

**Berge und Börde:** Kreis Düren – die Vielfalt macht's 4/5

**Eifeltiger und Heidelerche:** Natur pur 6–11

**Sattel und Lenker:** Prädikat fahrradfreundlich 12–15

**Über Stock und Stein:** auf Schusters Rappen unterwegs 16–19

**Ob Breite oder Spitze:** Hauptsache sportlich 20–25

**Bühne und Bilder:** Kultur selbst gemacht 28–33

**Tradition und Innovation:** die Erlebniswelt der Museen 36–42

**Alt und ehrwürdig:** Geschichte(n) aus vergangenen und neuen Zeiten 43–47

**Speis und Trank:** lecker, lecker 48–56

**Bummeln und Stöbern:** unterwegs auf Märkten und in Läden 57–61

**Produkte und Märkte:** starker Standort, guter Branchenmix 62–87

**Bildung und Forschung:** Hightech made an der Rur 90–95

**Fit und gesund:** Heilung und Wellness für Körper und Seele 98–104

**Jung und Alt:** Familienfreundlichkeit ist Trumpf! 105–115

**Register:** PR-Bildbeiträge 118/119  
Bildquellen 120

### mit Interviews:

**Yannick Gerhardt** 26/27  
Profi-Fußballer

**Prof. Dr. Frank Günter Zehnder** 34/35  
Leiter der Internationalen Kunstakademie Heimbach

**Dr. Stephan Kufferath** 88/89  
Vorstand der GfK Gebr. Kufferath AG

**Anne Hilden** 96/97  
UNICEF-Junior-Botschafterin

**Gerda Graf** 116/117  
Ehrevorsitzende des Deutschen Hospiz- und Palliativverbandes (DHPV)