundenkreises
- Modernes, farbiges Design
- Auflage ca. 40.000 inkl. Newsletter
- Persönliche Kundenberater vor Ort
- Die Auflage wird direkt an Haushalte in Teilgebieten der Landkreise Regensburg, Kelheim, Neumarkt und Eichstätt verteilt
- An über 850 Verteilstellen werbewirksam ausgelegt
- Newsletter zum Blättern und Nachschauen unterwegs

Das Firmen-Magazin mit Fachinformationen und Berichten aus Ihrer Region

IHRE ANSPRECHPARTNER FÜR IHRE ERFOLGREICHE WERBUNG:
ALBERT WALDHIER, STEFANIE LANDFRIED
INFO@MEDIENHAUS-WALDHIER.DE, WWW.MEDIENHAUS-WALDHIER.DE
LAUTERSEE 3, 93155 HEMAU, TEL. 0 94 99 94 27 22

waldhier
medienagentur – marketing

BERICHTE AUS DEM VERTEILUNGSGEBIET



WEIHNACHTSMÄRKTE



40 JAHRE KINSKOFER



SAMMÜLLERS REISEZIELE



REGIONALFIT

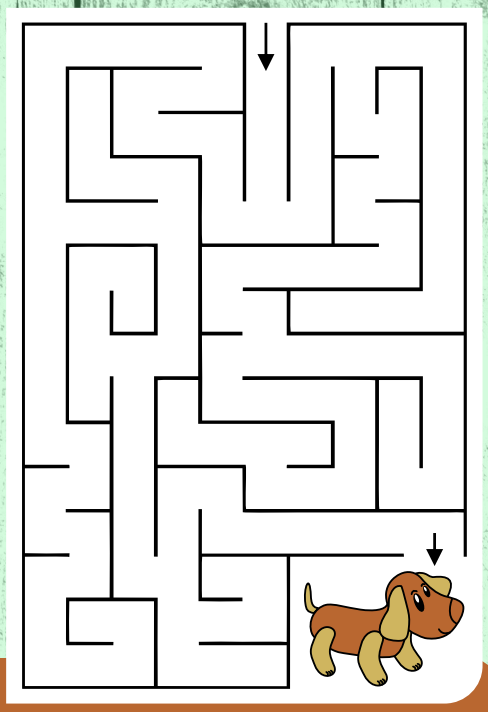
IHRE ANSPRECHPARTNER VOR ORT:



STEFANIE LANDFRIED:
Medienberatung
Firmenmagazin RegionalFit
Tel. 0 94 99 94 27 22
vertrieb@medienhaus-waldhier.de
www.medienhaus-waldhier.de

ALBERT WALDHIER:
Projektleitung
Firmenmagazin RegionalFit
Tel. 0 94 99 94 27 22
info@medienhaus-waldhier.de
www.medienhaus-waldhier.de

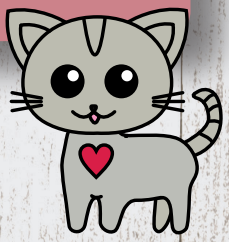




Oskar hat sich verirrt.
Findest du den Weg zu ihm?



Kleine Rätsel für trübe Herbsttage



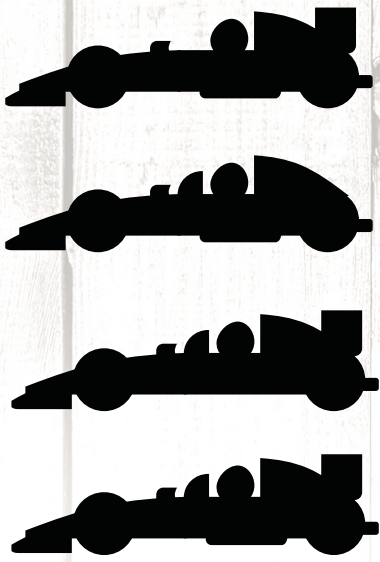
Buchstabengitter mit 8 Tieren

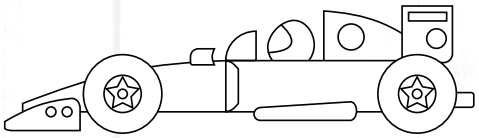
A	Z	Z	W	T	O	L	W	S	K	V	B	M	N	Q	E
R	E	E	K	R	O	K	O	D	I	L	H	J	K	L	Ö
Y	B	C	V	B	N	S	H	U	L	L	E	R	T	U	A
S	R	A	D	Q	W	E	R	M	H	U	N	D	L	Ä	F
F	A	L	J	N	E	R	Z	U	I	L	K	J	F	S	X
R	E	W	V	X	N	W	Z	T	E	O	P	K	B	M	S
W	Z	E	D	A	G	I	R	A	F	F	E	T	W	R	Q
E	T	U	F	S	Q	Y	V	X	B	M	A	U	S	Ö	M
I	W	E	T	R	Z	M	A	N	V	H	G	S	S	U	W
W	F	H	L	C	E	W	Q	D	S	T	U	I	O	G	A
S	F	S	T	R	E	S	W	C	Y	W	R	T	M	N	F
X	A	G	I	Z	A	I	S	K	E	L	E	F	A	N	T
A	P	X	G	F	N	M	E	T	Z	U	D	K	C	L	A
W	E	F	E	Z	J	F	K	L	M	C	W	R	T	W	R
D	G	J	R	U	T	I	R	Q	K	A	T	Z	E	U	S

Krokodil
Elefant
Tiger
Giraffe
Katze
Zebra
Hund
Maus

Die gesuchten Tiere verstecken sich senkrecht oder waagrecht im Buchstabengitter!

Welcher Schatten ist der richtige?





Romantischer Weihnachtsmarkt im historischen Berching

12.12.2026, 16-22 Uhr
13.12.2026, 13-19 Uhr

Krippenausstellung
im Caritas-Seniorenheim

Große Tombola

Kinderandacht mit Lichterzug
Samstag, 17 Uhr, St. Lorenz Kirche

über 60 Aussteller

Musikalisches Rahmenprgoramm

Umfangreiches Kinderprogramm

Kunsthandwerk & Ausstellung

Weitere Infos zum Programm gibt es unter
www.werbegemeinschaft-berching.de

Wintergrün & Lichterglanz bei der Gärtnerei Obermeier



Mit unserer jährlichen Adventsausstellung fängt der Weihnachtszauber in der Gärtnerei Obermeier in Parsberg erst richtig an! Wir – vier junge Floristen – haben unseren Blumenladen in eine stimmungsvolle Weihnachtswelt voller kreativer Ideen verwandelt. Ob schlicht und natürlich oder festlich und modern: Wir bringen winterlichen Glanz und weihnachtliche Stimmung in Ihr Zuhause.



Wussten Sie schon? Für unsere handgebundenen Adventskränze verwenden wir nur frische Tanne vom Bogenhof bei Velburg!

WINTERGRÜN & LICHTERGLANZ

Moderne & klassische Adventsfloristik

Handgebundene Adventskränze

Inspirationen & Dekorationen für's eigene Zuhause

Wir zünden mit jeder Kerze ein neues *Angebot!*

Vier Adventswochen - Vier Angebote

Wir freuen uns darauf, Sie in der Adventszeit zu begrüßen.

Öffnungszeiten

Montag - Freitag:
08:00 - 12:00 Uhr & 13:00 - 18:00 Uhr

Samstag:
08:00 - 12:00 Uhr

Adventsausstellung

Freitag 20.11. 08:00-18:00 Uhr
Samstag 21.11. 16:00-19:00 Uhr

Gärtnerei Obermeier

Rotkreuzstraße 5 92331 Parsberg
Gärtnerei: 09492 906324
Floristik: 09492 902440

www.obermeier-gartenbau.de

REGIONALFIT



Willkommen bei RegionalFit Magazin!

Entdecken Sie unser hochwertiges Magazin mit fachlichen Informationen und Berichten aus Ihrer Region. Seit 1998 ist das RegionalFit Magazin bestrebt, lokale Unternehmen und Gemeinden zu stärken. Mit einer Auflage von ca. 40.000 Exemplaren pro Ausgabe erreichen wir Haushalte in den Gebieten der Landkreise Regensburg, Kelheim, Neumarkt und Eichstätt sowie über 820 Verteilstellen. Unsere moderne und farbenfrohe Gestaltung macht jede Ausgabe zu einem visuellen Genuss. Unsere persönlichen Kundenberater vor Ort stehen Ihnen bei der Planung Ihrer Werbung zur Seite. Verpassen Sie nicht unsere quartalsweise aktualisierte Ausgabe und abonnieren Sie kostenlos die Online-Ausgabe für exklusiven

REGIONALFIT NEWSLETTER

Sichern Sie sich die kostenlose Online-Ausgabe!
Abonnieren Sie jetzt kostenfrei!
WWW.MEDIENHAUS-WALDHIER.DE oder

REGIONALFIT ABONNEMENT

Wir versenden die RegionalFit auch im **Abo zum Preis von 19,50 €/Jahr.**
Bestellen Sie einfach per Tel. 09499 942722
oder E-Mail: info@medienhaus-waldhier.de.



Lupburger Weihnachtsmarkt



in der mittelalterlichen Burganlage

Samstag, 5. Dezember 2026

16:00 Uhr	Eröffnung durch Pfarrer Rakete und Bürgermeister Hierl mit dem Spielmannszug Lupburg
18:30 Uhr	Musikantentreff im Schützensaal
21:00 Uhr	Ausklang an den Buden und Ständen

Sonntag, 6. Dezember 2026

14:00 Uhr	Eröffnung durch Bürgermeister und den Grundschulchor anschließend kommt der Nikolaus zu den Kindern Kaffee und Kuchen im Schützensaal
14:30 Uhr	Jagdhornbläser
15:00 Uhr	Weihnachtliches Puppenspiel
16:00 Uhr	Weihnachtliches Puppenspiel
16:00 Uhr	Weihnachtskonzert mit der Blaskapelle Lupburg (Kirche)
17:30 Uhr	Weihnachtssingen mit dem Frauenbundchor Lupburg

Freier Eintritt - Änderungen vorbehalten

STADT
VELBURG

VELBURGER WEIHNACHTSMARKT

Eine Stadt zeigt Herz - zugunsten unserer diesjährigen Spendenaktion

11. - 13. Dezember 2026

- Bühnenprogramm mit Livemusik
- stimmungsvolles Konzert "Lichter im Advent" im Kulturzentrum Wieserstadl
- Krippenausstellung & Hobbykünstlermarkt
- täglicher Besuch von Christkind, Engeln & Nikolaus

am historischen Stadtplatz in Velburg





TOURISMUSBÜRO DER STADT VELBURG
Hinterer Markt 3 | 92355 Velburg
Tel.: 09182 9302-60
tourismus@velburg.de
www.velburg.de

NATÜRLICH IM BAYERISCHEN JURA

Weihnachts-markt

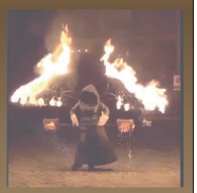
am Marktplatz Hohenfels

Eintritt frei

PROGRAMM

Samstag 5.12.2026

14.30 Uhr: Eröffnung der **Krippenausstellung im Pfarrheim**
(tgl. von 14.30 - 19.00 Uhr)
15.15 Uhr: Eröffnung durch Bürgermeister
und der Kolping Jugend-Blaskapelle Hohenfels
15.30 Uhr: Auftritt Kindergarten St. Josef Hohenfels
Anschließend: das Christkind kommt mit den Engeln
17.30 Uhr: Vorabendgottesdienst
20.00 Uhr:
Altmühltaler Bergteufl'n mit Feuershow
23.00 Uhr Ende



Sonntag 6.12.2026

15.00 Uhr Eröffnung der Stände
15.15 Uhr Auftritt Kolping Kinderchor Hohenfels
Für die Kinder kommt der Nikolaus
17.00 Uhr Jagdhornbläsergruppe
20.00 Uhr: Ende

- Vielerlei Schmankerl
- Verschiedenste Getränke
- Handwerkskunst und regionale Produkte
- Krippenausstellung an beiden Tagen

KINDER
Aktion für Kinder mit dem Pfarrgemeinderat im Pfarrheim am Sonntag ab 15.30 - 18.00 Uhr

GUT ZU WISSEN
Alle Einnahmen unterstützen die örtl. Vereine und Gewerbetreibenden

www.markt-hohenfels.de

7-TÄLER-STADT

Dietfurt a. d. Altmühl



DIETFURTER CHRISTKINDLMARKT

10. bis 13. Dezember 2026

Do, Fr. & Sa. ab 16 Uhr, So. ab 14 Uhr in Dietfurt rund ums Rathaus

Infos: Unsere Tourist-Info erreichen Sie unter 08464/640019.

Altmühl-Jura · 7 Täler · www.dietfurt.de

Parsberger Burgweihnacht



Freitag, 20.11. ab 17 Uhr
offizielle Eröffnung
durch den Bürgermeister

Samstag, 21.11. ab 15 Uhr

Sonntag, 22.11. ab 13 Uhr

Freitag, 27.11. 17 Uhr
Eröffnung durch das Christkind

Samstag, 28.11. ab 15 Uhr

Sonntag, 29.11. ab 13 Uhr

Eintritt frei!

& PROGRAMM

WWW.PARSBERGER-BURGWEIHNACHT.DE



Bild: Quatuor Agate 9

Ein Saal voller Geschichte, Klänge und Magie: Außergewöhnliche Konzerte im historischen Reitstadel Neumarkt

Historisches Ambiente, herausragende Akustik sowie eine spannende Auswahl mit bekannten und überraschenden Werken: Diese Kombination macht die Konzerte im Historischen Reitstadel in Neumarkt i.d.OPf. zu Musikerlebnissen der Extraklasse.

Am **24. März 2027** ist etwa die international renommierte **Geigerin Lisa Batiashvili**, die von Paris bis New York und von Oslo bis Rio de Janeiro schon auf den großen Konzertbühnen stand, in Neumarkt zu Gast. Mit ihrer Stiftung unterstützt die deutsche Künstlerin, die selbst in Georgien geboren wurde, Musiker aus ihrem Geburtsland – wie den jungen Pianisten Giorgi Gigashvili, mit dem sie in Neumarkt auftritt. Auf dem Programm stehen Kompositionen von Beethoven, Prokofiev und César Franck sowie ein neues Werk des georgisch-israelischen Komponisten Josef Bardanashvili.

Am **23. April 2027** erwartet das Publikum ein abwechslungsreiches **„Concert des Six“**: Das Streichquartett Quatuor Agate spielt zusammen mit der jungen amerikanischen Geigerin Hana Chang sowie dem Pianisten und Komponisten Jean-Sélim Abdelmoula aus der Schweiz. Gemeinsam lassen sie Werke von Edward Elgar, Fritz Kreisler und Ernest Chausson erklingen.

Außerdem dürfen sich die Konzertbesucher am **9. März 2027** noch auf einen Abend mit **drei Klaviertrios**, je einem Werk von Tschaikowsky, Schostakowitsch und Enescu, freuen. Auch für das Konzert des jungen israelischen **Pianisten Itai Navon** am **13. Mai 2027** sind noch einige wenige Karten zu haben.

Gemeinsam haben die Veranstaltungen den besonderen Aufführungsort: Der ursprünglich 1520 erbaute Reitstadel wurde im Zweiten Weltkrieg fast vollständig zerstört und in den 1980ern wieder aufgebaut. Dabei entstand der Konzertsaal, der heute als einer der besten Kammermusiksäle Europas gilt und der die gastierenden Künstler ebenso begeistert wie das Publikum. **Weitere Informationen unter www.tourismus-neumarkt.de und www.neumarkter-konzertfreunde.de.**



Bild: Reitstadel Neumarkt

Eine hervorstechende Akustik bietet der Neumarkter Reitstadel und ist daher beliebter Veranstaltungsort für renommierte Künstler..

Landkreis Neumarkt

Liebe Leserinnen und Leser,

wenn ich durch unseren Landkreis fahre, wird eines schnell deutlich: Den Landkreis Neumarkt gibt es in vielen Facetten. Er sieht in Neumarkt anders aus als in Dietfurt, in Berngau anders als in Parsberg und in Lauterhofen anders als in Freystadt. Jeder Ort hat seine eigene Geschichte und seine eigene Vorstellung davon, was ihn ausmacht.



Und gerade darin liegt für mich die Stärke unseres Landkreises. Aus vielen unterschiedlichen Orten ist ein gemeinsamer Landkreis geworden. Eine Region, die gut strukturiert ist und sich gleichzeitig ständig weiterentwickelt.

Unser Landkreis hat sich in den vergangenen Jahrzehnten verändert. Viele Orte sind gewachsen, neue Betriebe haben sich angesiedelt, Straßen und Verkehrswege wurden ausgebaut. Gleichzeitig gibt es vieles, das geblieben ist: Dazu gehören unsere Landschaft, die Traditionen, unsere Bodenständigkeit und unsere oberpfälzische Mentalität.

Als Landrat darf ich heute erleben, wie unterschiedlich die Perspektiven in unseren 19 Städten, Märkten und Gemeinden sind. Bei meiner Landkreistour zu den Gemeinden vor Ort geht es deshalb immer auch darum, genau hinzuschauen: Was bewegt die Menschen? Wo liegen die jeweiligen Stärken? Und was können wir gemeinsam voranbringen?

Der Landkreis Neumarkt hat eine starke Grundlage. Seine Vielfalt und vor allem die Menschen, die hier leben, geben ihm seinen besonderen Charakter.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Martin Meier
Landrat



















Alle Bilder im Portrait: © Landkreis Neumarkt – sofern nicht anders angegeben; Bilder: Melanie Winnerl, Christine Riel, Reinhard Mederer, Julia Scherer, Rita Pirkl



Bild: Christine Riel

Der ursprüngliche Ludwig-Donau-Main-Kanal sorgte ab 1846 für wirtschaftlichen Aufschwung.

Geschichte und Wandel

Der Landkreis Neumarkt i.d.OPf. im Überblick

Die Geschichte des Landkreises Neumarkt reicht weit zurück. Bereits in der Mittel- und Jungsteinzeit hinterließen Menschen Spuren ihres Lebens, die uns heute in Form von Stein- und Knochengeräten sowie früheren Töpferwaren begegnen. Aus der Bronze- und beginnenden Eisenzeit zeugen Metallfunde, Hügelgräber und Viereckschanzen von der Anwesenheit der Kelten. Ab etwa 500 entwickelte sich das Gebiet nördlich der Donau an Regen, Naab und Altmühl zum bayerischen Siedlungsland, dem späteren Nordgau. Wichtige Verkehrs- und Handelswege führten von der Donau ins Fränkische und von der Altmühl über Lauterhofen nach Osten. Beim Bau des Ludwig-Donau-Main-Kanals zwischen 1836 und 1846 und später des Rhein-Main-Donau-Kanals, der 1992 fertiggestellt wurde, kamen zahlreiche vorgeschichtliche Funde ans Licht.

Mit dem „Neuen Markt“ entwickelte sich Neumarkt ab dem 12. Jahrhundert zu einem wichtigen Mittelpunkt in der Region. Die Geschichte der Stadt spiegelt dabei auch die Entwicklung des heutigen Landkreises wider. 1160 erstmals urkundlich erwähnt, ging Neumarkt 1235 an das Reich über und erhielt von Kaiser Friedrich II. Zollfreiheit und weitere reichstädtische Privilegien. Der Versuch, diesen Status dauerhaft zu sichern, blieb erfolglos. 1329 wurde Neumarkt dem wittelsbachischen Besitz in der Oberpfalz zugeschlagen.

Eine besondere Blütezeit erlebte Neumarkt ab 1410, als Pfalzgraf Johann in der Stadt residierte. In seiner Regierungszeit entstanden mit dem Pfalzgrafenschloss, der Hofkirche, St. Johannes und dem Rathaus einige der bis heute prägenden Bauwerke. In den folgenden Jahrhunderten erlebte Neumarkt politische und konfessionelle Veränderungen, Kriege und wirtschaftliche Umbrüche.

Mit der Eröffnung des Ludwig-Donau-Main-Kanals 1846 und der Eisenbahnlinie Nürnberg-Regensburg 1871 verbesserten sich die Voraussetzungen für industrielle Betriebsgründungen. Neumarkt entwickelte sich zunehmend zu einem wirtschaftlichen Mittelpunkt der Region.

Besonders einschneidend waren die Zerstörungen des Zweiten Weltkriegs. Die Kreisstadt Neumarkt lag im Altstadtbereich mit ihren wesentlichen Versorgungseinrichtungen und öffentlichen Bauten zu mehr als 90 Prozent in Schutt und Asche. Mit der Währungsreform 1948 setzte ein deutlicher wirtschaftlicher Aufschwung ein. Die Bevölkerung packte den Wiederaufbau mit großem Leistungswillen an und legte damit



Steinstark seit 1953

Kufer-Platten: Nur das Beste für Balkon und Terrasse

1953 legte Johann Baptist Kufer den Grundstein für die renommierte Firma, die als Produzent und Spezialist für Terrassenplatten weit über die Grenzen Neumarkts hinaus erfolgreich etabliert ist. Ganz gleich, ob Betonwerkstein oder Keramik – „Wir verstehen unser Handwerk – und das seit drei Generationen!"

Für sein Können wurde Chef und Meister im Bereich der Herstellung des Betonstein- und Terrazzo-Handwerks, Max Johann Kufer, auch mehrfach u.a. als 1. Bundessieger vom Zentralverband des Deutschen Handwerks ausgezeichnet. Mit Tochter Stefanie, Sohn Hans-Joachim und Enkelin Janina, die die Ausbildung zur Verfahrensmechanikerin erfolgreich abgeschlossen hat, steht nun die vierte Generation in den Startlöchern, die das Familienunternehmen innovativ in die Zukunft führen wird.

EXZELLENTE BERATUNG UND SERVICE LIEGEN UNS AM HERZEN!

„Uns liegt die Zufriedenheit unserer Kunden besonders am Herzen. Deshalb nehmen wir uns gerne viel Zeit für fachkundige und individuelle Beratung. Mit uns haben Sie einen zuverlässigen Ansprechpartner vor Ort, der Ihnen mit Rat und Tat gerne zur Seite steht." Chefin Johanna Kufer, Tochter Stefanie und das Verkaufsteam informieren mit großem Sachverstand, Erfahrung und Kreativität über die vielfältigen Produkte des innovativen Familienunternehmens, das nicht nur Platten für jeden Geschmack und Geldbeutel, sondern auch Keramik in großer Auswahl in 2 cm- und 3 cm-Stärke anbietet.



EINZIGARTIGE BETONWERKSTEINE DURCH WASSER MIT DEM „GEWISSEN ETWAS"

„Einzigartig bei der Herstellung unserer Betonwerksteine ist die Verwendung von Wasser mit dem „gewissen Etwas"! Mit unserer Verfahrenstechnik strukturiert der Betonwerkstein physikalisch und biologisch perfekt. Die regelmäßigen Kristallstrukturen unseres besonders aufbereiteten Wassers erhöhen die Festigkeit und Stabilität unserer Platten. Dadurch entsteht mehr Bruchsicherheit bei weniger Abrieb und vor allem längere Lebensdauer. Das naturrichtige Kristallgefüge strahlt Harmonie aus und sorgt für bestes Wohlbefinden auf Ihrer Terrasse und in Ihrem Garten. Außerdem verwenden wir CO_2-reduzierten Zement, der möglichst umweltneutral und energiesparend hergestellt wird, und unsere Plattenproduktion vor Ort wird zum Großteil mit Ökostrom aus der eigenen Photovoltaikanlage gedeckt.

Besuchen Sie uns gerne in unserer Ausstellung im Gewerbegebiet Mooswiese, das zum Industriegebiet Süd in Neumarkt gehört!



den Grundstein für die Entwicklung der folgenden Jahrzehnte.

DIE GEBIETSREFORM 1972: DER ENTSCHEIDENDE SCHRITT FÜR DEN HEUTIGEN LANDKREIS

Die bayerische Gebietsreform 1972 veränderte Stadt und Landkreis Neumarkt grundlegend. Die Stadt Neumarkt verlor ihre Kreisunmittelbarkeit und wurde in den Landkreis eingegliedert. Gleichzeitig vergrößerte sich der Landkreis durch Teile der früheren Landkreise Parsberg, Riedenburg, Beilngries und Hilpoltstein. Der Markt Kastl wurde dem neuen Landkreis Amberg-Sulzbach zugeordnet. Aus zunächst 59 Gemeinden entstand mit dem Abschluss der Gebietsreform am 1. Mai 1978 die heutige Struktur aus der Großen Kreisstadt und 18 weiteren Gemeinden.

Auch die **Kreisverwaltung** selbst blickt auf eine lange Geschichte zurück. Ihre Vorläufer hatten seit dem späten 17. Jahrhundert ihren Sitz im Pfalzgrafenschloss. 1962 zog die Kreisverwaltung in das Verwaltungsgebäude in der Nürnberger Straße 1. Dieses wurde 1970 bis 1972 erweitert und zwischen 1992 und 1995 nochmals vergrößert und generalsaniert.

Inzwischen verteilt sich die Kreisverwaltung auf mehrere Gebäude. 2016 und 2017 zogen zwei Sachgebiete in das benachbarte Stadtquartier Neuer Markt in der Nürnberger Straße um. 2025 folgten rund 80 Kolleginnen und Kollegen des Kreisjugendamtes in den Schwarzachweg 7.

Der Landkreis, wie wir ihn heute kennen, ist vergleichsweise jung. Seine Geschichte reicht jedoch weit zurück und ist bis heute sichtbar: in alten Städten und Märkten, in Landwirtschaft, Handwerk und Industrie, aber auch in Traditionen, Brauchtum, Festen und Kirchweihen.



Bild: Rita Pirkl

Das Haupt-Kreisverwaltungsgebäude in der Nürnberger Straße. Mittlerweile befinden sich Ressorts auch in zwei weiteren Gebäuden.



Wirtschafts- und Lebensraum

Landkreis Neumarkt i.d.OPf.

Der Landkreis Neumarkt liegt mitten im Herzen der Oberpfalz. Größere Städte und kleine Gemeinden prägen das Bild ebenso wie Landwirtschaft und Gewerbe. Die Landschaft des Bayerischen Jura ist dabei weit mehr als eine schöne Kulisse. Sie prägt das Leben in der Region und gehört ganz selbstverständlich zum Alltag.
Rund 139.000 Menschen leben hier in 19 Städten, Märkten und Gemeinden. Vom nördlichen Landkreis rund um Lauterhofen, Pilsach und Berg über Neumarkt bis nach Berching, Dietfurt, Breitenbrunn und Hohenfels sind die Orte und Landschaften unterschiedlich.



Bild: Architekturbüro Nutz, Andreas Nutz



Bild: Architekturbüro Nutz, Andreas Nutz

Neben den Grund- und Mittelschulen in den Gemeinden gibt es im Landkreis zwei Sonderpädagogische Förderzentren, vier Realschulen und drei Gymnasien. Ganz oben das Sonderpädagogische Förderzentrum in Neumarkt, darunter das Ostendorfer-Gymnasium, ebenfalls in Neumarkt.

WIRTSCHAFT UND ARBEITSWELT

Wo früher die Landwirtschaft das Bild bestimmte, sind heute viele unterschiedliche Wirtschaftszweige zu Hause. Industrie, Handwerk, Handel und Dienstleistungen prägen den Landkreis ebenso wie die Landwirtschaft, die mit ihren Betrieben und Flächen vielen Orten ihr Gesicht geben.

Wer über die Wirtschaft im Landkreis spricht, denkt schnell an die großen Unternehmen und Namen, die weit über die Region hinaus bekannt sind. Genauso wichtig ist aber der breite Mittelstand dahinter: Handwerksbetriebe, Unternehmen aus Maschinen- und Anlagenbau, Elektrotechnik, Bau und Metallverarbeitung, Lebensmittelwirtschaft, Handel und Dienstleistungen. Viele Betriebe sind seit Jahrzehnten oder sogar Generationen hier verwurzelt. Sie bilden aus und schaffen Arbeitsplätze, sie investieren in ihre Standorte und entwickeln sie weiter.

VERBUNDEN UND GUT VERSORGT

Wirtschafts- und Lebensraum gehören eng zusammen, das zeigt sich auch an den Wegen, die täglich zurückgelegt werden. Die Lage zwischen Nürnberg und Regensburg, ein gut ausgebautes Straßennetz, die Autobahnen A 3, A 6 und A 9 sowie die Schienenanbindung zwischen Nürnberg und Regensburg und ein gut funktionierender öffentlicher Nahverkehr sorgen für gute Verbindungen innerhalb des Landkreises und nach außen. Der Rhein-Main-Donau-Kanal ergänzt diese Verkehrsinfrastruktur und verbindet den Landkreis mit wichtigen Wirtschaftsräumen.

Wichtig für den Lebensraum sind aber nicht nur Arbeitsplätze und Verkehrswege, sondern auch Schulen, Ausbildung und Gesundheitsversorgung. Neben den Grund- und Mittelschulen in den Gemeinden gibt es zwei Sonderpädagogische Förderzentren, vier Realschulen und drei Gymnasien. Mit der Maximilian-Kolbe-Schule und dem Staatlichen Beruflichen Schulzentrum reicht das Bildungsangebot noch weiter. Am Beruflichen Schulzentrum gehören neben der Berufsausbildung auch die Wirtschaftsschule und die Technikerschulen dazu. Mit Bautechnik, Elektro- und Informationstechnik, Maschinen und Angewandte Künstliche Intelligenz werden dort Fachrichtungen unterrichtet, die für die heutige Arbeitswelt eine wichtige Rolle spielen. Ergänzt wird das Bildungsangebot durch Hochschulstandorte in Neumarkt und den Technologiecampus Parsberg-Lupburg. Hier arbeiten Hochschulen mit Unternehmen und Start-ups zusammen und stärken den Wissentransfer in der Region.

Auch die Gesundheitsversorgung gehört zu unserem Lebensraum. Das Klinikum Neumarkt ist als integriertes Gesundheits- und



Bild: Julia Scherer

Mit dem Haus der Gesundheit wurden im Jahr 2023 in Parsberg weitere Angebote im Gesundheitswesen geschaffen.

Sozialunternehmen ein wichtiger Bestandteil der regionalen Versorgung. Neben dem Klinikum gehören Einrichtungen in Parsberg und Freystadt dazu. Zum Klinikum gehören 18 Fachabteilungen, ein Notfallzentrum sowie therapeutische und soziale Angebote. Gleichzeitig ist es mit seiner Akademie für Aus- und Weiterbildung in Gesundheits- und Sozialberufen auch ein Ausbildungsstandort.
In Parsberg zeigt sich die Weiterentwicklung des Gesundheitsstandorts: Mit dem Haus der Gesundheit, ärztlichen Praxiszentren und dem neuen Haus für Pflege und Soziales sind weitere Angebote entstanden.

NATUR UND KULTUR

Und dann ist da natürlich die Landschaft, die unseren Landkreis unverwechselbar macht. Der Bayerische Jura, die Altmühl, die Weiße und die Schwarze Laber, der Ludwig-Donau-Main-Kanal und die vielen Rad- und Wanderwege prägen unsere Region. Dazu kommen Natur- und Freibäder, Vereine, Museen und Veranstaltungen.

Manche davon sind weit über die Grenzen des Landkreises bekannt. Das Treideln auf dem Ludwig-Donau-Main-Kanal gehört ebenso zum Bayerischen Immateriellen Kulturerbe wie der Chinesenfasching in Dietfurt. Dazu kommen Feste, Kirchweihen und Veranstaltungen, die in den Städten, Märkten und Gemeinden zum Jahreslauf gehören und Menschen zusammenbringen. Aber zum Leben im Landkreis gehören auch die vielen kleinen Dinge des Alltags: der Verein, in dem man sich engagiert, das Fest im Ort, der Weg durch die Juralandschaft, die Nachbarschaft, der Treffpunkt oder einfach der Ort, an dem man zuhause ist.



Bild: Christine Riel



Bild: Stadt Berching



Bild: Christine Riel



Bild: Reinhard Mederer

Schön ist es, im Urlaub zu sein – noch schöner ist es für Einheimische daheim!

Wenn Kindern die Luft wegbleibt

Asthma bronchiale erkennen und gut behandeln

Beim Asthma bronchiale, einer der häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter, sind die Atemwege dauerhaft empfindlicher als bei gesunden Menschen. Die Bronchien können sich bei bestimmten Auslösern verengen und dadurch die Atmung erschweren. Gleichzeitig besteht eine Entzündung der Atemwege, die zu einer erhöhten Empfindlichkeit der Bronchien beiträgt.

WELCHE BESCHWERDEN TRETEN AUF?

Typische Beschwerden sind wiederkehrender Husten, pfeifende oder rasselnde Atemgeräusche, Atemnot oder ein Gefühl der Enge im Brustkorb. Die Beschwerden können phasenweise auftreten und wieder vollständig verschwinden.

Gerade bei Kindern werden asthmatische Beschwerden häufig zunächst mit einem hartnäckigen Husten oder wiederkehrenden Atemwegsinfekten in Verbindung gebracht.

Die Auslöser können sehr unterschiedlich sein. Bei allergischem Asthma kommen beispielsweise Pollen, Hausstaubmilben oder Tierhaare infrage. Auch Infekte, körperliche Anstrengung, kalte Luft oder Tabakrauch können Beschwerden auslösen.

WIE WIRD ASTHMA BRONCHIALE FESTGESTELLT?

Am Anfang steht ein Gespräch, bei dem geklärt wird, wann der Husten auftritt, ob es Atemnot bei körperlicher Belastung gibt und ob die Beschwerden vor allem nachts oder bei Infekten auftreten. Auch Allergien oder Asthma in der Familie spielen eine Rolle. Ergänzend kann eine Lungenfunktionsprüfung durchgeführt.

WELCHE THERAPIEMÖGLICHKEITEN GIBT ES?

Die Behandlung richtet sich danach, wie häufig und wie stark die Beschwerden auftreten. Ein wichtiger Bestandteil sind inhalative Medikamente, die direkt in die Atemwege gelangen. Sie können beispielsweise die Entzündung in den Bronchien vermindern oder die verengten Bronchien erweitern. Ebenso wichtig ist, dass Kinder und Eltern wissen, welche Auslöser eine Rolle spielen können, wie ein Inhalationsgerät richtig angewendet wird und woran sich eine Verschlechterung erkennen lässt. Asthmaschulungen sind daher ein wichtiger Bestandteil der Behandlung. Das Ziel ist eine möglichst gute Asthmakontrolle: Das Kind soll möglichst wenige Beschwerden haben, sich körperlich bewegen und Sport treiben können und möglichst wenig durch die Erkrankung im Alltag eingeschränkt sein. Mit einer frühzeitigen Diagnose und einer individuell abgestimmten Behandlung kann dies gelingen.



Dr. med. Sabine Hofbeck
Kinderärztin
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Klinikum Neumarkt
Ärztliche Praxiszentren

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin in Parsberg

Wir bieten ein breites medizinisches Leistungsspektrum für Kinder und Jugendliche bis zum 21. Lebensjahr. Frau Dr. med. Sabine Hofbeck ist qualifiziert als Asthma-Verhaltenstrainerin für Kinder.

Unser Leistungsspektrum:

- Medizinische Untersuchung, Lungenfunktionstests, Asthmaberatung und -schulung
- Vorsorgeuntersuchungen, Impfungen, Ultraschalluntersuchungen, Labor- und Allergiediagnostik, Hyposensibilisierung, EKG, Betreuung chronisch erkrankter Kinder
- ADHS-Sprechstunde, psychotherapeutische Interventionen, z.B. mit Sandspieltherapie

Bei uns bekommen Sie zeitnah einen Termin.
Sprechen Sie uns an, unser Praxisteam berät Sie gerne.

Mehr Infos:

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin Lupburger Straße 11 | 92331 Parsberg
09492 954655-5 mvz-kinderarzt@klinikum.neumarkt.de
Sprechzeiten: Mo. bis Fr. von 08:00 – 12:00 Uhr, Mo., Di., Do. von 14:00 – 16:30 Uhr

klinikum-neumarkt.de

KNM_16_26 | 10.2026



Bilder: Eigene Aufnahmen, KI-gestützte Bildkomposition

Forschungskompetenz für die Region

Der Technologie Campus Parsberg-Lupburg als Innovationspartner für Unternehmen

Innovationen entstehen häufig aus konkreten Herausforderungen im Unternehmensalltag. Doch verfügt Ihr Unternehmen über eigene Forschungs- und Entwicklungsressourcen oder Zugang zu spezialisierter technischer Ausstattung?

Als gemeinsame Einrichtung der Technischen Hochschule Deggendorf und der Ostbayerischen Technischen Hochschule Regensburg bündelt der Technologie Campus wissenschaftliche Expertise in den Bereichen Materialwissenschaft, Fertigungstechnik und Digitalisierung. Das Ziel: regionale Unternehmen dabei zu unterstützen, innovative Ideen effizient in marktfähige Produkte, Prozesse und Technologien zu überführen.

MODERNER TECHNOLOGIEPARTNER FÜR IHR UNTERNEHMEN

Mit modernster Laborausstattung können Mess-, Versuchs-, Prüf- und Zertifizierungsarbeiten durchgeführt werden. Dazu zählen unter anderem Werkstoffanalysen mittels Rasterelektronenmikroskopie, statische und dynamische Werkstoffprüfungen oder Korrosionsuntersuchungen.

IHRE EXTERNE FORSCHUNGS- UND ENTWICKLUNGSABTEILUNG

Der Campus begleitet Ihr Unternehmen bei der Entwicklung neuer Produkte und Fertigungsverfahren. Als externe Forschungs- und Entwicklungsabteilung stellt er qualifiziertes Personal, wissenschaftliches Know-how und technische Infrastruktur bereit. Im Rahmen von Auftragsforschungsprojekten werden individuelle Fragestellungen vertraulich bearbeitet, sodass die Ergebnisse direkt im Unternehmen eingesetzt und verwertet werden können.

GEMEINSAM INNOVATIONEN FÖRDERN

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Förderberatung. Sie erhalten Unterstützung bei der Auswahl geeigneter Förderprogramme sowie bei der Entwicklung und Umsetzung öffentlich geförderter Forschungs- und Entwicklungsprojekte. Gerade für innovative Vorhaben mit höherem technischem Risiko eröffnen sich dadurch attraktive Finanzierungsmöglichkeiten.

MEHR ALS FORSCHUNG

Ergänzt wird das Angebot durch Schulungen, Innovationsworkshops sowie Netzwerk- und Informationsveranstaltungen. Moderne Räumlichkeiten für Workshops, Meetings und Veranstaltungen stehen zur Verfügung. Als Schnittstelle zwischen Wissenschaft, Wirtschaft und Nachwuchskräften vermittelt der Technologie Campus zudem studentische Projekte und Abschlussarbeiten an Unternehmen der Region.

SIE MÖCHTEN EINE TECHNISCHE FRAGESTELLUNG LÖSEN, EIN INNOVATIONSPROJEKT STARTEN ODER FÖRDERMÖGLICHKEITEN FÜR IHR UNTERNEHMEN NUTZEN?

Sprechen Sie uns an. Gemeinsam entwickeln wir individuelle Lösungen für Ihre Herausforderungen und begleiten Sie von der ersten Idee bis zur erfolgreichen Umsetzung.

Technologie Campus Parsberg-Lupburg
Am Campus 1, 92331 Parsberg
E-Mail: sekretariat-tcpl@th-deg.de
Web: www.th-deg.de/tc-parsberg



Wirtsstube I Saal I Regionale Küche I Terrasse I Übernachtungen I Veranstaltungen I Gutscheine



Gasthof Lehnerwirt

Marktplatz 10 / 92363 Breitenbrunn
Tel. 09495 903286
www.gasthoflehner.de info@gasthoflehner.de

Öffnungszeiten Speisekarte

Silvester
MENÜ-TANZ-ABEND



Menüessen
Livemusik mit der Band "PopUp"
31.12.2026 / Beginn 19 Uhr
Eintritt 10€ inkl. 1 Glas Sekt
Nur mit Reservierung 09495/903286
Gasthhof "Zum Lehnerwirt" Breitenbrunn



Planung mit Strategie

Wir planen Elektrotechnik für Gebäude, die Menschen bewegen.

Vom Operationssaal bis zum Klassenzimmer,
vom Wohnungsbau bis zum Gewerbe.

Unsere Leistungen:

- Mittelspannung
- Fördertechnik
- Lichtplanung
- Elektrotechnische Anlagen
- Blitzschutz
- Sicherheitstechnik
- Medientechnik
- Erneuerbare Energien
- BIM
- Gebäudeautomation

MEHR ZEIT.
MEHR LICHT.
MEHR QUALITÄT.

BAD TÖLZ
DACHAU | PARSBERG
REGENSBURG

mtm-plan.de

weru

WERU CALIDO

DAS ENERGIEEFFIZIENTE MULTITALENT-FENSTER
FÜR MEHR WOHNKOMFORT.

- **Mehr Komfort** – barrierefrei, lichtdurchflutet und wartungsarm
- **Mehr Sicherheit** – zuverlässig hohe Stabilität und Dichtigkeit
- **Mehr Effizienz** – Top-Lärmschutz und spürbare Heizkostenersparnis



TAG DER OFFENEN TÜR
AM 13. MÄRZ 2027 | 9-16 UHR
Besuchen Sie uns!

AIGNER GmbH
Fenster Türen Sonnenschutz

www.aigner-dietfurt.de
Bahnhofstraße 55, 92345 Dietfurt · Tel.: 08464 375, Fax: 08464 1645

Seit 40 Jahren auf dem Holzweg?

Vier Jahrzehnte. Vier Überzeugungen.

Knapp 1.000 Häuser später wissen wir: Es war genau der richtige.

Auf dem Holzweg? Und das seit 40 Jahren? Herbert Kinskofer würde wohl sagen: Zum Glück! Denn als er 1986 begann, seine ersten Holzhäuser zu bauen, hatte er vor allem eines im Kopf: seine eigenen Vorstellungen davon, wie ein gutes Zuhause aussehen sollte. Seitdem hat sich vieles verändert. Die Technik wurde moderner, die Möglichkeiten vielfältiger. Geblieben sind die Begeisterung für Holz, die Freude am Tüfteln und der Mut, auch mal ungewöhnliche Wege zu gehen.



Mut, auch mal anders zu denken

Herbert Kinskofer hatte schon immer Freude daran, neue Wege zu gehen. Bereits in den Anfangsjahren wagte er sich an ungewöhnliche Konstruktionen – und baute sogar einen Keller aus Holz. Ein Beispiel für seinen Unternehmergeist und den Mut, Bewährtes zu hinterfragen, eigene Ideen auszuprobieren und neue Lösungen zu entwickeln.



Ein Wandaufbau ganz ohne Folie

Holz als Baustoff ist Herbert Kinskofer seit Anbeginn eine Herzensangelegenheit. Deshalb entwickelte er eine eigene Wandkonstruktion aus Holz und Holzwerkstoffen, die vollständig ohne Folien auskommt. Der diffusionsoffene Aufbau zeigt, wie viel sich mit einer durchdachten Konstruktion und dem konsequenten Einsatz von Holz erreichen lässt – zum Wohl der Bewohner.



Lehm, der das Wohngefühl verändert

Holz und Lehm gehören bei Kinskofer zusammen. Lehm nimmt Feuchtigkeit aus der Raumluft auf und gibt sie bei trockener Luft wieder ab. Er gleicht Schwankungen der Luftfeuchtigkeit aus und verbessert das Wohngefühl der Baufamilie. In Kombination mit einer Wandheizung sorgt er für eine angenehme Strahlungswärme.



Damit die Sommerhitze draußen bleibt

Während der Wärmeschutz im Winter längst zum Standard gehört, gewinnt der sommerliche Wärmeschutz zunehmend an Bedeutung. Kinskofer setzt deshalb schon seit Jahren auf Dämmstoffe mit hoher Rohdichte und Wärmespeicherfähigkeit. Sie verzögern den Wärmeeintrag durch Dach und Wände für angenehmere Temperaturen im Haus, auch an heißen Sommertagen.

„Wenn mich etwas nicht überzeugt, suche ich weiter."

Drei Fragen an Herbert Kinskofer über vier Jahrzehnte Holzhausbau

Was hat sich in den vergangenen 40 Jahren am stärksten verändert?
Vor allem die Vorfertigung und damit die Bauzeit. Früher haben wir die Wände Stück für Stück auf der Baustelle aufgebaut. Heute kommen sie weitgehend vorgefertigt an. Innerhalb weniger Tage ist der Rohbau dicht. Das gibt gerade mit Blick auf die Witterung allen Beteiligten mehr Sicherheit.

Du hast immer wieder eigene Lösungen entwickelt. Was hat dich dabei angetrieben?
Manches hat mich einfach gestört, zum Beispiel die vielen Folien in Dach und Wand. Ich wollte Konstruktionen entwickeln, die mit möglichst wenig Folie, Dichtmasse und Klebeband auskommen. Also haben wir nach anderen Lösungen gesucht. Entscheidend ist schließlich, dass die Materialien und die Bauphysik zusammenpassen.

Was ist trotz aller Veränderungen gleich geblieben?
Am wichtigsten ist für mich, dass ein gutes Haus entsteht und sich die Menschen darin wohlfühlen. Die Technik muss funktionieren, die Materialien müssen zusammenpassen und die Baufamilie muss zufrieden sein.



Was uns verbindet? *Mehr als Holz.*

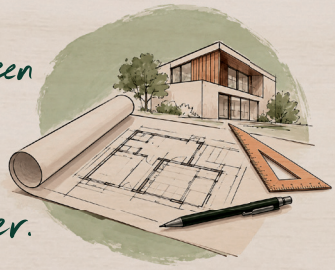
Hinter jedem Kinskofer-Haus stehen Menschen, die mitdenken, anpacken und füreinander da sind.

Bei Kinskofer steht das Miteinander seit jeher im Mittelpunkt. Herbert Kinskofer war es immer wichtig, seinen Mitarbeitern Verantwortung zu übertragen, ihnen etwas zuzutrauen und darauf zu bauen, dass sie ihre Aufgaben gut meistern. Diese Haltung prägt das Familienunternehmen bis heute: kurze Wege, offene Türen und ein ehrlicher Austausch auf Augenhöhe. Jeder darf Ideen einbringen und mitgestalten. So entsteht nicht nur gute Arbeit, sondern auch ein Team, das zusammenhält.



Ein starkes Team mit vielen unterschiedlichen Köpfen – und einer gemeinsamen Leidenschaft für gutes Handwerk

Gute Ideen brauchen gute Planer.



Freiberuflicher Planer/ Architekt (m/w/d) gesucht

Für die Entwurfs- und Eingabeplanung suchen wir freiberufliche Unterstützung. Du hast Freude an individueller Architektur, denkst gerne mit und möchtest gemeinsam mit uns besondere Holz-Lehm-Häuser planen? Dann freuen wir uns darauf, dich kennenzulernen!



Häuser, die Geschichten erzählen

Kein Kinskofer-Haus ist wie das andere. Entdecken Sie auf unserer Website, wie vielfältig die Wohnideen unserer Baufamilien sind – und lassen Sie sich inspirieren.

Jetzt Referenzhäuser entdecken!



Kinskofer hautnah erleben

Wie entsteht eigentlich ein Holz-Lehm-Haus? Welche Materialien kommen zum Einsatz? Und wer steckt dahinter? Beim Baufamilien-Infotag geben wir persönliche Einblicke in unsere Bauweise und beantworten Ihre Fragen.

Jetzt zum nächsten Baufamilien-Infotag anmelden!

kinskofer holz - lehm - haus

Kinskofer Holzhaus GmbH An der Autobahn 14a · 92331 Parsberg
Tel. 0 94 92 - 60 186-0 · info@kinskofer-holzhaus.de · **www.kinskofer-holzhaus.de**



Bild: Reinhard Mederer

Tourismus im Landkreis

Eine Querschnittsbranche schafft Freizeitwert und Lebensraum

Der Landkreis Neumarkt i.d.OPf. ist Teil des Landschaftsgebietes Bayerischer Jura und geografische Mitte Bayerns. Die Region Neumarkt i.d.OPf. wirbt mit den Oberpfälzer Juratälern und für die Naturräume Laber- und Altmühltal. Dabei spielt die Inszenierung der Heimat eine zentrale Rolle.

Bei aller Weltoffenheit gehört nämlich eine gehörige Portion Lokalkolorit dazu um sich von anderen Regionen abzuheben. Lokale Eigenarten in Dialekt und Lebensart werden betont, die charakteristische Naturform und das einmalige Architekturerbe hervorgehoben. So entstehen Themenprodukte, die Natur und Kultur aufzeigen und für alle erlebbar machen. Die geschichtsträchtigen Burgen wurden mit den Neumarkter Burgensteigen verbunden und der historische Ludwig-Donau-Main-Kanal (erbaut 1846) ist heute eine erlebnisreiche Freizeitachse. Der Elitebach Weiße Laber ist über den Wasser- und Mühlenweg erwanderbar, während der Schwarze Laber-Radweg von Neumarkt bis Regensburg entlang der Schwarzen Laber führt. Bundesweit bekannt sind der Fünf-Flüsse-Radweg und Jurasteig im Bayerischen Jura, und in den Landkreis-Kommunen werden Traditionen erhalten und Kulturevents neu eingeführt. Weit über die Landkreisgrenzen hinaus bekannt sind beispielsweise der Rossmarkt in Berching, der Chinesenfasching in Dietfurt, das Tillyfest in Breitenbrunn, die Parsberger Burgweihnacht und natürlich die vielen Volksfeste wie das Juravolksfest Neumarkt i.d.OPf. Das Treideln auf dem LDM-Kanal und der Chinesenfasching sind gar zum bayerischen Kulturerbe ernannt worden. Freizeiteinrichtungen und die Museumslandschaft werden aufgezeigt, das Familienangebot für Tagesausflüge und das gastronomische Angebot aufgelistet. Das Rad- und Wanderwegenetz lenkt durch die Juralandschaft und steht für den beliebten Outdoorsport zur Verfügung. In Summe wird durch den Zufluss von touristischem Angebot die Region wirtschaftlich gestärkt und Arbeitsplätze geschaffen. Die dadurch entstehende Dynamik führt zu gezielten Investitionen in die Infrastruktur – von einem attraktiven Freizeitangebot bis hin zu einem breiteren Kultur- und Gastronomieangebot. Diese Infrastruktur steht nicht nur Gästen zur Verfügung, sondern erhöht tagtäglich den Wohn- und Freizeitwert für Einheimische. Somit fungiert der Tourismus als Motor für eine lebendige, attraktive und lebenswerte Heimat.

DUALER NUTZEN DER INFRASTRUKTUR

Tourismusarbeit schafft Lebensraum und Freizeitwert und steigert dadurch nachhaltig die Lebensqualität der lokalen Bevölkerung. **Positive Bilanz:** Mit über 218.000 Gästeankünften und über 433.800 Übernachtungen jährlich, in Betrieben ab 10 Betten, trägt die Tourismusarbeit wesentlich zur Wertschöpfung bei und ist ein nicht zu vernachlässigender Wirtschaftsfaktor.

www.tourismus-landkreis-neumarkt.de

ANZEIGE



SCHÖNER FEIERN
MIT MODEHAUS GÖTZ

Feiern Sie die Feste stilvoll und passend gekleidet! Entdecken Sie jetzt Ihr perfektes Outfit für die kommenden Festtage.

Lassen Sie sich von unserer zauberhaften Modewelt inspirieren und finden Sie zudem tolle **Geschenkideen für Ihre Liebsten**.

Besuchen Sie jetzt unsere Häuser und entdecken Sie eine besondere Modewelt.
Wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst
Ihre Familie Götz
und das gesamte Götz Modeteam

MODE-GESCHENK-GUTSCHEIN
Unser Geschenktipp: Immer eine gute Idee & in allen Filialen einlösbar. Jetzt auch online bestellen: **www.goetzmode.de.**

ALLE GESCHENKE
können bis 14 Tage nach Weihnachten umgetauscht werden.

EINPACKSERVICE
Wir verpacken Ihre Geschenke



DIETFURT · KELHEIM · BEILNGRIES

Jetzt Gutschein online bestellen:

Götz.modehaus | Hauptstr. 30 | Dietfurt | 08464 270
Götz.fashion | Donaustr. 18 | Kelheim | 09441 179737
Götz.trend | Donaustr. 17 | Kelheim | 09441 6856010
Götz.men | Donaustr. 3 | Kelheim | 09441 17 44493

Street One Cecil | Donaustr. 4 | Kelheim | 09441 2989064
Street One Cecil | Hauptstr. 27 | Beilngries | 08461 602938
Trend Women | Ringstr. 22 | Beilngries | 08461 606806
www.goetzmode.de | **modehaus_goetz**

Großveranstaltungen im Landkreis Neumarkt

Die größten Events im Landkreis sind beliebte Volksfeste, historische Spektakel und kulturelle Highlights. Traditioneller Auftakt des Veranstaltungsreigen ist der **Rossmarkt Berching**, dessen Pferdemärkte und Rossbeschauen bereits im 13. Jahrhundert stattfanden. Einmalig ist Dietfurt als Bayrisch China mit dem **Chinesenfasching**, eines der bekanntesten Faschingstreiben in Bayern. **Volksfeste** in Berching, Dietfurt, Freystadt oder Parsberg und das **Jura-Volksfest** mit Rossmarkt sind gern besuchte Großveranstaltungen. Das **Tillyfest** in Bereitenbrunn findet jährlich im September statt und erinnert an den Grafen Tilly mit historischem Lagerleben und Umzügen. Die Weihnachtsmärkte im mittelalterlichen Berching, im Grünen Kloster Plankstetten, in Neumarkt oder die **Parsberger Burgweihnacht** in der herrlichen Burgkulisse schließen den Veranstaltungsreigen.



Bild: Veronica Platzek



Bild: Christine Riel



Bild: Christine Riel



Bild: Franz Kraus



Zukunft bauen mit Holz

Erfahrung, moderne Lösungen und gute Perspektiven

Holz verbindet natürliche Eigenschaften mit vielseitigen Einsatzmöglichkeiten und gewinnt im nachhaltigen Bauen an Bedeutung. Die KRUG Holz- und Modulbau GmbH vereint 27 Jahre Erfahrung am Standort Dietfurt an der Altmühl mit moderner Technik und Ingenieurwissen. Als Teil der KRUG Holz Gruppe mit einem weiteren Standort im unterfränkischen Stadtlauringen steht das Unternehmen für Qualität, Präzision und wirtschaftliche Lösungen.



Als europäischer Marktführer im Dachbinderbau entwickelt, fertigt und montiert KRUG Dachbindersysteme mit Nagelplattenverbindungen. Sie kommen unter anderem bei Gewerbe- und Landwirtschaftsbauten zum Einsatz und ermöglichen Spannweiten von bis zu 35 Metern. Individuelle Planung und präzise Vorfertigung verkürzen die Montagezeiten. Zugleich wird der Ressourceneinsatz optimiert: Durch effiziente Tragwerksplanung lassen sich je nach Projekt bis zu 40 Prozent Holz gegenüber herkömmlichen Konstruktionen einsparen.

Auch die Zukunftsperspektiven stimmen: „Unsere Auftragslage ist stabil, die Projekte sind vielseitig und unsere Mitarbeitenden können auf einen sicheren Arbeitsplatz bauen“, sagt Betriebsleiter Thomas Rochow. Das bietet auch Menschen, die ihr handwerkliches Können in einem modernen Holzbaubetrieb einsetzen möchten, gute Perspektiven.



KRUG Holz- und Modulbau GmbH
Industriestraße 63
92345 Dietfurt an der Altmühl

Telefon: +49 8464 64 22 0
Mail: dietfurt@krug-holzbau.de
Web: www.krug-holzbau.de

0 % risikobereit?
100 % bereit für einen neuen Job?

KRUG HOLZ GRUPPE

Bewirb dich jetzt als:
Zimmerer (m/w/d)
Montagemitarbeiter (m/w/d)
Produktionsmitarbeiter (m/w/d)

QUEREINSTIEG MÖGLICH

WIR BIETEN DIR

Sicherer Arbeitsplatz – keine Sorgen vor dem nächsten Winter
Attraktive Benefits – Corporate Benefits, Altersvorsorge, JobRad, v.m.
Faire Bezahlung – wir sehen und schätzen, was du leistest

Geh kein Risiko mehr ein. Setz auf Sicherheit.
Komm zum Marktführer und werde Teil unseres starken Teams!

Worauf wartest du noch?
www.krug-holzbau.de/karriere



Bild: Reinhard Mederer

Radel-Erlebnisse

... in den Oberpfälzer Juratälern

FÜNF-FLÜSSE-RADWEG

Den Bayerischen Jura durchziehen viele Flüsse, der **Fünf-Flüsse-Radweg** folgt ihnen, und der Radler fährt steigungsarm meist am Wasser entlang. Wenn die Fünf-Flüsse-Tour nicht an einem Fluss verläuft, dann nutzt er schon mal alte Transportwege wie stillgelegte Bahntrassen oder den romantischen Ludwig-Donau-Main-Kanal. Auf rund 300 km kommt der Radler in den Genuss eines ganz besonderen Stückchen Bayerns, besticht er doch mit seiner unschlagbaren Kombination aus kulturellen Highlights und ursprünglicher Natur. Querverbindungsachsen wie der Schwarze Laber-Radweg und Naab-Altmühl-Radweg machen Abkürzungen oder Verlängerungen an der Fünf-Flüsse-Tour möglich und führen den Radfahrer in die Labertäler des Landkreises Neumarkt i.d.OPf.

SCHWARZE LABER-RADWEG

Der 85 km lange **Schwarze Laber-Radweg** beginnt in Neumarkt i.d.OPf. am Bahnhof und lenkt an die Quelle des Flusses in den Ort Laaber. Ab hier begleitet der Fluss den Radler bis Sinzing bei Regensburg, wo er in die Donau mündet. Der Rad-Wander-Weg zeichnet sich neben der Laberlandschaft aber noch durch eine weitere Besonderheit aus. Entlang des Flusses sind sechs künstlerisch gestaltete Pavillons entstanden, die jeweils über ein Leitthema zum „Fluss – Schwarze Laber“ informieren. In den Gemeinden, die weiter vom Flusslauf entfernt liegen, entstanden im gleichen Stil gestaltete Informationstore, durch die man symbolisch den Talraum betreten oder verlassen kann. Daneben unterstützen „Blaue Lesesteine“ die Wegführung. Sie liegen als „blaues Band“ entlang der „Schwarzen Laber“. Hinweis: Der Rad-Wander-Weg hat – insbesondere im Bereich zwischen Lupburg und Laaber – einige naturbelassene Abschnitte.

NAAB-ALTMÜHL-RADWEG

Der **Naab-Altmühl-Radweg** verbindet die herrlichen Täler der Naab und Altmühltal und gilt neben dem Schwarze Laber-Radweg als ideale Tourenspange am Fünf-Flüsse-Radweg. Bei Rohrbach führt er weg vom Naabtal und über die Albhochflächen nach Parsberg, um von dort weiter ins Altmühltal zu lenken. Die Bahnhöfe Parsberg und Regensburg eignen sich dabei hervorragend als Start- und Zielort der etwa 135 km langen gesamten Rundtour. Wer die Strecke aufteilen möchte, kann das mit den Bahnhöfen also perfekt planen. Von Regensburg (Bahnhof) aus radelt man ca. 25 km durch das Naabtal bis nach Kallmünz/Rohrbach. Hier verlassen wir den Fünf-Flüsse-Radweg und radeln nochmals etwa 25 km durch das herrliche Forellenbachtal vorbei an Magerrasenhängen. Am Bahnhof Parsberg kann man mit dem Zug zurückfahren oder auf den Schwarze Laber-Radweg umsteigen und nach Regensburg radeln. Ansonsten führt der Naab-Altmühl-Radweg vom Bahnhof Parsberg weitere ca. 23 km über Breitenbrunn bis Dietfurt a.d.Altmühl. Ab hier folgen wir wieder der Fünf-Flüsse-Tour zum nächsten Bahnhof. Wer möchte, fährt am alten Ludwig-Donau-Main-Kanal Richtung Neumarkt i.d.OPf. (Bahnhof ca. 38 km) oder am Main-Donau-Kanal Richtung Regensburg (Bahnhof ca. 60 km). Natürlich kann die Radtour in beliebiger Richtung gefahren werden.

TAGESRUNDTOUREN

Weitere Tagesrundtouren sind die **Tour de Baroque** von Neumarkt i.d.OPf. über Freystadt zur Asam-Wallfahrtskirche und am alten Kanal zurück. Im Altmühltal liegen die **Genusstour** und die **JurAktiv-Tour**. Drei **ARGE 10-Radtouren** starten allesamt an einem Bahnhof und lenken als Rundkurs vorbei an Kirchen, durch die Labertäler oder um den Truppenübungsplatz und durch das Lauterachtal.

Stressfreie Weihnachten für Hund und Katze



Weihnachten bringt Trubel und gern Besuch – das kann Haustiere verunsichern. Mit ein paar einfachen Maßnahmen bleiben die Feiertage entspannter:

Der wichtigste Baustein ist ein **sicherer Rückzugsort**. Wenn Sie Gäste erwarten: Schaffen Sie eine „Ruhezone“ für Korb oder Decke, in der Ihr Liebling absolut ungestört ist. Erklären Sie Gästen konsequent, dass dieses Refugium tabu ist und das Tier dort nicht bedrängt oder zum Spielen gezwungen werden darf.

Um die Aufregung zu mildern, helfen **feste Routinen**. Behalten Sie die gewohnten Fütterungs- und Gassizeiten bei. Auch wenn Sie in der Vorbereitung wuseln, tun Sie Ihrem Tier Gutes und halten sich an tägliche Rhythmen.

Auch beim **Festessen** ist Vorsicht geboten. Schokolade, Weintrauben oder fettige Speisereste können zu schweren gesundheitlichen Problemen führen. Erklären Sie Ihrem Besuch die Gefahr des gutgemeinten Happen vom Tisch.

Wenn Sie die Bedürfnisse Ihrer Tiere respektieren und ihnen die Wahl lassen, ob sie am Trubel teilnehmen oder lieber beobachten, wird das Fest für alle Beteiligten entspannt.

Schreinerei Eichenseer Florian
Hofmarkstraße 3
92366 Hohenfels
(OT Raitenbuch)
Mobil: 0170 3289430
info@schreinerei-eichenseer.de
www.schreinerei-eichenseer.de
Möbel, Küchen, Fenster, Zimmertüren, Treppen, ...
Wir wünschen frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Gesunde Bäume. Lebendige Gärten. Sicherer Service.
FORST BAUM GARTEN DUGGENDORF WENZL
DAS SIND UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLCK:
• Baumpflege, Totholzbeseitigung & sichere Fällungen
• zertifizierte Baumkontrolle
• Tiefenwirksame Bodenbelüftung für geschwächte Bäume
• Planung & Gestaltung naturnaher Gärten & von öffentlichen Grün
• Pflanzungen von Gehölzen, Bäumen & Obstbäumen
• Obstbaumpflege
Wir machen Natur.
Tel. 09473-9518009
www.ForstBaumGarten-Wenzl-de
info@ForstBaumGarten-Wenzl.de

GÖTZ TECHNIK
FORST- UND GARTENTECHNIK • HAUSGERÄTE • MÄHROBOTER
REINIGUNGSTECHNIK • VERKAUF • WERKSTATT • ERSATZTEILE
92318 Neumarkt
Am Berliner Ring 6
09181 / 26570
www.goetz-technik.com
92364 Pirkach
Lange Strasse 17
09497 / 94000
info@goetz-technik.com

FRANK Parkett
Fachbetrieb für Bodenbeläge
- Parkettböden
- Linoleum
- Vinyl-Designbeläge
- PVC-Bodenbeläge
- Teppichböden
- Trockenestrich
- Treppenrenovierung
- Verlegeservice
- Beschattungen



E-Mail: frank-parkett@t-online.de
Telefon: 09497 854
Adresse: Regensburger Str. 58, 92358 Seubersdorf
www.frankparkett.de



Bild: Reinhard Mederer

Thema Wandern

im Landkreis Neumarkt i.d.OPf.

JURASTEIG

237 Kilometer pure Wanderlust im Herzen Bayerns bietet der **Jurasteig** für alle, die echte Natur suchen. Hier wechseln Karstlandschaften mit Flusstälern, Felszinnen ragen in den Himmel und duftende Wacholderheiden laden zum Durchatmen ein. Der Fernwanderweg führt als Rundweg über die Höhen und Täler von Donau, Altmühl, Naab und Vils. Aufgeteilt in eine Ost- und Westroute und in insgesamt 13 Etappen erleben Wanderer eine Landschaft, die vor 200 Millionen Jahren noch Meeresboden war. Das Besondere: naturbelassene Pfade statt Asphalt, stille Buchenwälder statt Massentourismus. Dazu Burgen, Klöster und Highlights wie das Naturschutzgebiet Weltenburger Enge oder der Elitebach Weiße Laber. 19 zusätzliche Schlaufenwege bieten flexible Tagestouren, allein im Landkreis Neumarkt i.d.OPf. gibt es acht davon. Sie führen zur König-Otto-Tropfsteinhöhle, in das mittelalterliche Berching, zu Wallfahrtskirchen oder über die Kuppenalb.

WASSER- UND MÜHLENWEG

Ab dem Lengenbach nutzt der Jurasteig die Trasse des **Wasser- und Mühlenweges**, an der Weißen Laber lenken beide Wege in das Altmühltal bis Dietfurt. Der 67 km lange Wasser- und Mühlenweg führt im Tal der Weißen und Wissinger Laber über sog. Schwalle, ehemalige Stauwehre, die zum Fluten der Trockenwiesen genutzt wurden. Heute stehen diese Steinreste unter Denkmalschutz und dienen dem Wanderer als Steinbrücken.

NEUMARKTER BURGENSTEIG

Der **Neumarkter Burgensteig** ist rund 65 km lang und führt an der Schwarzen Laber zu vier Ruinen und zwei erhaltenen Burgen. Die Hauptroute der Neumarkter Burgensteige ist identisch mit dem Main-Donau-Weg. Einstiege sind über die Bahnhöfe Neumarkt i.d.OPf., Seubersdorf, Parsberg und über die Wanderparkplätze in Neumarkt (auch direkt bei der Ruine Wolfstein), Lengenfeld und Velburg möglich. Fünf Burgensteig-Runden führen zu den Burganhöhen.



Ruinen der Burg Wolfstein

Bild: Melanie Winnerl

StudioNatur in Dietfurt

Ein Ort für alles Schöne

Ankommen, entspannen und den Alltag hinter sich lassen: Im StudioNatur Dietfurt erwartet Sie ein Ort des Wohlbefindens. Großzügig gestaltete Räume, liebevoll ausgewählte Details, freundliche Herzlichkeit und umfangreiches Fachwissen schaffen eine Atmosphäre, in der Sie sich von der ersten Minute an willkommen fühlen.

Inhaberin Beate Rackl ist geprüfte Fachkosmetikerin, Naturkosmetikerin und Fußpflegerin. Ihre besondere Leidenschaft gilt der individuellen Beratung und den ganzheitlichen Behandlungen mit den hochwertigen Produkten von Dr. Hauschka. Die natürlichen Kosmetikprodukte erfüllen höchste Qualitätsansprüche und unterstützen die Haut darin, ihre eigene Balance und Schönheit zu entfalten.
Mit Jana Nohejl steht ihr eine engagierte Mitarbeiterin zur Seite, die sich mit der Philosophie von StudioNatur vollkommen identifiziert und diese mit Begeisterung lebt.
Naturfriseurinnen bieten mehr: Ganzheitliches Wissen über Haut, Haar und Gesundheit fließt in jede Behandlung ein. Eva Rosenhammer, Friseurmeisterin, Visagistin und Kosmetikmeisterin, vereint fachliche Kompetenz mit einem ganzheitlichen Blick auf die Bedürfnisse ihrer Kundinnen und Kunden. Die verwendeten Produkte sind frei von synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen sowie Silikonen und Mineralölen.
Mit den Pflanzenhaarfarben von CulumNatura® zaubert Eva Rosenhammer Kraft, Fülle und natürlichen Glanz ins Haar. Für besondere Anlässe sorgt sie mit individuellen Braut- und Eventstylings für einen glanzvollen Auftritt. Mit viel Gespür für Persönlichkeit und Stil hebt sie die natürlichen Vorzüge ihrer Kundinnen mit Frisur und Make-up gekonnt hervor.
Komplettiert wird das Team durch Berta Federhofer, die als Allrounderin für Empfang und Warenpflege sorgt. Mit einem freundlichen Lächeln und einer Tasse Kaffee trägt sie dazu bei, dass auch kurze Wartezeiten zu einer kleinen Auszeit werden.

> **Du liebst deinen Friseurberuf, kämpfst aber mit Haut- und Atemwegsproblemen? Bewirb dich JETZT, komm in unser Team und werde Naturfriseur!**
>
> *Beate Rackl*

StudioNatur Dietfurt steht für natürliche Schönheit, hochwertige Pflege und persönliche Betreuung. Ein Ort für alles Schöne.

Neugierig geworden? Buchen Sie einen Termin und besuchen Sie die Homepage unter www.naturkosmetik-dietfurt.de







eva rosenhammer
beate rackl

studio natur

08464 6420315
naturkosmetik-dietfurt.de

mallerstetterstr. 13
92345 dietfurt

• naturfriseur.
naturkosmetik.
fußpflege.



wir danken für eure treue,
wünschen ein frohes fest
und ein tolles neues jahr!

noch keine idee für weihachten?
wir haben gutscheine und geschenke.

OBERPFÄLZER JURATÄLER

Ausflugsregion vor der Haustür...

Familienangebot



Radtouren



Wandertouren



Familien finden im Landkreis Neumarkt i.d.OPf. ein umfangreiches Freizeitangebot. Vom Bewegungs-Parcours für Großeltern und Kindern bis hin zur Geburtstagsfeier auf der Burg. Erlebe Bauernhöfe, einen Detektiv-Trail durch die Stadt, eine Wanderung mit Eseln oder die Erlebniswelt Velburg mit Höhle und Kletterpark.

Der Fünf-Flüsse-Radweg führt im Landkreis entlang des Ludwig-Donau-Main-Kanals und der **Schwarze Laber- Radweg** startet vom Bahnhof Neumarkt in das herrliche Tal der Schwarzen Laber. Drei Rundtouren können vom Bahnhof Parsberg aus gestartet werden: Die **Arge 10 Historische Radtour** führt zu Wallfahrtskirchen, die **Arge 10 Hohenfels Radtour** umrundet den Truppenübungsplatz auf verschiedenen Flussradwegen und die **Arge 10 Labertäler Radtour** erschließt vier Labertäler.



Der **Jurasteig** und die **Zeugenbergrunde** sind beliebte Fernwanderwege in der Region! Im Tal der Schwarzen Laber führt der **Neumarkter Burgensteig** zu Burganhöhen und im Tal der Weißen Laber lenkt der **Wasser- und Mühlenweg** zu alten Stauwehren. Für Familien sind der **WaldERLEBNISPfad** Velburg oder der **Erlebnispfad im Heutal** bei Breitenbrunn lohnende Wanderziele.

Alle Touren im Tourenportal des Landkreises
www.tourismus-landkreis-neumarkt.de

Kostenloses Infomaterial: Familienbroschüre, Rad- & Wanderkarten erhalten Sie im Tourismusbüro, Landkreis Neumarkt i.d.OPf. , Tel. 09181 470 1253
Tourismus@landkreis-neumarkt.de

Seniorentagespflege NoLa

Pflege allein kann schwierig sein – informieren Sie sich über Tagespflege in Velburg!



Pflege und Betreuung müssen nicht bedeuten, das eigene Zuhause aufzugeben. Die Seniorentagespflege NoLa bietet älteren und pflegebedürftigen Menschen die Möglichkeit, den Tag in einer vertrauten Gemeinschaft zu verbringen und abends wieder in die eigenen vier Wände zurückzukehren.

Unser Ziel ist es, die Selbstständigkeit und vorhandenen Fähigkeiten unserer Tagesgäste so lange wie möglich zu erhalten und zu fördern. Dabei legen wir großen Wert auf eine persönliche Betreuung, eine angenehme Atmosphäre und einen abwechslungsreichen Tagesablauf.

Ein wichtiger Bestandteil unseres Tages sind die gemeinsamen Mahlzeiten. Wir beginnen morgens mit einem gemütlichen Frühstück. Das Mittagessen wird täglich frisch in unserer hauseigenen Küche zubereitet. Dabei achten wir auf eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Am Nachmittag lassen wir den Tag bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen gemeinsam ausklingen.

Doch auch zwischen den Mahlzeiten ist bei uns einiges geboten: Nach dem Frühstück lesen wir gemeinsam die aktuelle Tageszeitung, bevor bei der täglichen Gymnastik Bewegung und Geselligkeit im Mittelpunkt stehen. Bei schönem Wetter unternehmen wir Spaziergänge, deren Länge und Tempo an die individuellen Möglichkeiten unserer Tagesgäste angepasst werden. Gesellschaftsspiele, Bingo, kreative Angebote sowie gemeinsames Backen und Kochen sorgen für Abwechslung. Natürlich kommen auch die saisonalen Feste nicht zu kurz – ob Fasching, Sommerfest, Oktoberfest oder Weihnachtsfeier: Gemeinsam feiern gehört bei uns einfach dazu!

Ein besonderes Highlight ist unser jährlicher gemeinsamer Ausflug. In diesem Jahr führte uns dieser mit dem Schiff von Kelheim nach Riedenburg. Bei einem gemeinsamen Mittagessen an Bord und einem anschließenden Besuch in der Eisdiele konnten alle einen schönen und erlebnisreichen Tag genießen.

Betreut werden unsere Tagesgäste von qualifiziertem Pflege- und Betreuungspersonal, das auf die individuellen Bedürfnisse jedes Einzelnen eingeht. Auch Angehörige lassen wir mit ihren Fragen und Herausforderungen nicht allein. Unsere Leitungskräfte beraten umfassend zu den Leistungen der Pflegekasse, Möglichkeiten der Unterstützung im häuslichen Alltag und weiteren pflegerischen Fragen.

Gut zu wissen: Die Tagespflege ist eine zusätzliche Leistung der Pflegeversicherung. Die Kosten für Pflege und Betreuung sowie den hauseigenen Fahrdienst können über die Pflegekasse finanziert werden – auch wenn ambulante Pflegeleistungen und Pflegegeld bereits genutzt werden

Sie möchten mehr erfahren? Wir freuen uns darauf, Sie und Ihre Angehörigen kennenzulernen und Sie unverbindlich über die Möglichkeiten der Seniorentagespflege NoLa zu informieren.

Ihre Ansprechpartner:
Norbert Langebach oder Laura Birgmeier
Tel. 09182-9399173
E-Mail: laura@tagespflege-nola.de







NoLa
Senioren-Tagespflege
Norbert Langebach
mit eigenem Fahr-Dienst

Hainstraße 4a, 92355 Velburg
Tel.: 09182 - 93 99 173
www.tagespflege-nola.de
info@tagespflege-nola.de

Alzinger & Vogel Softwareentwicklungs GmbH

Wir sind ein innovatives Softwareunternehmen mit mehr als 25 Jahren Erfahrung und bieten Ihnen individuelle, genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Beratung und Softwareentwicklung an.

Insbesondere sind wir auf folgende Bereiche spezialisiert:

- Entwicklung von Software für KNX Geräte
  - Wir sind Mitglied in der KNX Organisation
- Beratung und Entwicklung im Bereich Individualsoftware
  - Entwurf und Gestaltung von Webanwendungen
  - Client / Server basierte Datenbanklösungen
  - Beratung und Projektbetreuung
  - Planung, Umsetzung und Betreuung von Netzwerklösungen
  - Setup-Lösungen
  - Lösungen im Microsoft Office Umfeld
- Lösungen für Steuerungs- und Automatisierungsaufgaben im Bereich Prüf- und Fertigungsanlagen (Industrie 4.0)
  - Konzeption und Entwicklung von PC gestützten Steuerungen im Labor- und Prüfbereich
  - Anlagenvisualisierungen mit Node-Red
  - Überwachungslösungen mit BACnet

Wir legen besonders Wert auf die exakte Umsetzung Ihrer Anforderungen und auf eine hohe Qualität, der von uns entwickelten Software. Dazu begleiten wir Sie von der Problemanalyse, über die Evaluierung von Lösungsmöglichkeiten, dem System Design und der Implementierung bis zur Inbetriebnahme und unterstützen Sie auch nach dem erfolgreichen Going Live.

Zur Umsetzung unserer Ansprüche setzten wir ein **Qualitätsmanagentsystem** ein und sind nach DIN EN ISO 9001:2015 zertifiziert.

Weitere Informationen unter www.alzinger-vogel.de.

Woodpecker Issue Tracker ist ein sehr flexibles, webbasiertes Issue Tracking System, mit dem Sie auftretende Fehler, Anforderungen und Aufgaben in Ihren Projekten anhand eines frei definierbaren Workflows abarbeiten können.

Weitere Informationen unter www.woodpecker-it.com.

Woodpecker Time Tracker ist ein komplett web-basiertes Projektmanagement-Tool mit den Schwerpunkten **Zeiterfassung**, **projektbasierte Zeiterfassung**, **mobile Arbeitszeiterfassung**, **Mitarbeiterverwaltung**, **Projektüberwachung** und **Buchhaltung** und bietet Ihnen schnelle und zielgerichtete Unterstützung in jedem Projekt.

Weitere Informationen unter www.woodpecker-tt.com.

AVS Alzinger & Vogel Softwareentwicklungs GmbH
Westring 18
92366 Hohenfels

Telefon: +49 (94 72) 91 12 - 0
Fax: +49 (94 72) 91 12 – 10
E-Mail: info@alzinger-vogel.de



Tagliatelle mit Feta und Salbei

Diese Salbei-Pasta ist alles andere als ein klassisches Salbeibutter-Gericht: Cremiger Feta und eine kräftige Prise Chili sorgen für ordentlich Würze. In der heißen Pfanne wird der Feta weich und verbindet sich mit dem Pastawasser zu einer unwiderstehlichen Sauce. Und das Beste: In nur 20 Minuten sind meine neuen Lieblings-Nudeln fertig!

Zutaten für 4

- 600 g Tagliatelle
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 300 g Feta
- scharfe Chili-Flocken
- 12 frische Salbeiblätter
- etwas Olivenöl
- 1-2 Kellen Nudelwasser oder leichte Gemüsebrühe
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



So geht's ganz schnell!

- Die Tagliatelle nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser al dente kochen, etwas Pastawasser abschöpfen.
- Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Feta ebenfalls würfeln.
- Etwas Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Mit dem Pastawasser ablöschen und den Feta sowie die (je nach Größe geschnittenen) Salbeiblätter in die heiße Pfanne geben. Chiliflocken darüberstreuen. Alles schwenken, bis der Feta anfängt cremig zu werden.
- Die heiße, abgetropfte Pasta direkt in die Pfanne geben und alles gut vermengen. Auf Teller verteilen und großzügig mit frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer bestreuen.

Tipp!

Den Feta nicht zu klein schneiden. Etwa 1-1,5 cm große Würfel sind ideal. Zu klein gewürfelt zerläuft der Feta sofort. Zu groß bleibt er in der Mitte kalt. Perfekte Würfel werden außen cremig und haben noch Form.
Nudelwasser und Salzgehalt des Feta erübrigen die weitere Zugabe von Salz.

AUSBILDUNG IN DER REGION



ENTDECKE DIE MÖGLICHKEITEN TOPAKTUELL IN DER REGIONALFIT

OPTIONEN FÜR SCHÜLER

- Finde Lehrstellen vor deiner Haustür
- Gestalte deine Zukunft in deiner Heimat
- Regionale Unternehmen sind deinem Umfeld meist bekannt – vereinfache deine Recherche

OPTIONEN FÜR UNTERNEHMEN

- Schalten Sie ein Ausbildungsangebot in der RegionalFit
- Gewinnen Sie zukünftige Fachkräfte aus der Region
- Generieren Sie mit einer Anzeige zusätzliche Firmenwerbung

REGIONALFIT Das Firmen-Magazin mit Fachinformationen und Berichten aus Ihrer Region

IHRE ANSPRECHPARTNER: ALBERT WALDHIER, STEFANIE LANDFRIED, INFO@MEDIENHAUS-WALDHIER.DE, TEL. 0 94 99 94 27 22



Herder - Schule Pielenhofen

HERDER FOS GESTALTUNG & SOZIALWESEN

Realschule und Fachoberschule- Dein Weg zum Abitur:

Staatlich anerkannte Realschule

lebensnah ◆ kindgerecht ◆ werteorientiert

Fachoberschule (FOS)

keine Probezeit ◆ kleine Klassen ◆ individuelles Coaching ◆ interessante Projekte

Aufnahme mit Mittlerer Reife ohne Notenschnitt

Mit Wohngemeinschaften für FOS-SchülerInnen

Jetzt anmelden!

Info-Termine nach Absprache (09409-859676) oder auf der Website:

www.herder-schule.org

Scheitern erlaubt

– aber nicht bei der Ausbildung

Die Lehrstelle bleibt leer, der Bewerber tut sich mit Mathe und Lesen schwer, und der Azubi, der es dann doch geworden ist, kämpft mit sich selbst: Wer heute ausbildet, braucht viel mehr als Fachwissen. Wie Ausbilderinnen und Ausbilder mit dieser Lage umgehen können, war das Thema des Ausbildertags 2026 im Jahnstadion Regensburg.

Über 250 Teilnehmende aus Handwerk, Industrie, Handel und Dienstleistung kamen dazu. Eingeladen hatten die Handwerkskammer Niederbayern-Oberpfalz und die IHK Regensburg für Oberpfalz/Kelheim. Das Motto lautete „Kompetent Scheitern?! Persönlichkeitsentwicklung und Herausforderungen in der Ausbildung".

Der Vormittag gehörte zwei Impulsgebern. Der Psychologe und Bestsellerautor Jens Corssen und Tobias Rohde, Direktor des Fritz-Schubert-Instituts in Heidelberg, sprachen über psychologisches Wohlbefinden, Selbstführung und Resilienz. Am Nachmittag wählte jeder Teilnehmende zwei von fünf Praxisforen. Gertraud Gietl von der Regierung der Oberpfalz stellte das neue Schulfach „Persönliche Entwicklung" an den beruflichen Schulen vor. Der Straubinger Psychotherapeut Dr. Felix Gritschmeier zeigte, woran Betriebe psychische Belastungen bei Auszubildenden erkennen. PD Dr. Martina Maletzky de García von der Universität Passau widmete sich den interkulturellen Stolpersteinen in der Ausbildung. Daneben gab es Foren mit Tobias Rohde zum Weg zum Wohlbefinden und mit Jens Corssen zur Frage, wie aus guten Vorsätzen Taten werden. Durch den Tag führte Daniela Schuster.



Gemeinsamer Ausbildertag der IHK und der HWK.

„EIN KRACHENDES SCHEITERN KÖNNEN WIR UNS NICHT LEISTEN"

Zum Auftakt dankte Jürgen Kilger, Hauptgeschäftsführer der Handwerkskammer Niederbayern-Oberpfalz, den Betrieben für ihre Ausbildungsbereitschaft. Er machte aber auch klar, worum es geht. „Ausbildung bedeutet weit mehr als die Vermittlung fachlicher Kenntnisse und Fertigkeiten. Unsere Ausbilderinnen und Ausbilder geben jungen Menschen Orientierung, Halt und Zukunftsperspektiven", sagte Kilger. Er verwies auf die aktuelle PISA-Studie, die in Mathematik und Lesen erneut sinkende Leistungen zeigt. Die Betriebe spürten das längst. „Eine gute schulische Ausbildung ist das Fundament für eine erfolgreiche Ausbildung." Gleichzeitig sei der Ausbildungsmarkt zum Bewerbermarkt geworden, und ohne Nachwuchs aus dem Ausland gehe es nicht. Beim Thema Scheitern wurde Kilger deutlich: „Ein krachendes Scheitern in diesem Punkt können und dürfen wir uns nicht leisten. Wir sitzen alle in einem Boot, und unsere junge Generation ist jede Anstrengung wert."

AUSBILDUNG SICHERT DIE ZUKUNFT DER REGION

Für die IHK betonte Hauptgeschäftsführer Dr. Jürgen Helmes die Bedeutung der dualen Ausbildung: „Sie ist das Fundament unserer Fachkräftesicherung. Wer Betriebe dabei unterstützt, junge Menschen mit unterschiedlichen Voraussetzungen zum Erfolg zu führen, sichert die Zukunft unserer Region. Das Motto ‚Kompetent Scheitern?!' erinnert uns daran, dass Fehler zum Lernen gehören. Das gilt für die Auszubildenden genauso wie für uns alle."



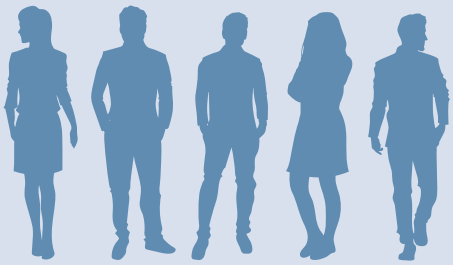
JOB-BÖRSE IN DER REGIONALFIT



waldhier
medienagentur – marketing

DER KANAL FÜR IHRE MITARBEITER-AKQUISE

- Schalten Sie ein Job-Angebot in der RegionalFit
- Machen Sie potenzielle Mitarbeiter auf Ihr Unternehmen aufmerksam
- Gewinnen Sie Mitarbeiter aus der Region
- Generieren Sie mit einer Anzeige zusätzliche Firmenwerbung



IHRE JOBANZEIGE DER PRINTAUSGABE ZUSÄTZLICH GRATIS DIGITAL AUF UNSEREM KANAL!

Zusätzlich zur Printausgabe bieten wir eine Newsletter-Ausgabe zum Blättern und Nachschauen für unterwegs an, in der wir Ihre Anzeige auch digital präsentieren.
Entdecken Sie die vielfältigen Werbemöglichkeiten im RegionalFit-Magazin – so erreichen Sie Ihre Zielgruppe effektiv und nachhaltig!

Sichern Sie sich die kostenlose Online-Ausgabe!
ABONNIEREN SIE JETZT KOSTENFREI! Erhalten Sie exklusiven Zugriff auf erstklassige Inhalte unter www.medienhaus-waldhier.de.



REGIONALFIT Das Firmen-Magazin mit Fachinformationen und Berichten aus Ihrer Region

MEDIENAGENTUR WALDHIER, WWW. MEDIENHAUS-WALDHIER.DE, INFO@MEDIENHAUS-WALDHIER.DE, TEL. 0 94 99 94 27 22

IMPRESSUM:

HERAUSGEBER & GESAMTPRODUKTION:
Medienagentur Waldhier
Lautersee 3, 93155 Hemau, Tel. 0 94 99 94 27 22
www.medienhaus-waldhier.de, info@medienhaus-waldhier.de

REDAKTION/MITARBEIT:
Albert Waldhier, Markus Bauer – MB (freier Journalist),
Werner Sturm, Stefanie Landfried,
Verena Lindner (Editorial, Basteln, Rezepte, Kinder)

MEDIENBERATUNG:
Stefanie Landfried

PROJEKTLEITUNG:
Albert Waldhier

waldhier
medienagentur – marketing

LAYOUT & GRAFIK:
Die Grafikschmiede Verena Lindner
Kranichstr. 8, 93309 Kelheim, Tel. 0 94 41 68 39 86, Mobil 0160 95534580
www.diegrafikschmiede.de, info@diegrafikschmiede.de

LEKTORAT: Verena Lindner

AUFLAGE:
40.000 inkl. Newsletter, Verteilung an Haushalte und Verteilstellen im Verteilungsgebiet

ERSCHEINUNGSWEISE:
4 x jährlich kostenfrei

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers erlaubt. Für eingesandte Bilder und Texte erfolgt keine Haftung. Die Beiträge müssen frei von Copyright und selbst verfasst sein. Alle Angaben erfolgen nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr.



Bild: ADAC/Ralph Wagner

Tiefenentladung vermeiden

ADAC Tipps zur richtigen Lagerung von Akkus für E-Bikes, Elektroroller & Gartengeräte

Das E-Bike im Fahrradschuppen, der E-Scooter in der Garage und der elektrische Rasenmäher im Gartenhaus. Was im Sommer kein Problem darstellt, sollte bei kalten Temperaturen besser noch einmal überdacht werden – zumindest, wenn ein Akku im Gerät verbaut ist. Kälte schädigt einen intakten Akku zwar nicht automatisch, kann aber vorübergehend seine Leistung und nutzbare Kapazität reduzieren. Für eine längere Winterpause kommt es deshalb vor allem auf den richtigen Lagerort und Ladezustand an.

Der ADAC gibt deshalb Tipps, wie man Akkus über den Winter richtig lagert und somit ihre Lebensdauer positiv beeinflussen kann.

Entscheidend ist zunächst das richtige Klima. Experten des Mobilitätsclubs empfehlen, dass Akkus bei Temperaturen zwischen 10 und 20 Grad und möglichst trocken gelagert werden sollten. Zudem sollten sie vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt werden. Dies gilt für Batterien mit Lithium-Ionen-Technologie, die in nahezu allen Fahrzeugen, Werkzeugen und Gartengeräten zum Einsatz kommen.

Auch der richtige Ladezustand ist zu beachten. Jeder Hersteller gibt einen eigenen Wert für die richtige Lagerung an, generell sollte man aber Akkus nicht komplett voll oder leer für längere Zeit aufbewahren. Für die Winterpause ist ein mittlerer Ladezustand von etwa 40 bis 60 Prozent empfehlenswert.

Auch wenn Akkus mit Lithium-Ionen-Technologie eine geringe Selbstentladung haben, kann es bei längeren Ruhephasen zu einer sogenannten Tiefenentladung kommen. Diese hat oft zur Folge, dass der Akku im Anschluss nicht mehr richtig aufgeladen werden kann und ersetzt werden muss. Deshalb sollte der Ladezustand während einer längeren Lagerung regelmäßig kontrolliert und bei Bedarf nachgeladen werden. Zudem empfiehlt der ADAC, zusätzlich die Hinweise des jeweiligen Herstellers zur längeren Lagerung des Akkus zu beachten.

Wer E-Bike oder E-Scooter auch im Winter nutzt, sollte einen stark ausgekühlten Akku nach der Fahrt zunächst langsam auf Raumtemperatur kommen lassen. Insbesondere das Laden eines Akkus bei Temperaturen unter 0 Grad sollte vermieden werden.

QUELLE: ADAC

Kfz-Lackierfachbetrieb

Feuerer & Schenke

Unfallreparatur / Lackierarbeiten aller PKW Fahrzeuge · Autoglas
Reifenhandel · Klimaservice · Oldtimerlackierungen · Spotrepair

Riegelweg 5 / 93164 Laaber-Hinterzhof
Tel.: 0 94 98 / 90 67 66 · Fax 0 94 98 / 94 93 001

www.feuerer-schenke.de
Mail: info@feuerer-schenke.de

Wir wünschen allen unseren Kunden, Geschäftspartnern und Freunden ein frohes und friedvolles Weihnachten und ein gesundes, glückliches neues Jahr. Für das entgegengebrachte Vertrauen und die gute Zusammenarbeit möchten wir uns herzlich bedanken.



Bilder: ADAC

Herbstliches Risiko

ADAC Südbayern warnt vor Aquaplaning auf nassen Straßen

Schon wenige Millimeter Wasser können zum Kontrollverlust führen. Mit einem Fahrsicherheitstraining erkennen Autofahrer die Gefahr, vermeiden kritische Situationen und reagieren im Ernstfall richtig

Starkregen und nasse Fahrbahnen erhöhen im Herbst die Unfallgefahr auf Bayerns Straßen. Besonders tückisch ist Aquaplaning: Schon wenige Millimeter Wasser können dazu führen, dass Reifen den Kontakt zur Fahrbahn verlieren. Der ADAC Südbayern warnt Autofahrer davor, die Gefahr zu unterschätzen, und rät zu angepasster Geschwindigkeit sowie regelmäßiger Kontrolle der Reifen. Verlieren die Reifen den Kontakt zur Fahrbahn, sollten Autofahrer Ruhe bewahren und hektische Lenk- sowie Bremsmanöver vermeiden. „Aquaplaning entsteht, wenn die Reifen das Wasser auf der Fahrbahn nicht mehr ausreichend aufnehmen und ableiten können. Zwischen Reifen und Straße bildet sich ein Wasserfilm, auf dem das Fahrzeug aufschwimmt“, erklärt Michael Heckenstaller, Trainer der ADAC-Fahrsicherheitszentren Südbayern. Besonders hoch ist das Risiko in Spurrillen, Senken, Unterführungen sowie auf Fahrbahnabschnitten, auf denen sich Regenwasser sammelt. Vor allem auf Autobahnen und stark befahrenen Landstraßen können sich durch die hohe Verkehrsbelastung Spurrillen bilden, in denen Wasser stehen bleibt. Deshalb sollte, sofern die Verkehrssituation es zulässt, möglichst seitlich versetzt zu den Spurrillen gefahren werden.



Schlechte Sicht, nasse Fahrbahn: Ein ADAC Fahrsicherheitstraining hilft, kritische Situationen wie Aquaplaning besser zu beherrschen.

GESCHWINDIGKEIT UND REIFEN SIND ENTSCHEIDENDE FAKTOREN

Der häufigste Fahrfehler bei Nässe ist eine nicht angepasste Geschwindigkeit. Mit zunehmendem Tempo steigt die Gefahr von Aquaplaning deutlich. Zusammen mit abgefahrenen Reifen oder zu geringem Reifendruck erhöht sich das Risiko zusätzlich. Sommerreifen sollten mindestens drei Millimeter, Winterreifen und Ganzjahresreifen mindestens vier Millimeter Profiltiefe aufweisen. Auch der Reifendruck sollte regelmäßig kontrolliert werden. Treffen mehrere Risikofaktoren zusammen, kann Aquaplaning bereits ab etwa 60 km/h überraschend schnell auftreten. „Wer bei Regen trotz erkennbarer Gefahr zu schnell oder mit abgefahrenen Reifen unterwegs ist und einen Unfall verursacht, muss unter Umständen mit haftungsrechtlichen Konsequenzen rechnen“, warnt Verkehrsexperte Alexander Kreipl vom ADAC Südbayern.

Warnsignale für Aquaplaning sind unter anderem laute Wassergeräusche, Spritzwasser anderer Fahrzeuge, sichtbare Wasseransammlungen auf der Fahrbahn oder eine plötzlich schwammige Lenkung.

RICHTIGE VERHALTENSWEISE IM ERNSTFALL

Kommt es zu Aquaplaning, sollten hektische Lenk- oder Bremsmanöver unbedingt vermieden werden. Wichtig ist, Ruhe zu bewahren: Kupplung treten, den Fuß vom Gas nehmen und das Lenkrad möglichst gerade halten, bis die Reifen wieder Kontakt zur Fahrbahn haben. Fahrer mit Automatikgetriebe sollten dabei keinesfalls die Fahrstufe wechseln oder auf Neutral schalten. Assistenzsysteme wie ABS oder ESP stoßen während des Aquaplanings an ihre Grenzen, da ohne Fahrbahnkontakt die Grundlage für ihre Funktion fehlt.

„Taucht während des Aquaplanings ein Hindernis auf oder gerät das Fahrzeug ins Schleudern, ist eine Gefahrenbremsung erforderlich. Während des Aquaplanings selbst ist eine Verzögerung des Fahrzeugs wegen des fehlenden Fahrbahnkontakts zwar nicht möglich, sobald die Reifen jedoch wieder Haftung aufbauen, zählt jeder Meter“, betont Heckenstaller. Viele Fahrer bremsen in solchen Situationen nicht kräftig genug. Dabei kann eine konsequente Gefahrenbremsung auf nasser Fahrbahn den Anhalteweg gegenüber einem normalen Bremsvorgang deutlich verkürzen. Voraussetzung für eine wirkungsvolle Gefahrenbremsung ist eine korrekte Sitzposition mit anliegendem Rücken und leicht angewinkelten Armen.

QUELLE: ADAC



JETZT LEASEN.

Ausgestattet mit der innovativen eDrive Technologie der fünften Generation überzeugt der vollelektrische BMW iX1 mit dynamischen Leistungswerten und hoher Reichweite. So bietet er ein agiles Fahrerlebnis für alle, die das Abenteuer im Alltag suchen. Lassen Sie sich vom BMW iX1 begeistern und vereinbaren Sie jetzt Ihre persönliche Probefahrt.

BMW iX1 eDrive 20: Alpinweiß uni | 18" M LMR Doppelspeiche 838 M Bicolor | M Sportpaket | BMW Live Cockpit Plus mit BMW Curved Display | Sport-Lederlenkrad | Parking Assistant inkl. Active Park Distance Control und Rückfahrkamera

Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH: BMW iX1 eDrive 20

Anschaffungspreis:	43.950,01 EUR	Laufleistung p. a.:	10.000 km
Leasingsonderzahlung:	4.000,00 EUR	Laufzeit:	36 Monate
36 monatliche Leasingraten à:	**469,00 EUR**		
Gesamtpreis:	**20.884,00 EUR**		

Ein unverbindliches Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH, Lilienthalallee 26, 80939 München. Stand 10/2026. Alle Preise inkl. der gegebenenfalls gesetzlich anfallenden Umsatzsteuer, sofern nicht anders gekennzeichnet. Für Verbraucher gelten ausschließlich die Preise inkl. der gegebenenfalls gesetzlich anfallenden Umsatzsteuer. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung, für das Fahrzeug eine Vollkaskoversicherung abzuschließen.

Zzgl. 900,00 EUR für Transport und Überführung.

WLTP Energieverbrauch kombiniert: 14,7 kWh/100 km; WLTP CO_2-Emissionen kombiniert: 0 g/km; CO_2-Klasse: A; WLTP Elektrische Reichweite: 500 km; Spitzenleistung: 150 kW

PRALLER
Deuerling · www.praller.de

Jetzt die **My BMW App** herunterladen!

HIRSCH
KREATIVE BÜROLÖSUNGEN

93309 Kelheim, Schäfflerstraße 20 | Tel.: 09441 2975-0 | www.hirsch-buerotechnik.de

Ihr Partner für ein produktives Büro.





- DRUCKEN
- KOPIEREN
- SCANNEN
- FAXEN

BÜROMÖBEL
Ergonomisch, modern und funktional.

BANDSCHEIBENSTÜHLE
Gesundes Sitzen für mehr Wohlbefinden.

DRUCK- U. KOPIERSYSTEME
Effizient. Zuverlässig. Produktiv.

BÜROBEDARF, TINTEN, TONER, ZUBEHÖR
Alles für Ihren reibungslosen Büroalltag.

BESUCHEN SIE UNS IN UNSEREM ONLINESHOP.
www.hirsch-buerotechnik.de

Persönliche Beratung | Schnelle Lieferung | Beste Qualität & zuverlässiger Service

Wohneigentum häufiger als gedacht

Die Mehrheit der Deutschen unterschätzt, wie viele Menschen tatsächlich in den eigenen vier Wänden leben. Zu diesem Ergebnis kommt eine aktuelle YouGov-Umfrage im Auftrag der Postbank.

Sieben von zehn Befragten (70 Prozent) gehen davon aus, dass weniger als 40 Prozent der Haushalte in Deutschland Wohneigentum besitzen, 41 Prozent schätzen den Anteil sogar auf unter 30 Prozent. Tatsächlich liegt die Wohneigentumsquote in Deutschland laut Daten des Statistischen Bundesamtes bei rund 42 Prozent. „Die Ergebnisse zeigen, wie stark die persönliche Wahrnehmung das Bild vom Immobilienmarkt prägt. Wer den Weg ins Eigenheim als kaum erreichbar erlebt, unterschätzt häufig, wie viele Haushalte bereits Wohneigentum besitzen. Gleichzeitig macht die vergleichsweise niedrige Wohneigentumsquote im internationalen Vergleich deutlich, dass der Zugang zu den eigenen vier Wänden für viele Menschen eine Herausforderung bleibt“, sagt Dr. Ulrich Stephan von der Postbank.

QUELLE: BHW



Bild: Postbank/Lena Manteuffel



Schenkung mit Nießbrauch

Wann beginnt die Zehnjahresfrist?

Wer sein Haus zu Lebzeiten an die Kinder überträgt, möchte häufig weiterhin darin wohnen oder Mieteinnahmen erzielen. Ein Nießbrauch macht das möglich. Doch im Erbrecht kann diese Gestaltung erhebliche Folgen haben.

Viele Immobilieneigentümer möchten ihr Vermögen frühzeitig an die nächste Generation übertragen und zugleich finanziell abgesichert bleiben. Eine Möglichkeit ist die Schenkung unter Vorbehalt eines Nießbrauchs: Das Haus wird beispielsweise auf die Tochter übertragen, während sich die Eltern das Recht vorbehalten, weiterhin darin zu wohnen oder es zu vermieten. Doch Vorsicht: Bei Pflichtteilsansprüchen kommt es auf die gesetzliche Zehnjahresfrist an.

ZEHN JAHRE – ABER AB WANN?

Nach § 2325 BGB können Schenkungen bei der Berechnung von Pflichtteilsergänzungsansprüchen berücksichtigt werden. Grundsätzlich vermindert sich der berücksichtigungsfähige Wert mit jedem Jahr um ein Zehntel. Nach zehn Jahren bleibt die Schenkung regelmäßig unberücksichtigt.

Bei einem umfassenden Nießbrauch beginnt diese Frist jedoch unter Umständen gar nicht zu laufen. Denn der Bundesgerichtshof verlangt, dass der Schenker den wirtschaftlichen Genuss der Immobilie tatsächlich aufgibt. Behält er sich das Recht vor, das Haus weiterhin uneingeschränkt selbst zu nutzen oder die Mieteinnahmen zu beziehen, kann die Schenkung erbrechtlich weiterhin relevant bleiben.
Entscheidend sind die Umstände des Einzelfalls und die konkrete Ausgestaltung des Nießbrauchs.

WAS BEDEUTET DAS IN DER PRAXIS?

Überträgt ein Vater sein Haus im Wert von 500.000 Euro auf seine Tochter und behält sich einen lebenslangen Nießbrauch vor, kann ein enterbter Sohn auch nach mehr als zehn Jahren noch Pflichtteilsergänzungsansprüche geltend machen. Die lange zurückliegende Übertragung schützt die Tochter nicht automatisch vor solchen Ansprüchen.

FRÜHZEITIG PLANEN

Ob ein eingeschränktes Wohnungsrecht oder eine andere Gestaltung günstiger ist, sollte vor der Übertragung geprüft werden. Dabei müssen auch die eigene Versorgung, mögliche Pflegekosten und die Interessen weiterer Pflichtteilsberechtigter berücksichtigt werden.

Fazit

Eine Schenkung mit Nießbrauch kann die Vermögensnachfolge sinnvoll gestalten. Wer sichergehen möchte, dass die Zehnjahresfrist tatsächlich beginnt, sollte die Übertragung rechtlich sorgfältig planen und sich vor der notariellen Beurkundung beraten lassen.



Wohnkosten

Die Kluft zwischen Mietern und Eigentümern wächst



Bild: Postbank/halfpointt

Miete und Nebenkosten werden für viele Menschen in Deutschland zur Belastung – allerdings längst nicht für alle gleichermaßen. Eine aktuelle Postbank Umfrage zeigt: Während Eigentümer ihre Ausgaben meist gut stemmen können, geraten viele Mieter finanziell unter Druck. Es bleibt keine finanzielle Reserve, um Rücklagen zu bilden. Eine Folge: Der Weg in die eigenen vier Wände wird für immer mehr Menschen zum Kraftakt.

Als Faustregel gilt, dass die monatlichen Wohnkosten – also Miete oder Kreditrate einschließlich Nebenkosten – nicht mehr als 30 Prozent des Nettoeinkommens ausmachen sollten. Laut einer aktuellen YouGov-Umfrage im Auftrag der Postbank müssen viele Mieter jedoch deutlich mehr ausgeben: Knapp jeder Dritte (30 Prozent) wendet 40 Prozent oder mehr seines Haushaltsnettoeinkommens für das Wohnen auf, jeder Achte (13 Prozent) sogar mindestens die Hälfte. Ausgaben in dieser Größenordnung haben hingegen nur 15 beziehungsweise fünf Prozent der Eigentümer – also nur halb so viele. Entsprechend fühlen sich Mieter finanziell häufiger überfordert. Zwölf Prozent geben an, sich ihre Wohnkosten eigentlich nicht mehr leisten zu können. Unter Eigentümern trifft das lediglich auf fünf Prozent zu. „Wohnen wird für immer mehr Mieter zu einer finanziellen Zumutung. Wenn fast jeder achte Befragte erklärt, die eigene Wohnung kaum noch bezahlen zu können, ist das mehr als ein Stimmungsbild. Es ist ein Hinweis darauf, wie wichtig bezahlbarer Wohnraum für unsere Gesellschaft geworden ist und wie stark sich die Lebenswirklichkeit von Mietern und Eigentümern inzwischen auseinanderentwickelt hat“, sagt Dr. Ulrich Stephan von der Postbank.

FINANZIELLE HÜRDEN

Der Wunsch nach Wohneigentum ist unter Mietern ungebrochen: 48 Prozent würden lieber in der eigenen Wohnung oder im eigenen Haus leben. Angesichts der hohen Kosten bleibt dieser Wunsch für viele jedoch unerreichbar. 85 Prozent der Mieter mit Wunsch nach Wohneigentum nennen fehlende finanzielle Mittel als Grund, dass sie weiterhin zur Miete wohnen. Als größte Hürde empfinden sie das fehlende Eigenkapital: 57 Prozent geben an, dass ihnen die nötigen Rücklagen fehlen. Für 45 Prozent ist die Finanzierung zu teuer, 41 Prozent halten die Erwerbskosten für zu hoch. „Das fehlende Eigenkapital ist für viele Mieter zum entscheidenden Hindernis geworden. Wohneigentum erscheint damit immer weniger als Ergebnis kontinuierlicher eigener Sparleistung, sondern zunehmend als Frage familiärer Ressourcen“, erklärt Dr. Ulrich Stephan. Dieses Bild spiegelt sich auch in der Einschätzung der Befragten wider: 54 Prozent der Mieter meinen, dass man heute am ehesten durch eine Erbschaft oder finanzielle Unterstützung aus der Familie zu Wohneigentum gelangt. Unter Eigentümern teilen nur 36 Prozent diese Einschätzung.

QUELLE: BHW



Schenkung, Darlehen oder Erbe

So kann die Familie beim Immobilienkauf helfen

Mehr als jeder Zweite (53 Prozent) ist überzeugt, dass man heute am ehesten durch eine Erbschaft oder finanzielle Unterstützung der Familie zu Wohneigentum gelangt, so die Ergebnisse einer aktuellen Postbank Umfrage. Tatsächlich gibt es verschiedene Möglichkeiten, wie Familien beim Immobilienkauf unter die Arme greifen können – von Geldgeschenken bis zu zinsgünstigen Darlehen.

Fehlendes Eigenkapital ist die größte Hürde auf dem Weg in die eigenen vier Wände. 20 Prozent des Kaufpreises plus Nebenkosten gelten als ideal. Geld, das vielen Mietern fehlt: 57 Prozent nennen fehlendes Eigenkapital als Grund dafür, dass sie zur Miete wohnen. Wer beim Immobilienkauf Unterstützung aus der Familie erhält, etwa durch eine Schenkung oder vorweggenommene Erbschaft, kann sich glücklich schätzen. Geldgeschenke oder die Übertragung eines Grundstücks erhöhen das Eigenkapital und erleichtern dadurch die Finanzierung oder ermöglichen günstigere Kreditkonditionen. Wichtig ist dabei der Blick auf die steuerlichen Freibeträge: Eltern können ihren Kindern derzeit alle zehn Jahre Vermögenswerte von bis zu 400.000 Euro steuerfrei übertragen – pro Elternteil.



Bild: Postbank/Ś VaDrobotBO

Wer beim Immobilienkauf finanzielle Unterstützung aus der Familie erhält, kann sich glücklich schätzen.

SCHRIFTLICH FESTGEHALTEN

Finanzielle Hilfe muss nicht immer verschenkt werden: Auch ein zinsgünstiges Darlehen innerhalb der Familie kann den Erwerb einer Immobilie erleichtern. „Ob Schenkung oder Darlehen – wichtig ist, dass die Vereinbarungen klar und schriftlich festgehalten werden. Das schafft Transparenz und hilft, spätere Missverständnisse innerhalb der Familie zu vermeiden“, rät Baufinanzierungsexperte Fejzu Peci von der Postbank. Eine weitere Möglichkeit besteht darin, dass Eltern als Bürgen auftreten oder zusätzliche Sicherheiten bereitstellen – beispielsweise eine schuldenfreie Immobilie. Dadurch sinkt das Risiko für die Bank, was die Finanzierung erleichtern kann. Bürgen sollten sich allerdings bewusst sein, dass sie damit ein erhebliches finanzielles Risiko eingehen. Können die Kreditnehmer ihre Raten dauerhaft nicht mehr zahlen, werden sie selbst zur Rückzahlung verpflichtet. „Welche Form der Unterstützung sinnvoll ist, hängt immer von der individuellen Situation der Familie ab“, sagt Fejzu Peci. „Vor größeren Vermögensübertragungen sollten sich Familien rechtlich und steuerlich beraten lassen. So lassen sich Gestaltungsmöglichkeiten optimal nutzen und spätere Konflikte vermeiden.“

QUELLE: BHW

naturalis energiesysteme
Großhandel | Service | Wartung
mehr als nur ein Handel
Zentralheizungen
· Hackschnitzelheizung
· Pelletheizung
· Wärmepumpen
· Container-Lösungen
Wohnraumöfen
· Holzkaminofen
· Pelletkaminofen
· Kücheherde
· Ambientefeuer
Dienstleistungen
· Inbetriebnahmen
· Instandhaltung
· Notdienst
· Kaminofeninstallation
Oberreiselberg 3 93155 Hemau 09491 806300

M. HOFINGER
Elektrotechnik & Wärmetechnik
unsere Leistungen
Elektroinstallation Alt-und Neubau
Elektrogeräte und Reparaturen
Elektrische Fußbodenheizungen
Marmorheizungen
Wohnraumlüftungen dezentral


M.Hofinger
Rappelshofen 9
93346 Ihrlerstein
Tel: 09447-1231
Fax: 09447-991510
m.hofinger@elektro-hofinger.de
www.elektro-hofinger.de

Innenputz - Außenputz
Altbausanierung
Denkmalschutz
Fließestrich
Wärmedämmverbundsystem
Stuckarbeiten
SB PUTZ
Stuckateurmeister
Sebastian Bauer
Marktplatz 12a · 93351 Painten
Email: info@sb-putz-painten.de
www.sb-putz-painten.de
Tel.: 0160-973 10 501
Fax: 0 94 99-942 51 75

Fenster altersgerecht modernisieren

... und den Charakter des Hauses erhalten

Wer sein Zuhause altersgerecht modernisiert, möchte in der Regel mehr Komfort, Energieeffizienz und Sicherheit, ohne den Charakter der eigenen vier Wände allzu stark verändern zu müssen. Denn gerade bei älteren Immobilien besteht oft die Sorge, dass moderne Bauelemente nicht zum Erscheinungsbild des Gebäudes passen. Dabei müssen sich zeitgemäße Technik und eine stimmige Gestaltung keineswegs ausschließen.



Bild: ki.veka

Mit modernen Fensterprofilen wie von Veka lassen sich historische oder regionaltypische Baustile bewahren und gleichzeitig die Vorteile moderner, pflegeleichter Kunststofffenster nutzen. So verlieren Häuser durch die Modernisierung nicht ihren individuellen Charakter.

Fenster prägen die Wirkung einer Fassade stärker als viele andere Bauteile. Werden sie ausgetauscht, kann sich damit der gesamte Eindruck eines Hauses verändern. Umso wichtiger ist es, dass neue Fenster nicht wie Fremdkörper wirken, sondern sich harmonisch in die bestehende Architektur einfügen. Moderne Kunststofffensterprofile von Veka bieten dafür vielfältige Möglichkeiten. Unterschiedliche Fensterformen, schlanke Ansichtsbreiten sowie eine große Auswahl an Farben, Oberflächenstrukturen und Holzoptiken eröffnen viele Gestaltungsoptionen. So lassen sich sowohl klassische Einfamilienhäuser als auch Stadtvillen oder Landhäuser stilgerecht ausstatten.

Besonders gefragt sind heute fein strukturierte Oberflächen, die hochwertig wirken und gleichzeitig pflegeleicht bleiben. Die Veka Feinstruktur-Farbpalette umfasst zeitlose Farbtöne wie Anthrazitgrau, Basaltgrau, Schiefergrau, Quarzgrau, Silbergrau oder Schwarz. Die Oberflächen erinnern optisch an pulverbeschichtetes Aluminium und verleihen Fenstern eine moderne, elegante Anmutung. Wer es traditioneller mag, findet darüber hinaus hochwertige Holzdekore, die die natürliche Optik von Holzfenstern aufgreifen, aber nicht deren Pflegeaufwand haben. So lassen sich historische oder regionaltypische Baustile bewahren und gleichzeitig die Vorteile moderner Kunststofffenster nutzen.

Neben der Gestaltungsvielfalt profitieren Eigentümer von den technischen Eigenschaften zukunftsorientierter Kunststofffensterprofile. Hochwertige Profile mit Mehrkammertechnologie reduzieren Energieverluste und tragen zu einem angenehmen Raumklima bei. Gleichzeitig sorgen sie für die Stabilität, die für moderne Dreifachverglasungen erforderlich ist. So zeigt sich: Altersgerechtes Modernisieren bedeutet nicht, alles neu zu machen. Oft geht es vielmehr darum, Bewährtes zu erhalten und das Zuhause behutsam an die Anforderungen von Senioren anzupassen. Moderne Kunststofffensterprofile leisten dazu einen wichtigen Beitrag, technisch wie gestalterisch.

QUELLE: TXN

Deufel Bau GmbH

• Gerüstbau • Neubau • Sanierung • Putzarbeiten • Pflasterarbeiten
• Baugeräte- und Schalungsverleih

Rappelshofen 10 a · 93346 Ihrlerstein · Tel. 0 94 47 - 4 36 · Mobil 01 51 - 18 47 82 08
e-mail: deufel-bau@t-online.de

RegionalFit-Magazin Rückschau auf dieses Jahr

Dass die **„REGIONALFIT“** bei Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, weiterhin so gut ankommt, stimmt uns zuversichtlich für das kommende Jahr: Dann erscheint bereits die 60. Ausgabe!

Die anhaltend positive Resonanz unserer Leser- und Kundschaft auf die Hefte in diesem Jahr zeigt, wie breit die RegionalFit angenommen wird. Besonders großes Interesse fanden neben unseren informativen Unternehmensporträts auch die thematischen Beiträge zu verschiedenen Gemeinden unserer Region. Darin haben wir deren Reiz und Besonderheiten vorgestellt. Als 35. Gemeinde in unserem Verbreitungsgebiet präsentierten wir die Verwaltungsgemeinschaft Pielenhofen–Wolfsegg. In weiteren Ausgaben porträtierten wir zudem die Landkreise Kelheim und Neumarkt.

Auch über bevorstehende Veranstaltungen und die schönsten Feste in der Region haben wir Sie regelmäßig informiert. Von Berching bis Kallmünz, von Hemau bis Neustadt, von Velburg bis Kelheim und von Abensberg bis Beilngries halten wir Sie auf dem Laufenden – und werden das auch weiterhin tun. Einen Überblick über unser gesamtes Verbreitungsgebiet finden Sie auf Seite 23.

Wir stellten Ihnen neue Trends fürs Eigenheim vor und zeigten, welche staatlichen Förderungen für Neubau und Sanierung genutzt werden können, um Ihr Zuhause an die sich wandelnden Energiestandards anzupassen. Zugleich präsentierten sich zahlreiche unserer Kunden mit ihren Anzeigen als kompetente Ansprechpartner für Ihr Bauvorhaben.

Vielleicht gerade angesichts des oft unübersichtlichen Online-Angebots hat sich unsere regionale Job- und Ausbildungsbörse zu einem festen Bestandteil der Regional Fit entwickelt.

A propos Online-Angebot: Mit unserer ansprechend und informativ gestalteten Homepage sind wir nun auf dem neuesten Stand. Auch der integrierte Newsletter erfreut sich großer Beliebtheit und ergänzt die gedruckte Ausgabe mit aktuellen Informationen. Wie die durchweg positive Rückmeldung zeigt, konnten wir mit diesem zusätzlichen Angebot unseren Leserkreis weiter vergrößern.

Sie sehen: Die Themenpalette war vielfältig. Auch im kommenden Jahr dürfen Sie sich auf ein abwechslungsreiches und hochwertiges Magazin freuen, das Ihnen weiterhin viel Information und Freude bereiten soll.

Zum Jahresausklang wünschen wir Ihnen eine zauberhafte Adventszeit, frohe und besinnliche Feiertage sowie einen glücklichen Start in ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2027!

Ihr Team der RegionalFit



WERTE LEBEN - Traditionen weitergeben

Betriebskapelle St. Joseph in Rieb – eingeweiht Juli 2026



HOLZBAU SEMMLER | 125 Jahre

Holzbau Semmler GmbH | Rieb 5 | 93155 Hemau | info@semmler.bayern | www.semmler.bayern

Ihre neue Einrichtung...







... von uns perfekt geplant!

KÜCHEN • MARKENMÖBEL • UND MEHR

- Beratung
- Planung
- Montage
- Service

ALTMÜHL
Möbelhaus GmbH
93339 **Riedenburg**-Haidhof
Telefon 09442 / 586
www.altmuehl-moebelhaus.de

Kreativ, individuell und passgenau – Maßarbeit aus Meisterhand

Eigene Möbelschreinerei • Fenster • Haus- und Zimmertüren

Die Zukunft fest im Griff!

SCHUHMANN
HEIZUNG • LÜFTUNG • SANITÄR GmbH

IHR BAD. NEU GEDACHT. NEU GEMACHT.

Ein Badezimmer ist mehr als nur ein Raum. Es ist der Ort, an dem Ihr Tag beginnt. Und der Ort, an dem Sie abends zur Ruhe kommen. Unser Ziel ist es, aus Ihrem Badezimmer einen echten Wohlfühlort zu machen – für einen perfekten Start in den Tag und entspannte Momente am Abend.

MODERN. FUNKTIONAL. ZEITLOS.







PERSÖNLICH. REGIONAL. VERLÄSSLICH.

Als regionales Unternehmen sind wir nah an unseren Kunden. Wir stehen für ehrliche Beratung, saubere Arbeit und klare Abläufe. Bei uns haben Sie einen festen Ansprechpartner – vom ersten Gespräch bis zur fertigen Übergabe. Qualität aus der Region – für ein Zuhause zum Wohlfühlen.

ALLES AUS EINER HAND.

Wir übernehmen die komplette Organisation und Koordination aller Arbeiten – von Sanitär über Fliesen bis Elektro und Innenausbau. Alle Gewerke greifen ineinander. Strukturiert. Termingerecht. Durchdacht. Sie sprechen mit uns – wir kümmern uns um den Rest.

IHRE WÜNSCHE STEHEN IM MITTELPUNKT.

Jedes Bad ist so individuell wie die Menschen, die es nutzen. Ob moderne Walk-In-Dusche, barrierefreie Lösung, hochwertige Materialien, individuelle Nischen, besondere Beleuchtung oder maßgeschneiderte Details – wir setzen Ihre Vorstellungen um und finden für nahezu jeden Wunsch eine passende Lösung. Gemeinsam entwickeln wir ein Konzept, das zu Ihrem Zuhause und Ihrem Alltag passt.

IHR NEUES BAD?
HIER ENTLANG!

Telefon: 09499 942960
Ziegelfeld 10, 93351 Painten
www.schuhmann-heizung.de
info@schuhmann-heizung.de

UNSERE PARTNER:
Joheß Elektrotechnik | Elektro Meier | Fliesen Triltsch
Ernstberger Stefan – Fliesen, Platten, Mosaik, Verlegung
Aurilio Trockenbau | Glas Kellner
Malerfachbetrieb Lindner

Lassen Sie uns gemeinsam Ihr neues Bad planen – für mehr Komfort und echtes Wohlgefühl.
Gerne beraten wir Sie unverbindlich.

NIEBLER BAU GmbH

Planung. Rohbauarbeiten. Sanierung.

- KfW-40 QNG: Klimafreundliches Wohngebäude
- Barrierefreie Wohnungen
- Hochwertige Ausstattung



In der Laibacher Straße 3 in Regensburg entsteht ein hochwertiges Mehrfamilienhaus mit vier Wohneinheiten im klimafreundlichen KfW-40-Standard.

Wärmepumpe, Photovoltaik und moderne Lüftungstechnik sorgen für ein angenehmes Raumklima, hohe Energieeffizienz und niedrige Betriebskosten.

Die ruhige Lage im Norden Regensburgs mit hervorragender Anbindung an Innenstadt, Universität und Arbeitgeber macht das Objekt zu einer nachhaltigen und renditestarken Kapitalanlage.

Wir kaufen Grundstücke

Sie sind Eigentümer eines Grundstückes und auf der Suche nach einem Käufer? Dann sind Sie bei uns genau richtig.

Niebler Bau GmbH

Bundesstr. 16b
92331 Parsberg-Willenhofen

Telefon: 09492-600636
E-Mail: nieblerbau.gmbh@t-online.de
Website: www.niebler-bau.de