

## AM RANDE

VON ELISABETH HIRZINGER

## Verrückte Zeit

Ich kann sie nicht mehr sehen, die Weihnachtsdekoration, sagte eine Schwandorfer Geschäftsfrau. Das war im Oktober und da hatte sie bereits die schönsten Deko-Teile verkauft, die seit August ihren Laden schmückten. Ich kann die Frau gut verstehen. Ich kann sie auch nicht mehr sehen, die winterlichen Stimmungsmacher allüberall im Haus. Klar, es ist noch Winter, aber warum soll ich mir nicht schon den Frühling mit ein paar Farbtupfern ins Haus holen? Dachte ich und marschierte in mein Lieblings-Geschäft. Kisses in Pink und Lila im Kontrast zu den vorherrschenden gedeckten Tönen, Eyecatcher auch auf der Fensterbank, das suchte ich. Die Frau mit dem Händchen für Dekoration hat mich noch um ein bisschen Geduld gebeten. Sie kam gerade von der Weihnachtsmesse...



Yoga und Müsli-Frühstück gehörten zum Gesundheitstag an der Schule.



Fotos: KMK-Realschule

## „Fitamine“ machen „fit“

**SCHULE** „Fitamine heißen so, weil sie fit machen!“ Das haben Realschüler beim Projekt „Gsund samma“ gelernt.

**SCHWANDORF.** In den letzten Wochen widmete sich die Klasse 5a der KMK-Realschule mit ihren Lehrerinnen Martina Sitzmann und Birgit Pirzer der Frage, wie gesund sie sich eigentlich ernähren. Die Antwort auf diese genussvolle Frage hoffte man nicht nur durch Unterrichtsinhalte der einzelnen Fächer wie Biologie, Sport, Musik und Kunst zu finden. Auch ein Projekttag wurde initiiert, der unter dem Motto REB-Day (Ruhe-Ernährung-Bewegung) stand. Zu Beginn dieses Tages gab's in der Schulküche ein gesundes Frühstück, zu dem u. a. Müsli, Voll-

kornbrot und Joghurt gehörten. Mit kindgerechten Yoga-Übungen gingen auf Entdeckungsreise durch den indischen Dschungel. Wie viele Zuckerstückchen verschiedene Getränke zum Inhalt haben, lernten die Kinder von an der „Zuckerstation“. Sichtlich geschockt waren einige, als sie hörten, dass sich in einem Glas Orangenlimonade zwölf Stücke Würfelzucker befinden. Nach der Pause klärte die Ernährungsberaterin Elke Greifelt die Klasse über gesundes Essen auf. Dafür hatte die Expertin jede Menge Material und gesunde Naschereien dabei. Der pflanzliche Brotaufstrich schmeckte allen gut. Anhand der so genannten Ernährungspyramide machte die Referentin deutlich, was gesunde Nahrung ist und wie häufig man bestimmte Produkte zu sich nehmen sollte. Greifelt hatte auch Überraschungstüch-

mit gesunden Leckerli mitgebracht. Motiviert beteiligten sich die kleinen Experten am Unterrichtsgespräch. Ein Schüler auf die Frage, was Vitamine sind: „Fitamine heißen so, weil sie fit machen!“, meinte er.

Biologielehrer Birzer informierte die Klasse über den Nährwert in bestimmten Nahrungsmitteln. Die Klasse brachte ihre mitgebrachten Lebensmittelverpackungen an Postern an. Die Schüler durften ihre gewonnenen Erkenntnisse in einem Quiz überprüfen, wo es Preise zu gewinnen gab. Im Musikunterricht zeigte die Klasse ihr „fliegerisches Können“ mit einem Bewegungslied. Fazit der Lehrerinnen Martina Sitzmann und Birgit Pirzer: „Wir denken, dass der ‚REB-Day‘ allen Spaß gemacht hat und das Bewusstsein für gesunde Ernährung erhalten bleibt.“

## Foto-Reisen nach Dubai und Hawaii

**REISEN** Dubai, Oman, Florida und Hawaii. Dorthin entführen zwei Vorträge am Mittwoch in der Sparkasse.

**SCHWANDORF.** „Amerika erleben – Florida, der Südwesten und Hawaii“. Unter diesem Motto beginnt der Reise-Abend im Sparkassen-Citycenter morgen, Mittwoch, um 17.30 Uhr. Eine einstündige Show zeigt die schönsten und vielversprechendsten Punkte anhand einer Reise quer durch die Vereinigten Staaten – vom Atlantik bis zum Pazifik.

Dubai und Oman – „Eine faszinierende Welt zwischen Tradition und Moderne“, heißt der zweite Reisevortrag anschließend um 20 Uhr in der Sparkasse. Bei einer ebenfalls einstündigen Präsentation zeigen perfekt fotografierte Bilder die unermessliche Vielfalt an unterschiedlichen Lebensweisen, Landschaften und touristischen Höhepunkten in diesem Landstrich im Nahen Osten.

## GEWINNER

► **Gewinner für den Vortrag Amerika** beim MZ-Gewinnspiel: Robert Toncar, Schwandorf; Erwin Krämer, Neunburg v.W.; Rosemarie Kandlbinder, Maxhütte-Haidhof.

► **Gewinner für den Vortrag Dubai:** Sigrid Burggraf, Schwandorf; Rudolf Mohler, Schwandorf; Gerlinde Henfling, Schwandorf.

► **Die Karten** sind jeweils an der Abendkasse hinterlegt.

## Ausbildung bei der Seeschifffahrt

**AMBERG/SCHWANDORF.** In einer berufs- und studienkundlichen Veranstaltung stellt die Agentur für Arbeit am Donnerstag um 14 Uhr im Berufsinformationszentrum (BIZ) Amberg, Jahnstr. 4, das Studium und die Berufsausbildung für den Bereich der Seeschifffahrt vor. Bei dem Vortrag informiert Referent Zagel von der Firma MST in Schnaittenbach über die technische und nautische Laufbahn an Bord sowie über die Laufbahn des Schiffsfahrtskaufmanns an Land. Er steht auch für Fragen zur Verfügung. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos.

## ANZEIGE

MITTELBAYERISCHE ZEITUNG

## AKTUELLES

## WIRTSCHAFTSLEXIKON

Ihr Direktkontakt: **Theo Kurtz**  
Fax: (0961) 4 01 97-25, E-Mail:  
theo.kurtz@t-online.de



Die B-Senioren des SC Teublitz schauen in der Metzgerei Wilhelm vorbei. Foto: bat

## B-Senioren bei Metzger Wilhelm

**Teublitz (bat).** Die B-Senioren des SC Teublitz haben beschlossen, die örtlichen Nahrungs- und Genussmittelbetriebe zu besichtigen. Da bot sich die Teublitzer Metzgerei Wilhelm in der Münchshofener Straße für einen Besuch geradezu an. Erst unlängst hat Chef Hans Wilhelm aus den Händen der Regierungspräsidentin Brigitta Brunner die EU-Zulassung für einen „selbst schlachtenden Betrieb mit Verkauf“ erhalten. Über 24 Senioren hatten sich gemeinsam mit ihren „besseren Hälften“ in der Metzgerei einge-

funden. Hans Wilhelm führte seine Gäste persönlich durch den Betrieb. Angefangen von der Anlieferung der Schlachttiere, der Schlachtung, Kühlung der Schweine- und Rinderhälften bis hin zur Zerlegung der Teile – alles konnte besichtigt werden.

In der Wurstküche zeigte der Metzgermeister dann die einzelnen Wurstsorten: Brüh-, Koch- und Rohwurst. Schließlich konnten die interessierten Besucher auch bei der Produktion der „Bayerischen Weißwurst“ live dabei mit.



Gleich fünf neue Renault-Modelle präsentierte das Autohaus Hanauer dieser Tage im Oberviechtach. Zu sehen gab es das Megane Coupé, den Renault Twingo Sport, den Megane Fünftürer, das Laguna Coupé und den Geländewagen Koleos. Auch konnte die Dacia-Modellpalette besichtigt werden. Viele Kunden nutzten die Gelegenheit zu ausgiebigen Probefahrten. Foto: Hanauer

## Wintec-Autoglas hilft bei Steinschlag

**Neunburg vorm Wald (xtk).** Wie schnell ist das Malheur passiert. Vom Reifen des Vordermannes wird ein Stein aufgewirbelt, der prompt mit aller Wucht gegen die Windschutzscheibe knallt. Was tun in dieser Situation? Nicht verzagen, sondern Lothar Süß fragen. Der Neunburger ist einer von insgesamt bundesweit 200 Wintec-Autoglas-Partnern.



Den Wintec-Autoglas-Betrieb findet man in der Bahnhofstraße in Neunburg.

Vor zwei Jahren hatte er sich auf die Reparatur von Steinschlägen und die Neuverglasung der Frontscheibe spezialisiert. Süß und sein Team sind von der ganz schnellen Truppe: Innerhalb von 24 Stunden sind sie beim Kunden, bringen entweder gleich die neue Scheibe mit, oder versuchen dank der modernsten Wintec-Technik das lädierte Glas wieder auszubessern.

In die demolierte Stelle wird ein Loch gebohrt und die Leckage wird mit einem schnell trocknenden Spezialharz ausgegossen. Unter UV-Licht wird die Stelle ausgehärtet und danach abgeschliffen. Komplette ausgewechselt muss sie hingegen werden, wenn der



Den Profis von Wintec-Autoglas in Neunburg vorm Wald bereitet die Neuverglasung der Frontscheibe keinerlei Probleme.

Stein die Scheibe im Gesichtsfeld des Fahrers beschädigt hat. Auch kein Beinbruch: Innerhalb kürzester Zeit hat sie Süß und sein geschultes Team ausgetauscht. Die Kosten übernimmt, vorausgesetzt der Wagen ist teilkaskoversichert, die Versicherung. Süß hilft sogar bei der Abwicklung.

Vor 15 Jahren hatte der Neunburger den Sprung in die Selbstständigkeit gewagt. Mit einem Reifenhandel in der Gerhardinger Straße fing alles an, da-

nach erfolgte der Umzug in die Bahnhofstraße. Heute ist Süß, dessen Betrieb man in unmittelbarer Nähe des TÜVs findet, Reifenhändler, Kfz-Werkstatt-Betreiber und eben Autoglas-Experte, der rund um die Uhr unter der Telefonnummer (09672) 3971 erreichbar ist. Groß ist der Zuständigkeitsbereich des Neunburger Wintec-Partners: Sein Gebiet reicht von Regensburg bis Weiden und von Cham bis Amberg.



Lothar Süß (mi.) und sein Team. Fotos: Kurtz