



## Ev. Kirchengemeinde Mayen

**Fr., 05.10.:** 16 Uhr Trauercafé; 20 Uhr Chor  
**So., 07.10.:** 10 Uhr Gottesdienst mit Pfr.in Steinau  
**Mo., 08.10.:** 14 Uhr Bastelkreis  
**Di., 09.10.:** 8.30 Uhr Kinderbibeltage; 9 Uhr Kleiderkammer geöffnet  
**Mi., 10.10.:** 8.30 Uhr Kinderbibeltage; 19 Uhr Männerkreis „Männliche Vorbilder“ - Verantwortung - Chance - Überforderung? Was macht Männer aus, die für uns Vorbildfunktionen haben?  
**Do., 11.10.:** 8.30 Uhr Kinderbibeltage

## Evgl.-Freik. Gemeinde Mayen

Siegfriedstr. 86a, Tel. (0 26 51) 64 81; www.efgmayen.de  
**Di., 02.10.:** 18:30 Uhr Jugendhauskreis; 20 Uhr Hauskreis in Brohl  
**Fr., 05.10.:** 19:30 Uhr Hauskreis in Mayen-Ettringen  
**So., 07.10.:** 10 Uhr Gottesdienst Thema: Wie kann ich die Bibel richtig lesen?, anschl. Angebot von Tee, Kaffee, Gespräch und Gebet  
**Mo., 08.10.:** 20 Uhr Hauskreis in St. Johann  
**Di., 09.10.:** 18:30 Uhr Jugendhauskreis; 20 Uhr Hauskreis in Brohl

## Mitteilungen der Christen Brüdergemeinde Mayen

Siegfriedstr. 70b; Ansprechp.: Johann Ediger, Tel.02654/964482; Mail: cbg-mayen@t-online.de  
 Regelmäßige Veranstaltungen: **Sonntag:** 10 Uhr, Gottesdienst;  
**Samstag:** 19 Uhr, Jugendstunde (ab 17 J.); **Freitag:** 19 Uhr, Gebetsstunde; 18.45-20.15 Uhr, Teenagertreff (ab 14 J.) u. Jungschar (ab 10 J.) parallel laufen Kinderstunden; **Mittwoch:** 19 Uhr, Bibelstunde

## Buddhismus

Kamalashila† Institut, Kirchstr. 22a, Langenfeld, Tel. 0 26 55/93 90 40  
**Tägliche Meditationspraxis (Mo und Mi - So):** 7.30 Uhr und 18 Uhr,  
**Sonntag:** 17 Uhr Chenrezig-Puja (Einführung und Erklärungen auf Anfrage), Wechselndes Wochenendprogramm, Informationen unter www.kamalashila.de. Bitte bei allen Terminen im Büro nachfragen, ob sie stattfinden, Tel. 0 26 55/93 90 40

Blick aktuell –  
Die Heimatzeitung

www.blick-aktuell.de

Langstreckenklassiker 41. ADAC Zurich 24h-Rennen

# 24h-Rennen 2013 am Pfingstwochenende

**Nürburg.** Das ADAC Zurich 24h-Rennen findet im Jahr 2013 am Pfingstwochenende statt. Die Organisatoren der größten Rennveranstaltung auf der Nürburgring-Nordschleife betreten mit dem Termin vom 17. bis 20. Mai 2013 in mehrfacher Hinsicht Neuland: Nie zuvor fand der Langstreckenklassiker an Pfingsten statt, und nie zuvor hatte das Wochenende für Besucher eine so günstige Struktur. An die Trainingstage am Freitag und Samstag wird sich das Rennen von Sonntag auf Montag anschließen. Auch wer freitags regulär arbei-

ten muss, hat so beste Chancen, pünktlich zum spektakulären Nachttraining am Nürburgring zu sein. Höhepunkt am Samstag wird das Einzelzeitfahren um die besten Startpositionen sein – das 2012 neu eingeführte Top-40-Qualifying war bei Fans und Aktiven gleichermaßen gut angekommen. Vom Rennstart am Sonntagnachmittag bis zum Zieleinlauf am Montagnachmittag wird dann das 41. ADAC Zurich 24h-Rennen wieder zum Höhepunkt der Tourenwagen- und GT-Saison werden. Aktuelle Infos rund um das Event gibt

es im Internet unter [www.24h-rennen.de](http://www.24h-rennen.de) sowie bei Facebook unter [www.facebook.com/24hNurburgring](http://www.facebook.com/24hNurburgring). Statt der traditionellen Termine am Himmelfahrts- oder Fronleichnamswochenende wählten die Organisatoren beim ADAC Nordrhein für 2013 erstmals die Pfingsttage. Terminkollisionen mit anderen Top-Events ließen die neue Konstellation sinnvoll erscheinen. „Wir können so die gute Tradition beibehalten, das 24h-Rennen an einem verlängerten Wochenende zu veranstalten“, schildert Rennleiter Walter Hornung die Hintergrün-

de. „So zwingen wir trotz der vier Veranstaltungstage weder die Fans noch die Tausenden von Helfer dazu, für das Rennen einen zusätzlichen Urlaubstag zu opfern.“ Die neue Konstellation gibt dem Rennwochenende zudem einen neuen Rhythmus. „Der Freitag setzt mit dem Abendtraining einen glänzenden Startschuss, und der Samstag mit dem Top-40-Qualifying wird aufgewertet“, sagt Walter Hornung. „So wird das 24h-Wochenende noch attraktiver.“

Pressemitteilung  
ADAC Nordrhein Sportpresse

Mentoring-Projekt

## Vortragsreihe gestartet

Neben Beruf und Familie Zeit fürs Ehrenamt schaffen



„Platz für Neues zu schaffen - Dazu gehöre auch den „inneren Schweinehund“ zu überwinden, der immer an Gewohnheiten festhalten möchte, obwohl man eigentlich mal was anderes machen wolle,“ so Ute Simon-Adorf (l.). Lea Bales (r.), Projektleiterin des Kreises, war mit der Resonanz der Veranstaltung zu-frieden. Foto: privat

**Kreis MYK.** Mehr als 40 Teilnehmer verzeichnete der erste Vortrag aus der Veranstaltungsreihe im Rahmen des Projektes „Mit Mentoring vor Ort - Mehr Frauen in die Kommunalpolitik“, das der Landkreis Mayen-Koblenz gemeinsam mit dem Landfrauenkreisverband durchführt. Vereinbarkeit von Familie und Beruf und daneben noch ein Ehrenamt. Wie kann das zeitlich klappen? Ute Simon-Adorf, Mental-Trainerin, gab in ihrem Vortrag Mitarbeitern der Kreisverwaltung, Teilnehmern des Mentoring-Projektes, Mitgliedern von politischen Parteien und Räten und Unternehmerfrauen des Handwerks, Denkanstöße und Tipps wie alles unter einen Hut gebracht werden kann. „Wenn man etwas Neues beginnen, Dinge verwirklichen möchte, für die man richtig

brennt, gelingt das nur, wenn man andere Dinge sein lässt. Der Tag hat 24 Stunden und nicht mehr und genauso wie man seinen Kleiderschrank regelmäßig ausmistet, um Platz für Neues zu schaffen, so sollte man auch in den einzelnen Lebensphasen das eine oder andere einfach mal loslassen“, so Simon-Adorf. Dazu gehöre auch den „inneren Schweinehund“ zu überwinden, der immer an Gewohnheiten festhalten möchte, obwohl man eigentlich mal was anderes machen wolle. Lea Bales, Gleichstellungsbeauftragte und Projektleiterin war zufrieden: „Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren sichtlich begeistert von dem Vortrag und nehmen sicherlich viele Impulse vom Abend mit.“

Pressemitteilung  
Kreisverwaltung Mayen-Koblenz



SEEHOTEL MARIA LAACH



Im Eichenkamp  
Die Bier- und Weinstube im Seehotel Maria Laach

OKTOBER-  
FEST

Mit bayrischen  
Schmankerln  
und original  
Oktoberfestbier.

Vom 28.09.  
bis 21.10.2012



Tischreservierung  
erbeten...  
Tel. (02652) 584 0

Seehotel Maria Laach  
- Im Eichenkamp -  
Am Laacher See  
56653 Maria Laach/Glees

**Montag bis Samstag  
ab 19 Uhr geöffnet.**

Tel.-Zentrale (02652) 584 0  
E-Mail: [seehotel@maria-laach.de](mailto:seehotel@maria-laach.de)

Weitere Informationen auch auf  
Ihrem Smartphone oder iPad.



050556120019/41x290

[www.seehotel-maria-laach.de](http://www.seehotel-maria-laach.de)