

Kanne Bio Brottrunk für ein gutes Bauchgefühl und eine gute Gesundheit*

ANZEIGE

Immer mehr Menschen haben Probleme mit dem Magen-Darm-Trakt. Bei vielen ist die Darmflora nicht mehr normal. Oft vergessen wir, dass es uns gutgeht, wenn es unserem Darm gutgeht. Nur dann fühlen wir uns wohl und sind fit und aktiv. Ärzte sagen, dass im Darm das zweite Gehirn steckt. Bis zu 100 Billionen Bakterien leben im Darm eines Erwachsenen. Im Brottrunk stecken viele wertvolle Inhaltsstoffe wie aktive Milchsäurebakterien, naturreine Milchsäure und das lebenswichtige Vitamin B12.

Im Gegensatz zu vielen probiotischen Präparaten ist Kanne Bio Brottrunk natürlich und vegan. Er ist ein Bestandteil einer gesundheitsbewussten Ernährungsweise. Vor 41 Jahren entwickelte der Bäckermeister Wilhelm Kanne in Lünen sein aktivierendes Getränk aus Bio-Vollkornbrot und Quellwasser. Es hat sich millionenfach bewährt und vielen Menschen geholfen, ein gutes Bauchgefühl zu haben.



Kanne Brottrunk: Seit Jahrzehnten ein Garant für Wohlbefinden, gute Gesundheit und ein gutes Bauchgefühl*

Es ist gut, zweimal täglich ein Glas Brottrunk zu trinken und die Darmflora zu unterstützen. Optimal schmeckt Brottrunk eins zu eins gemischt mit Apfelsaft. Kanne Brottrunk gibt es im Drogeriemarkt, Lebensmittelhandel, in Biomärkten oder im Reformhaus. Gratis Warenproben sind unter +49(0)2592-97400 bestellbar. Auf www.kanne-brottrunk.de sind Infos zu den Produkten, leckere Rezepte und Tipps für eine gesunde Ernährungsweise zu finden.

*Vitamin B12 trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei, unterstützt einen normalen Energiestoffwechsel und leistet einen Beitrag zur Verminderung von Müdigkeit.

Jeder findet seinen Weg...

Gierath. Die Liebe zur Literatur begleitet Bernd R. Müller schon sein Leben lang. Nun ist der Gierather, der als Professor für Allgemeine Betriebswirtschaftslehre arbeitet, unter die Autoren gegangen. „Fachliteratur habe ich schon oft verfasst. Aber dies ist mein erster Roman“, so der 63-Jährige stolz. In der Corona-Krise entschied er, seine Idee einer Geschichte zu Papier zu bringen. In „Vorletzter – oder wie man das Leben von unten aufrollt“ geht es um einen Spätzünder, einen Verlierer-Typen, der seinen Weg aber doch noch erfolgreich findet. Ein paar Krimi-Elemente hat Müller auch noch eingebaut. „Mein Roman ist fiktiv, hat aber durchaus autobiografische Züge“, schmunzelt Müller, der das Geschehen der Geschichte bewusst

an den Niederrhein gelegt hat: „Es kommt also auch mal ein bisschen Platt drin vor – und ich schildere das niederrheinische Leben von den 1940er Jahren bis in die 90er hinein.“ Mit der Geschichte um Protagonist Gernot Kratzner möchte der Autor die Message rüberbringen, dass es ok sei, auch mal etwas nicht zu können: „Denn jeder kann dafür etwas anderes gut!“ Den Moment, das Buch in der Hand zu halten, wird Bernd Müller nicht vergessen: „Das war etwas ganz Besonderes!“ Und so ist es auch nicht verwunderlich, dass sich

der Professor vorstellen kann, dass es nicht bei nur einem Buch bleiben wird: „Ich habe da schon eine Idee im Kopf...“

Julia Schäfer



Bernd Müller hält sein Erstlingswerk in den Händen.

Foto: J. Schäfer

Bürgerschützenverein



Bedburdyck/Stessen 1868 e. V.

Programm mit Paraden, Bällen und mehr

Samstag, 25. Juni

12 Uhr: Fassanstich im Festzelt, Kinderbelustigung, Einschießen des Schützenfestes durch die Artillerie

17.20 Uhr: Antreten des gesamten Regiments auf dem Stessener Pfad

17.40 Uhr: Festgottesdienst in

der Pfarrkirche St. Martinus Bedburdyck anschließend Festzug nach Stessen zum Ehrenmal
20 Uhr: Festball im Festzelt mit der Live-Coverband Radio Day

Sonntag, 26. Juni

9 Uhr: Antreten des Regiments auf der Grevenbroicher Straße

9.15 Uhr: Gefallenenehrung auf dem Friedhof in Bedburdyck mit Großem Zapfenstreich, Morgenparade vor dem alten Rathaus

10.30 Uhr: Frühschoppen im Festzelt mit Krönung des Edelknabenkönigs, Jubilarehrung, Ordensverleihung, Verleihung der Pokale vom Pokalschießen und Verleihung der Ehrenmitgliedschaft. Mit musikalischer Begleitung durch das Tambourkorps Heimatreue Elfen und Jägerkapelle Hochneukirch
14.20 Uhr: Antreten des

Regiments zum Festzug durch Bedburdyck und Stessen mit Blumen-, Musik- und Königspatrouille in beiden Ortschaften

19.30 Uhr: Abholen des Königspaars an der Residenz in Bedburdyck
20 Uhr: Königsball im Festzelt mit der Coverband Teamwork und Showeinlage der Showband „Die Mennekrather“

Montag, 27. Juni

11 Uhr: Regimentsfrühstück im Festzelt

14.30 Uhr: Bürgerschoppen im Festzelt mit DJ „Yeti“

Dienstag, 28. Juni

17.50 Uhr: Antreten an der Königsresidenz auf der Grevenbroicher Straße. Festzug mit Abschlussparaden in Stessen und Bedburdyck

20 Uhr: Empfang der befreundeten Nachbarvereine im Festzelt
20.15 Uhr: Krönungsball mit „Trio Jumbos“ für das Kronprinzenpaar Marius Rasch und Katrin Goebel **-tkj.**

Obstgut Flassrath



Ab sofort neue Kartoffeln, Süßkirschen und Himbeeren

Unsere Verkaufsstände sind geöffnet:

- Sasserath, B59
- Zoppenbroich
- An unserem Hof: Jüchen/Hoppers/L116
- Jeden Dienstag und Freitag auf dem Odenkirchener Wochenmarkt

Ab Hof: 24/7 Verkaufsaufomat

www.obstgut-flassrath.com

Fam. Schulz – Flassrath 1 – Jüchen/Hoppers
(An der L116 zwischen Hoppers und Neuenhoven)
Tel.: 01 63/6 10 55 99



Eine echte Augenweide: die Ehrendamen des BSV. Auf das Schützenfest freuen sich Anna Schimanke, Lena Eßer, Sabrina Eßer, Stella Vieten.

Foto: BSV