

FEBRUAR/MÄRZ 2009 · UNBEZAHLBAR

# HINDENBURGER

ZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT

**LIFESTYLE**  
Geschenkideen zum Valentinstag

**ESSEN & TRINKEN**  
Faszination Kaffeerösten

**FAMILIE & FREIZEIT**  
Interview mit  
Dr. Dietrich Grönemeyer

**WIRTSCHAFT**  
Made in MG:  
Hosen von Alberto

**GLADBACHER BANDS**  
Dead Guitars

MIT  
**GROSSEM  
TERMIN-  
KALENDER**  
PARTY · KULTUR · MUSIK  
SPORT · KIDS

# KRISENFEST

**WO SIE IHR LETZTES GELD AM BESTEN AUSGEBEN KÖNNEN**





# Der neue iQ. Nichts ist unmöglich.

**ab  
79,- €**

monatl.  
Leasingrate

Ein Angebot der Toyota Leasing GmbH,  
Leasingsonderzahlung 2.900,-€, Laufzeit 36  
Monate, Monatliche Rate 79,-€,  
Gesamtlaufleistung 30.000 km  
(zzgl.) Überführungskosten 680, €

iQ. Der neue Toyota ist gleichzeitig eine große und die kleine Sensation. Mit seinen 4 Sitzen auf weniger als 3 Metern Länge ist er der kleinste Viersitzer der Welt. Jetzt Probe fahren!

- 1,0-l-VVT-i, umweltverträglicher Antrieb mit nur 99 g/km CO<sub>2</sub>-Emissionen bei spritzigen 50 kW (68 PS). Verbrauch kombiniert 4,3 l/100 km (innerorts 4,9 l/außerorts 3,9 l) im kombinierten Testzyklus nach RL 80/1268/EWG
- Rücksitzlehne im Verhältnis 50:50 umklappbar
- Audiosystem mit 6 Lautsprechern, CD-Player mit MP3-/WMA-Wiedergabefunktion, RDS-Radio und externem Audioeingang (AUX)
- Klimaanlage, manuell
- Umfangreiches Sicherheitspaket inkl. weltweit erstem Heckairbag für die Passagiere im Fond
- Privacy Glas, verstärkte Tönung der hinteren Seitenscheiben

**Nichts ist  
unmöglich.  
Toyota.**

toyota.de

# VORHANG AUF!

**Liebe Leserinnen und Leser,**

nein, über das Theater ums Theater möchte ich an dieser Stelle nicht schreiben. Doch – ich kann es mir nicht verkneifen. Ich fände es unsäglich, wenn der Nachtragshaushalt im Rat der Stadt nicht genehmigt würde und diese kulturelle Institution für den Rest der Spielzeit mit einem abgespeckten Minimalprogramm auskommen müsste. Auch andere Kompromisse auf Kosten des Niveaus dürfen nicht zur Debatte stehen. Krefeld sagt ja zum Zuschuss, Mönchengladbach sagt nein? Eine Erziehungsmaßnahme von CDU und FDP, damit das Theater in Zukunft besser haushält? Sicherlich muss man sich in Zukunft Gedanken machen, welches Theater man in Zukunft will, aber in der jetzigen Situation darf es keine radikalen Entschlüsse geben, die nur zugunsten der städtischen Finanzen ausfallen. Das Theater ist nicht nur Amusement für die Bevölkerung. Es erfüllt einen Bildungsauftrag und ist prägend für die Kulturlandschaft unserer Stadt. Dieser öffentlich-gesellschaftliche Bereich ist schon genügend Sparzwängen unterworfen.

In unserer Reihe „Alltagshelden“ stellen wir einen Mann mit einem wahren „Scheißjob“ vor: Der Toilettenpfleger vom Gladbacher Hauptbahnhof kämpft täglich mit unseren Exkrementen. Doch selbst diese unangenehme Aufgabe ist ihm lieber, als den ganzen Tag auf dem Sofa zu verbringen und von Hartz IV zu leben. Ein anderes Schicksal durchlebt ein Obdachloser auf der Suche nach Wärme in dieser eiskalten Jahreszeit. Ja, gerade diese Menschen verdienen unsere Aufmerksamkeit und Achtung.



**Sascha Broich und Marc Thiele, Herausgeber.**

Tiere suchen ein Zuhause. Eine charaktervolle Katze aus dem Tierheim bildet den Auftakt zu unserer kleinen neuen Rubrik, mit der wir Frauen oder Herrchen suchen. Wenn Sie auf der Suche nach einem Haustier sind, dann tun sich doch nicht nur den Tieren, sondern sich selbst einmal den Gefallen und besuchen das Tierheim. Die Auswahl an Hunden, Katzen, Nagern und anderen teils seltenen Lebewesen ist dort nicht gerade gering.

Der Valentinstag steht schon bald vor der Tür. Hübsche Geschenkideen für Ihren Schatz präsentieren wir in einem kleinen Spezial. Dazu viele bunte Themen für Ihre optimale Freizeitgestaltung: Karnevalsveranstaltungen, Ausgetipps, Konzerte, Kunst, Kultur, Musik, Tipps für Kids, etc.

Genießen Sie die letzten kalten Tage des Jahres, aber freuen Sie sich mit uns auf wärmere Zeiten.

Herzlichst  
**Sascha Broich und Marc Thiele**  
sowie die **HINDENBURGER** Redaktion

EDITORIAL



**HERZBERG EDELMETALLE**  
J. Herzberg (Geschäftsführer)  
Bismarckstr. 79  
41061 Mönchengladbach  
Tel. 021 61 - 29 48 000  
Fax 021 61 - 29 48 010  
Mobil 01 78 - 5 18 85 57

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Mo. – Do. 10 – 13 Uhr • 15 – 18 Uhr  
Sa. 10 – 13 Uhr  
Und nach telefonischer Vereinbarung



Wir, die Firma Herzberg Edelmetalle zahlen Ihnen Höchstpreise für Ihr Altsilber, Silber, Gold- und Silbermünzen, Bestecke, Zahngold (auch mit Resten), Dentalschmelzgold, Polonium und Platin.

An- und Verkauf von Markenuhren.



**ALLES GEGEN BAR SOFORT!**

Für ein unverbindliches Beratungsgespräch stehen wir Ihnen vertrauensvoll zur Seite. Verkauf von Brillantschmuck, Uhren und antiken Schmuckstücken.



Cover-Models | **Martina Spach und Janina Meyer**

Fotografie | **Myriam Topel** | [www.myriamtopel.de](http://www.myriamtopel.de)

Karnevalsmütze | **Hintzen KG, Korschenbroich** | [www.hintzen-kg.de](http://www.hintzen-kg.de)

# INHALT



9

**MG INSIDE**  
Stadtgeschichte:  
Veilchendienstagszug



10

**MG INSIDE**  
Ich komme aus MG: Bernd Gothe



12

**MG INSIDE**  
Obdachlos



14

**LIFESTYLE**  
Geschenkideen zum Valentinstag



21

**ESSEN & TRINKEN**  
Faszination Kaffeerösten



29

**FAMILIE & FREIZEIT**  
Interview mit  
Dr. Dietrich Grönemeyer



35

**WIRTSCHAFT**  
Made in MG: Herrenhosen von  
Alberto



42

**SPORT**  
Gladbacher Rollhockey- und  
Schlittschuhclub

## MG INSIDE

- 6 STADTGEFLÜSTER  
Neues und Besonderes
- 7 ZEPTER KOCHKURSE  
Gesund und schön kochen
- 8 UMFRAGE  
Wirtschaftskrise in MG?
- 9 STADTGESCHICHTE  
Karneval in MG
- 10 ICH KOMME AUS MG  
Gladbacher Urgestein  
Bernd Gothe
- 11 GLOSSE  
Wir sind jeck dat ganze Jahr
- 12 OBDACHLOS IN MG
- 13 ALLTAGSHELDEN  
Bewundernswerter  
Idealismus

## LIFESTYLE

- 14 GESCHENKE-SPEZIAL  
Die schönsten Ideen zum  
Valentinstag
- 18 TECHNIK TRENDS  
Die Unterhaltungselektronik  
boomt

## ESSEN & TRINKEN

- 20 RESTAURANTS  
Benachbarte Köstlichkeiten
- 21 FASZINATION KAFFEE-  
RÖSTEN
- 22 REZEPT  
Kaiserschmarrn
- 22 REBSORTENKUNDE
- 23 4 SINNE  
Mit allen Sinnen genießen

## FAMILIE & FREIZEIT

- 24 GLADBACHER STERNEN-  
HIMMEL  
Astronomischer Arbeits-  
kreis MG
- 25 DARF ICH BITTEN?  
Tanzen einmal anders
- 26 TIPPS FÜR KIDS  
Theater, Hengstschau und  
Schlittschuhlaufen
- 28 MG KREATIV  
Von Aquarell bis Zeichnen,  
von Klassik bis Pop
- 29 INTERVIEW  
Dr. Dietrich Grönemeyer  
über Aufklärung, Abneh-  
men, Bewegung

## GESUNDHEIT & BEAUTY

- 30 BEAUTY  
· Zeit für Veränderung  
· Gesundheit  
· Überwindung des  
Schweinehundes
- 31 SAPHIR  
Viel mehr als ein Sport-  
studio
- 31 NATURHEILKUNDE  
Knackpunkt Knie
- 32 AUGENKLINIK BETHESDA  
Scharf sehen ohne Brille



## WIRTSCHAFT

- 34 NETZWERK  
Wirtschaftsjunioren MG
- 35 MADE IN MG  
Herrenhosen von Alberto
- 36 VIDEO-ÜBERWACHUNG  
Guck mal, wer da ist
- 37 DIE GEM MACHT SCHULE
- 38 HEIMLICHE STROMFRESSER  
Unterwegs mit Alwin Thiele  
von der New Energie
- 39 ENGLISCH FÜR DEN BERUF  
Berlitz Sprachkurse

## SPORT

- 40 BORUSSIA  
Abstiegskampf aufnehmen
- 41 RACINGFIEBER  
Kartbahn MG
- 42 GLADBACHER ROLLHOCKEY-  
UND SCHLITTSCHUHCLUB

## KULTUR

- 44 CD UND DVD  
Von gefühlvoll bis chillig
- 45 GLADBACHER BANDS  
Dead Guitars
- 46 MUSIK  
Teletunes im Message
- 46 KUNST  
Das offene Wohnzimmer
- 46 NIERSRADIO  
Kunst und Kultur im Radio
- 47 MAKING OF  
Jecke Mädchen

## TERMINE

- 48 HIGHLIGHTS  
Theater Mönchengladbach
- 48 KLASSIK KONZERTE
- 49 AUSSTELLUNGEN
- 49 SPORT UND KARNEVAL
- 50 TERMINE &  
VERANSTALTUNGEN  
Februar und März
- 56 ADRESSEN

## UND SONST?

- 58 BISSMARC  
Augen auf beim Einkauf
- 58 IMPRESSUM

# HAARGENAU MEISTERSALON

www.haargenau-thiel.de

**Zöpfe, Zoff und Zickenkrieg?**

Lesen Sie mehr auf Seite 29.



Vor jedem Kampf lässt sich Ina von Claudia die Kampf-Frisur flechten (links). Diesmal lösten sich Zöpfchen - und mussten in der Pause mit Vaseline "repariert" werden.  
BILD SPORT 19. JANUAR 2009

Aachener Straße 135, 41061 M'gladbach  
Tel. 02161 - 18 09 00

**Jeck...**



www.  
**HOLZFINIS.de**

Hieb- und stichteste  
Qualität in Holz



**Wir freuen  
uns auf Ihren  
Besuch!**

Luisental 61 · 41199 Mönchengladbach  
Tel. 0 21 66 / 91 54 20  
Fax 0 21 66 / 18 57 02 · info@holzfinis.de

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 7.30 - 18.00 Uhr  
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr



+++ TICKER +++



## CITYVISION

### Stadtfernsehen für Mönchengladbach

Seit dem 19. Januar tut sich etwas in der Mönchengladbacher Medienlandschaft. Im Kabelnetz zeigt CityVision täglich eine Stunde Aktuelles aus Kultur, Sport, Politik, Gesellschaft und Unterhaltung aus der Vitusstadt und der angrenzenden Region. CityVision ist zwischen 16 und 24 Uhr über das Kabelnetz von Unitymedia auf Kanal S 18 (280,25 Mhz) zu empfangen und teilt sich den Sendeplatz in der übrigen Zeit mit Sonnenklar TV. Pünktlich um 18 Uhr startet die Sendung „CityVision Aktuell“.

Das weitere Programm findet man unter

[www.city-vision.de](http://www.city-vision.de)

## ART OF HAIR

### Neues Konzept

Haare schneiden, färben und stylen ist eine Kunst. Aber nicht jeder Friseur beherrscht diese. Kreativität, Innovation und ein gewisses Talent sind Voraussetzungen, um in diesem Beruf erfolgreich zu sein. Seit Anfang November stellen sich Kirsten van Oorschot und Marion Ryll mit Art Of Hair auf der Wallstraße erfolgreich dieser Herausforderung. Im hinteren Bereich des Friseursalons haben tierische und pflanzliche Hormone, chemische Farb- und Duftstoffe, Konservierungsstoffe und Paraffinderivate nichts zu suchen. Lara Zanolini hat sich vor zwei Jahren auf das Waschen, Schneiden und Tönen mit ökologischen Produkten spezialisiert. Dieses Angebot schätzen nicht nur Kunden mit ökologischem Bewusstsein, sondern auch Allergiker, kranke Menschen und Schwangere.

Neben dem einmaligen Naturkonzept hebt sich das engagierte Team mit fachlicher Kompetenz und individueller Beratung von der Masse ab. „Wir nehmen uns viel Zeit für unsere Kunden. Eine Mitarbeiterin kümmert sich ums Haare waschen, schneiden und stylen genauso wie um die Beratung und um den Kaffee“, so Kirsten van Oorschot.

**Art Of Hair**, Wallstr. 9, 41061 MG, Tel. 02161/4663828



## TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE KATER AMADEUS

Unser erstes Tier, das ein Zuhause sucht, ist Kater Amadeus. Der Kater ist geschätzte fünf Jahre alt und lebt seit dem 15. Mai 2008 im Tierheim am Hülserkamp. Er wurde vom Ordnungsamt an den Tierschutz Mönchengladbach übergeben, also quasi eingewiesen.

Amadeus ist ein kleiner Wildfang. Er braucht seinen Freigang und kann somit nicht für eine reine Wohnungshaltung vermittelt werden. Er ist kastriert, geimpft und gechippt. Manchmal lässt Amadeus seine typischen Katzenmanieren ein wenig heraushängen. Seine Artgenossen mag er nicht



besonders und ist deshalb nur für die Einzelhaltung geeignet. Zum Menschen ist er dafür aber besonders lieb, wenn er einen erstmal in sein Herz geschlossen hat.

**Tierschutz Mönchengladbach e. V.**, Hülserkamp 74, 41065 MG, Tel. 02161/602214  
[www.tierschutz-moenchengladbach.de](http://www.tierschutz-moenchengladbach.de)

## NEUE ADRESSE

### MASSGESCHNEIDERT

Ob Braut-, Fest- oder Abendmode, Komunikationskleider oder Änderungsarbeiten – Françoise Couture Mariage steht seit 20 Jahren für maßgeschneidertes Design, hochwertige Qualität, Verarbeitung und perfekte Passform. Seit Dezember findet man das Atelier von Schneidermeisterin und Diplom-Designerin Françoise Weijs auf der Von-Gallen-Straße 99.

Kompromisse in Design, Farbe und Passform sind bei maßgeschneiderten Kleidern unnötig. Auf die eigenen Wünsche und Vorstellungen zugeschnitten, ist das jeweilige Kleid ein echtes Unikat. Vom ersten Be-



ratungsgespräch über Modellentwurf und Stoffeinkauf bis hin zur letzten Anprobe – die Designerin Françoise Weijs berät individuell und kompetent. Rund 500 edle Seidenqualitäten wie die Dupionseide stehen zur Auswahl. Übrigens ist die Preisgestaltung oft nicht höher als beim Einkauf von der Stange. Durchschnittlich bezahlt man hier für ein Brautkleid zwischen 600 und 1.500 Euro.

**Françoise Couture Mariage**, Von-Gallen-Str. 99, 41236 MG, Tel. 02166/124212, [www.couture-mariage.de](http://www.couture-mariage.de)



## NEUERÖFFNUNG

### SPORTLICH

Seit Dezember ist Sport Pauly wieder zurück in Mönchengladbachs Innenstadt und zwar an der gleichen Adresse, an der die Firma vor knapp vier Jahren ihre Türen schloss.

Ob Freizeit- oder Profisportler – auf 350 Quadratmetern findet man eine vielfältige Auswahl an Sportbekleidung und -zubehör für die Bereiche Teamsport, Running, Fitness und Outdoor. „Wir haben viel positive Resonanz bekommen und hören oft, dass ein vernünftiges Sportgeschäft in der Stadt gefehlt hat“, so Nordic-Walking-Instruktorin Monique Pauly. Marken wie Nike, Asics, Kettler, Schneider und Jack Wolfskin sprechen für sich. Um sich vom Angebot großer Filialisten, Warenhäuser und dem Internet abzuheben, setzt Pauly auf Qualität und individuelle Fachberatung. So kann man z. B. die neuen Laufschuhe direkt im Geschäft auf einem Laufband testen. Zusätzlich unterstützt Sport Pauly ein Projekt der Hochschule und sponsert die Hallenfußball-Stadtmeisterschaft.

**Sport Pauly**, Bismarckstr. 44, 41061 MG, Tel. 02161/9465946, [www.sport-pauly.de](http://www.sport-pauly.de)



In den Zepter Kochkursen im Quartier XO lernen die Teilnehmer neue Geschmackserlebnisse kennen und kochen gesund und fettarm. Foto: Sascha Broich

## GESUND UND SCHÖN

Die Verbesserung der Lebensqualität ist das oberste Ziel von Zepter Europe – dazu gehören auch Gesundheit und Schönheit.

Die Firma Zepter Europe aus Mönchengladbach bietet ab Februar 2009 zahlreiche Veranstaltungen rund um das Thema Gesundheit und Schönheit an. Ganz im Sinne des erfolgreichen Beratungskonzeptes wurden zunächst zwei Schwerpunkte gesetzt.

**Gesunde, fettfreie Ernährung:** In der Live-Kochschule des Quartier XO, der Genussmanufaktur in Mönchengladbach, wird jeden zweiten Mittwoch im Monat das Kochen mit dem leichten und unkomplizierten Zepter-Kochsystem vorgestellt. Aktuelle Themen, wie z. B. „Power for Work“ – Gesundheit & Ernährung mit dem Zepter Kochsystem, „Wellfood“ – Gesunde Lebensmittel noch gesünder mit dem Zepter Kochsystem, „Kochshow für Diabetiker“, versprechen kurzweilige Tipps zur Umsetzung für zuhause. Schlankes und gesundes Kochen – energiesparend zubereitet.

### Termine im Quartier XO

- 11.2., 18:30, „Power for work“ – Gesundheit & Ernährung mit dem Zepter Kochsystem.
- 11.3., 18:30, „Wellfood“ – Gesunde Lebensmittel noch gesünder mit dem Zepter Kochsystem.
- 8.4., 18:30 Kochshow für Diabetiker – aktiv gesund leben mit der Zepter Kochmethode.

### Schönheit:

Der zweite Schwerpunkt liegt auf dem Thema „Schönheit“: Unter fachkundiger Leitung erfährt „frau“ jeden dritten Dienstag im Monat viele Tipps und Tricks zur richtigen Pflege der gepeinigten Winterhaut sowie für die reife Haut. Eine fachkundige Visagistin stellt vor Ort das „5-Minuten-Make-up“ vor.

### Termine im House of Zepter

- 17.2., 18:30 – Winterhaut ade!
- 17.3., 18:30 – Wir bleiben attraktiv! Anti-Aging-Programm.
- 21.4., 18:30 – Das 5-Minuten-Make-up.

Die Dauer der Veranstaltungen beträgt jeweils ca. zwei Stunden. Die Teilnahmegebühr von 25 € beinhaltet Material und Verköstigung.

### INFO

Weitere Informationen und Anmeldung unter: 02161/46245-0, oder [info@zepter-bioptron.de](mailto:info@zepter-bioptron.de)

„The House of Zepter“ heißt Sie täglich Montag bis Freitag von 8:30 bis 17:30 Uhr herzlich willkommen.

**Zepter Europe**, Fliethstr. 67 (5. Etage), 41061 Mönchengladbach, Tel. 02161/46245-0. Auch im Web unter: [www.zepter-webshop.com](http://www.zepter-webshop.com)

Hier finden Sie die schönsten Dinge für sich und Ihr Zuhause!

Parkmöglichkeiten direkt gegenüber im Parkhaus Medical Center.



inside living  
Freude an schönen Dingen

Andrea Wilms / Viersener Str. 51 / D-41061 Mönchengladbach  
[www.inside-living.de](http://www.inside-living.de) / [insideliving@inside-living.de](mailto:insideliving@inside-living.de)  
T 0 21 61-29 31 00 / F 0 21 61-29 31 02  
Montag bis Freitag 9:30-18:00 Uhr / Samstag 9:30-15:00 Uhr

Schatzinsel  
SILBERSCHMUCK



Mit Schmuck  
schenken Sie Liebe

Schatzinsel Silberschmuck · Inh. J. Kaiser

Wallstr. 8 · MG  
Tel. 0 21 61 - 20 66 05



FINANZKRISE

# MINUSWACHSTUM ODER PLUSCHRUMPFEN?

Ist die Wirtschaftskrise bereits in Mönchengladbach angekommen, oder nicht? Der HINDENBURGER fragte Gladbacher Geschäftsleute.

Deutschland jammert. Von Aufbruchstimmung ist noch keine Spur. Eine Katastrophennachricht jagt die nächste. In Mönchengladbach stecken die Textilmaschinenbauer und Autzulieferer tief in der Krise. Auch die Maschinenbauer stehen ohne Aufträge da. Dagegen sind im Konsumbereich, der IT-Branche und der Bauwirtschaft derzeit noch keine Probleme zu erkennen. Von den 50 Milliarden Euro des Konjunkturpaketes werden in Mönchengladbach

schätzungsweise 30 bis 40 Millionen Euro ankommen, wovon noch in diesem Jahr die Hälfte an die heimische Wirtschaft fließen müssen. Allerdings weiß noch keiner, wer von diesem Kuchen ein Stück abbekommen wird. Der HINDENBURGER fragte Mönchengladbacher Geschäftsinhaber, wie es um ihre Branche bestellt ist. Anscheinend nicht so schlecht, denn viele Klagen gibt es nicht. Qualität und guter Service sind weiterhin das A und O.

Text: Sascha Broich · Fotos: Stefan Völker



**Juliette Zängle, Calida Bodywear:** „Obwohl wir mit unserem Sortiment eher hochpreisig sind, merken wir keinen Umsatzrückgang. Das Weihnachtsgeschäft war sogar fantastisch. Unsere Kunden sind nicht immer die reichsten Leute, haben aber einen hohen Anspruch an Qualität.“



**Jutta Kaiser, Schatzinsel:** „Wir liegen mit unserem Sortiment immer im Trend und achten auf sehr persönliche Beratung. Vielleicht haben wir deshalb einen so hohen Anteil an Stammkunden und merken nichts von einer Wirtschaftskrise. Unternehmer brauchen mehr Mut zu Innovationen.“



**Christian Meusers, Markant Optik:** „Mit unserem Sortiment sprechen wir ein Klientel an, das von der Wirtschaftskrise nicht so stark betroffen ist. Brillen sind ein Bedarfsartikel, den man sich irgendwann neu kaufen muss. Und im Luxussegment merken wir trotz aller Panikmache eine stärkere Nachfrage.“



**Hans Josef Beutler, Barrique Feinkost:** „Die Berichterstattung in den Medien verunsichert die Leute. Die Dimension wird zwar überschätzt, aber MG steckt trotzdem in einer Krise. Bedrohlich wird es erst, wenn die Banken keine Kredite mehr geben. Mein Motto: Bloß nicht jammern, sondern innovativ bleiben.“



**Steffi Kühnel, Jeanspoint:** „Seit Mitte 2008 wird weniger gekauft. Befreundete Händler sprechen sogar von zweistelligen Umsatzrückgängen. Die Innenstadt braucht innovative Veranstaltungen. Die Busse stören, der Theatervorplatz könnte durch Marktstände und Gastronomie attraktiver werden.“



**Uwe Schmitz, Graefen + König:** „Wir haben weniger Gäste wegen des Rauchverbots, nicht wegen der Wirtschaftskrise. Mit guter Qualität zum angemessenen Preis kann man auch weiterhin bestehen. Allerdings werden die schwächeren Branchen und Geschäfte jetzt um so schneller sterben.“

## LEBENSWEISHEITEN IN MÖNCHEGLADBACHER PLATT



**Dat ös enne Fastelooends-Jeck**

Das ist ein Fastnachtsjeck. Im übertragenen Sinne ist das jemand, der sich unvernünftig oder unberechenbar verhält.

**Eemool em Jahr övver de Schträng schlaare**

Einmal im Jahr über die Stränge schlagen. Das ganze Jahr über muss man sich an die Regeln des menschlichen Miteinanders halten und so wird die Fastnachtszeit als „Ventil“ genutzt, um mal etwas Verrücktes zu tun und ausgelassen zu sein.

**Oovends danze on sprengre, on öt morjes de Bocks net fenge**

Abends tanzen und springen und morgens die Hose nicht finden können, also im übertragenen Sinne: keine Lust zur Arbeit zu haben.

**Fastelooendsdenger jä'ëve jä'er Kreeskenger**

Fastnachtsfeiern geben gerne Christkinder, denn durch allzu stürmisches Fastnachtstreiben kam es in der Vorweihnachtszeit häufiger zu Nachwuchs.

**Do weet dä eso-völl van, wi-enne Oo'es van Fastelooend**

Von einer Sache weiß einer soviel, wie ein Ochse von Fastnacht, nämlich gar nichts.

**Vreud jeet övver e nöj Hämp**

Freude geht über ein neues Hemd, denn gerade in der Fastnachtszeit schwindet die Motivation, verfügbares Geld in Investitionen anzulegen. Stattdessen steht das Feiern im Vordergrund.



Veilchendienstagszug 1950, im Hintergrund das zerstörte Münster.

## STADTGESCHICHTE

# DER ERSTE VEILCHENDIENSTAGSZUG NACH DEM ZWEITEN WELTKRIEG

Es war 1949 noch nicht möglich, im kriegszerstörten Gladbach einen regulären Veilchendienstagszug aufzustellen. Quasi als Ersatz gab es jedoch bereits einen Kinder-Karnevalszug zum Ausklang der närrischen Tage. Die Karnevalsgesellschaften aus Neuwirk, Poeth, Stadtmitte, Eicken, Rheindahlen, Hardterbroich, Pesch, Holt und die Große Gladbacher Karnevalsgesellschaft führten hierzu ihre Teilnehmer zur Hermann-Pieck-Allee, wo sich der Zug formierte. Vor der Kaiser-Friedrich-Halle fand eine Prämierung der originellsten Ideen statt. Um 14 Uhr setzte sich der Zug durch die Mozart- und die Beethovenstraße zur Betrathener Straße in Bewegung. Von dort ging es über die Park-, die Blücher- und die Kaiserstraße zur Lessingstraße. Hier wurde der Zug aufgelöst. Begleitet wurde der Zug von drei Musikkapellen.

1950 kam es dann zum ersten Veilchendienstagszug nach dem Zweiten Weltkrieg in Gladbach. Es waren 78 Wagen gemeldet, hinzu kam eine große Zahl von Fußgruppen, so dass man eine Zuglänge von vier Kilometern errechnete. Deshalb musste man die ursprüngliche Route kurzfristig ändern. Vom Geroplatz aus, dem ursprünglich als Auflösungsplatz vorgesehenen Ort, bewegte sich der Zug über die Hittastraße zur Aachener Straße. Von dort bog er in die Waldhäuser Straße, um zur Sternstraße zu gelangen, wo er sich auflöste. Entlang der Zugstraßen wurden Lautsprecher aufgestellt, durch die Schallplattenmusik übertragen wurde. Für die besten Wagen und Einzelkostümierungen lobte die Stadt Prämien aus.

Glück hatte das jecke Volk mit dem Wetter. Regnete es am Vormittag noch, so verebbte der Niederschlag eine Stunde vor

Beginn des Zuges. So strömten nun Gladbacher und Auswärtige auf die Straßen und standen dort in mehreren Reihen, um den Zug zu erwarten und zu feiern. Themen der Wagen waren unter anderem die Stadtplanung sowie die Konkurrenz zwischen Gladbach und Rheydt. Begeistert aufgenommen wurde eine Bonbonkanone der Eickener Roten Funken, aber auch die anderen Karnevalsgesellschaften sparten nicht mit süßem Wurfmaterial.

Text: Dr. Christian Wolfsberger · Fotos: Stadtarchiv MG



Stadtplanung: auch 1950 ein Thema.



Jedem Tierchen sein Pläsierchen – so auch 1950.



**ADLER APOTHEKE**  
 Inh. Michael Heubrichen  
 Alter Markt 28  
 49601 Mönchengladbach  
 Tel.: 02161/92281 - Fax: 02161/93224  
 Öffnungszeiten:  
 Mo.-Fr. 09.30 - 18.30 Uhr  
 Sa. 09.00 - 14.00 Uhr

**Wir sorgen für Ihre Gesundheit  
 Sie fühlen sich wohl!**

**Unsere Leistungen für Ihre Gesundheit und Wohlbefinden:**

- fachlich qualifizierte Gesundheitsberatung
- professionelle, individuelle Kosmetikberatung durch unsere ausgebildete Kosmetikerin
- kostenloser Lieferservice im Raum Mönchengladbach
- Blutdruckmessung
- Blutzuckermessung
- Cholesterinmessung
- Verleih von Babywaagen, Medela-Milchpumpen, sowie Inhaliergeräte
- Reiseimpfberatung

**Beachten Sie auch unsere ständig wechselnden Angebote und Aktionen**

 ~~UVP 17,90€~~ **11,95€**  
 ~~UVP 26,90€~~ **19,95€**  
 ~~UVP 12,95€~~ **8,95€**  
 ~~UVP 56,95€~~ **46,95€**  
 ~~UVP 7,96€~~ **5,95€**  
 ~~UVP 13,60€~~ **10,50€**  
 ~~UVP 8,20€~~ **5,45€**

**Ihre Treue wird belohnt!**

**Sammeln Sie Treuepunkte und lösen Sie diese bei Ihrem nächsten Einkauf ein.**

Holen Sie sich Ihren **»TREUEPASS«**  
 Ihre Treue ist uns viel wert!



**Friedrich Apotheke**  
 Bismarckstr. 105  
 49661 Mönchengladbach  
 Tel.: 02161/12123 - Fax: 02161/204582  
 Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 09.30 - 18.30 Uhr  
 Mi. 09.30 - 17.30 Uhr  
 Sa. 09.30 - 13.00 Uhr



**Gladbacher Urgestein:** Bernd Gothe.

## PROMINENTE

# ICH KOMME AUS MG

Ohne ihn läuft Karneval gar nichts: Bernd Gothe,  
1. Vorsitzender des Mönchengladbacher Karnevalsverbandes.

**Das Motto der Session 2008/2009 lautet: Jedem Tierchen sein Pläsierchen. Was sind Ihre persönlichen Hobbys und Interessen?** Zum einen der Hockeysport und das aktive Tennisspielen – ich bin seit langer Zeit Vorsitzender des RSV Hockey & Tennis e. V. Zum anderen interessiere ich mich für technische Fortbildung, Politik und soziales Engagement.

**Welche Erinnerungen haben Sie an das Mönchengladbach Ihrer Kindheit? Was war besonders positiv, was eher negativ?** Ich erinnere mich gerne daran, dass es möglich war, auf der Straße Fußball zu spielen. Und an die Übertragung des Endspiels der Fußball WM 1954, die erste Sendung, die

ich im Fernsehen gesehen habe. Als besonders positiv sind mir der Nachkriegsaufbau des elterlichen Betriebes und der Einsatz der Familienmitglieder für das Unternehmen im Gedächtnis. Leider war es dadurch bedingt aber auch nie möglich, mit meinen Eltern zusammen Urlaub zu machen.

**Wie beurteilen Sie die Stadt heute? Warum leben Sie gerne hier?** Ich lebe gerne in Mönchengladbach, die Stadt ist lebens- und liebenswert. Besonders schön finde ich auch die niederrheinische Landschaft. Es ärgert mich aber immer wieder, dass gute Ideen für die Stadt entwickelt werden, diese jedoch zu Tode geredet und nicht durchgeführt werden.

**Wie viele Stunden sind Sie im Einsatz für den Karneval?** Ganzjährig einige Stunden wöchentlich, während der Session nahezu täglich.

**Der Veilchendienstagszug zählt zu den längsten Karnevalsumzügen in Deutschland. Wie finanziert sich eine solche Veranstaltung?** Durch Sponsoren und Eigenleistungen der Karnevalsgesellschaften und Fußgruppen.

**Aus den Medien war zu erfahren, dass Sie sich in Rio de Janeiro Anregungen für den Karneval geholt haben. Tanzen die Gladbacher bald Samba?** Die Vielfalt der bunten Kostüme möchte ich auch im Veilchendienstagszug etablieren – und da mir Kostüme besonders gut stehen, werde ich vielleicht in den nächsten Jahren im Kostüm eines feurigen Brasilianers auftreten.

Text: Julia Siegers

## ZUR PERSON

### Name und heutige Tätigkeit:

Bernd Gothe, Geschäftsführer der Heinz Gothe GmbH & Co. KG

### Familienstand:

geschieden, 1 Tochter

### Geburtsdag:

22.09.1940

### Geburtsort:

Mönchengladbach

### In welchem Stadtteil sind Sie aufgewachsen?

Geneicken

### Welche Schulen haben Sie besucht?

Hugo-Junkers-Gymnasium, Rheydt

### Beruflicher Werdegang:

Diplom-Ingenieur der Verfahrenstechnik (Fertigung längsnahtgeschweißter Rohre), Geschäftsführer mehrerer Edelstahl produzierender Firmen

### Seit wann sind Sie im Karneval aktiv?

Seit 1980, seit 1987 1. Vorsitzender des Mönchengladbacher Karnevalsverbandes MKV

### Heutiger Wohnort (Stadtteil):

Odenkirchen

# VEILCHENDIENSTAG WUNDERBAR, DOCH WIR SIND JECK DAT JANZE JAHR

Andrea Peters grüßt die Narrenhochburg Mönchengladbach

Die Jahreszeiten von eins bis vier,  
die sind in Gladbach die Pflicht vor der Kür  
Da sammeln wir fleißig, manch' Freud, manch' Leid,  
den Stoff für die fünfte Jahreszeit.

Machen Mätzchen, Tinnef und Fisimatenten  
und meinen's ganz ernst – wo soll dat bloß enden?  
Doch von Altweiber bis Dienstag ziehen wir dann  
ganz offiziell die Pappnase an.  
Der Leitsatz fehlt – Mensch ist doch egal –  
wir hamm ein Motto für Karneval!

Wir lieben es nämlich uns zu verkleiden,  
selbst wenn sich daran die Geister scheiden.  
Und auch wenn es erst September ist:  
Früh übt sich, wer gut Bürger ist.  
Als Pferd und Kuh im Rat der Stadt,  
so mancher sich zum Esel macht.  
Ein Café, ein Pflaster auf uns'rer Allee?  
So geht das nicht, wo ist der OB?  
Genützt hat's nichts, nichts hat's gebracht –  
Humor ist, wenn man trotzdem lacht.

Wir sind für jeden Spaß zu haben,  
auch wenn wir selbst die Kappe tragen.  
Ein Einkaufscenter, das muss her,  
wir können's selbst, das ist nicht schwer!  
Ein Tunnel wäre wunderschön,  
ein neuer Platz hübsch anzuseh'n.  
Doch kurz vor Ende der Debatte  
steht da Europa auf der Matte,  
befiehlt: Die Ausschreibung muss her!  
Es muss so sein, so geht's nicht mehr!  
Das Einkaufscenter ist gefloppt –  
da hamm wir uns schön selbst gefoppt.

Wir büzten auch noch wie die Meister  
und werden dabei immer dreister:  
Wir büzten nicht nur Karneval,  
jebützt wird immer überall.  
Im Rosenmeer büzt uns der Pott,  
ein Frauenmund – du lieber Gott!  
Doch liebe Leut, ja, ja, so ist es –  
nicht wahr, ihr vielen Männer wisst es:  
Kaum hat man was, was einen freut,  
da macht die Bärbel Schwierigkeit.  
Frau Braun, beauftragt für die Frau,  
nimmt's mit Gerechtigkeit genau,  
beklagt, dass Gladbachs Damenwelt  
ein Schnäuzer auf Toilette fehlt.

Vielleicht der von Jos Luhukay?  
Auf jeden Fall wär' der jetzt frei.

So sind wir lustig, immer heiter,  
doch manchmal wissen wir nicht weiter.  
Denn jeder zweifelt dann und wann  
in dieser Stadt die Logik an.  
Ist's Schwimmbad, Kita, Denkmalbau?  
Ach was, wer weiß das so genau?  
Das Theater muss weg, doch wo soll es bloß hin,  
erst hierhin dann dorthin, was macht wirklich Sinn?  
Doch macht uns die Stadt auch ein bisschen verrückt –  
Wir freu'n uns drüber: Wat kütt, dat kütt...

Und sinkt uns're gute Laune mal,  
dann naht auch schon Beistand für Geist und Moral.  
Denn neulich unterm Weihnachtsbaum  
da lag ein Guru, man glaubt es kaum.  
Ob er auch hält was das Wort verspricht –  
Wissen, Erlösung – wir glauben nicht!  
Wir bleiben einfach ein bisschen doll –  
der Dienstag kann kommen: Halt Pohl, halt Pohl!



BURG  
WEGBERG  
HOTEL & RESTAURANT



DUNKELESSEN AUF BURG WEGBERG

DAS NEUE EVENT  
IN DER BURG WEGBERG  
AB 49,00 EURO P.P.  
INCL. APERITIV,  
4-GANG-MENUE & DIGESTIV

SCHÄRFEN SIE IHRE SINNE  
DENN DAS WESENTLICHE  
IST FÜR DIE AUGEN

**UNSICHTBAR**

ESSEN IN ABSOLUTER  
DUNKELHEIT,  
EIN ERLEBNIS ÜBER DAS SIE  
NOCH LANGE REDEN WERDEN

ERFAHREN SIE EINE UNGEKANNT  
DUNKELHEIT UND KONZENTRIEREN  
SIE SICH AUF DAS WAS SIE  
SCHMECKEN, RIECHEN & HÖREN



HOTEL & RESTAURANT BURG WEGBERG  
BURGSTRASSE 8, 41844 WEGBERG  
FON: 02434 / 98 22-0 FAX: 02434 / 98 22-222  
INFO@BURG-WEGBERG.DE, WWW.BURG-WEGBERG.DE



Das Wichtigste für den obdachlosen Klaus H.\*: „Einfach nur in Ruhe gelassen werden.“

OBdachLOS IN MönchengLadbach

## ZWEI DECKEN UND EIN SCHLAFSACK

Achtzehn Prozent mehr Obdachlose als im Vorjahr verzeichnete die Diakonie in ihren Zahlen. Einen von ihnen haben wir zum Gespräch getroffen.

Klaus H.\* ist 51 Jahre alt, geschieden und hat zwei Kinder. Er ist arbeitslos und seit vor fünf Jahren seine Mutter starb und sein Vater ins Altenheim kam, ist er auch obdachlos. „Vorher habe ich mit meinen Eltern und Geschwistern im Campingwagen gewohnt“, erzählt er.

### Die Dunkelziffer ist hoch

Klaus H. ist einer von 546 Männern, die im Jahr 2008 die Beratungsstelle auf der Jenaer Str. 5 aufgesucht haben, knapp über die Hälfte davon ist obdachlos. „Real sind es allerdings deutlich mehr, denn zum einen sind dies nur unsere Zahlen und zum anderen gibt es eine extrem hohe Dunkelziffer“, so Brigitte Bloshak, stellv. Geschäftsführerin des Diakonischen Werks. Das Leben auf der Straße und seine Alkoholkrankheit haben Spuren bei Klaus H. hinterlassen, sichtbare und unsichtbare. Sein Gesundheitszustand ist nicht der beste und fehlende Selbsteinschätzung im Alltag macht einen gesetzlichen Betreuer erforderlich. Seit er vor ein

paar Jahren angefahren wurde, besitzt er eine künstliche Hüfte, ein Knie ist momentan schlimm entzündet.

### Eine eigene Wohnung ist nicht immer die beste Lösung

Seine schlechte Verfassung und die eisigen Temperaturen sind die Gründe dafür, dass sich sein Betreuer um einen Platz im „Bunker“ an der Erzbergerstraße gekümmert hat, obwohl Klaus H. sonst bei Wind und Wetter draußen schläft. „Mit zwei Decken und einem Schlafsack – das reicht.“ Eine eigene Wohnung kommt für ihn nicht in Frage. „Er trinkt harte Sachen, hält sich an keine Regeln, das würde nicht funktionieren“, erklärt Frau Bloshak. Tagsüber geht er manchmal zu seiner Schwester, um dort etwas Warmes zu essen, zu trinken oder zu duschen. Sie ist die Einzige aus der Familie, zu der er noch Kontakt hat. Wenn er nicht dort ist, geht er nach eigenen Angaben spazieren oder nutzt sein Busticket, um Bekannte von früher zu besuchen. „Da sitzen wir dann, rauchen eine

und erzählen.“ Sein Leben bestreitet er von Arbeitslosengeld, das er sich zweimal in der Woche abholt. „Eigentlich bin ich gelernter Pflasterer und Landschaftspfleger“, berichtet der 51-Jährige, „ich würde gerne wieder arbeiten, habe auch schon beim Friedhof angefragt, aber die brauchen niemanden.“ In seinem schlechten Zustand würde dies ohnehin nicht funktionieren.

### Viele sind nett, aber nicht alle

Einsilbig wird er bei der Frage, wie andere Menschen auf ihn reagieren: „Gut. Die Leute kommen und geben mir Essen, Trinken und Geld.“ Nur zögerlich erzählt er auch noch von den Jugendlichen, die ihn im Schlaf mit Eiern bewarfen und mit Knüppeln traktierten. Gefragt nach dem Wichtigsten in seinem Leben, überrascht die traurige Antwort nicht: „Mich hinsetzen, trinken und einfach in Ruhe gelassen werden.“

\*Name von der Redaktion geändert

Text: Andrea Peters · Fotos: Stefan Völker



**Hände sagen oft mehr als Worte:** Das Leben draußen hinterlässt Spuren.



Den ganzen Tag unterwegs – **bei jedem Wetter.**

# BEWUNDERNSWERTER IDEALISMUS

Hans-Robert Semrau ist 56 Jahre alt und als Reinigungskraft verantwortlich für die Sanitäreinrichtungen am Mönchengladbacher Hauptbahnhof.



„**Einer muss diese Arbeit ja machen.**“ Hans-Robert Semrau hat sich ein dickes Fell zugelegt. Foto: Stefan Völker

Den Beruf Toilettenfrau/-mann würden die wenigsten von uns, selbst in einem der gepflegtesten Kaufhäuser der Stadt, als Traumjob bezeichnen. Eine öffentliche Toilette zu säubern ist für viele wohl eines der schlimmsten Szenarien, das man sich vorstellen kann.

Der gelernte Kristallschleifer Hans-Robert Semrau arbeitete lange Zeit als selbständiger Imbissbesitzer, bis er arbeitslos wurde. Seit dem 13. Januar ist er bei der Firma Jansen Gebäudereinigung angestellt, die von der NVV AG beauftragt wurde, die öffentlichen Toiletten am Hauptbahnhof sauber zu halten.

Jeden Tag, auch am Wochenende, macht sich er um 11, 15 und 21 Uhr an die Arbeit, die Toiletten zu putzen, Urinreste, Damenbinden und oft auch Silberpapier mit Sprit-

zen zu beseitigen. Der Hauptbahnhof in Mönchengladbach ist Brennpunkt und beliebter Treffpunkt für Alkoholiker, Junkies und Obdachlose, die besonders in kalten Nächten einen warmen Schlafplatz suchen. Nicht selten ist das einer der Toilettenräume. Morgens ist es meistens Hans-Robert Semrau, der die Obdachlosen wecken und rausschmeißen muss. Da er nur zu bestimmten Zeiten an den Toiletten präsent ist, fühlen sich viele Menschen unbeaufsichtigt und gehen rücksichtslos mit der öffentlichen Einrichtung um. Oft werden die Toiletten mutwillig und provokativ verunstaltet und versaut. „Die Leute werfen vieles einfach auf den Boden, obwohl es dafür spezielle Behälter gibt. Manchmal frage ich mich, ob es bei den Leuten zuhause auch so aussieht, ob sie ihre Toilette auch so verlassen“, so Semrau. Das Toilettenreinigen ist keine leichte Arbeit, sondern körperlich anstrengend. „Man muss sich ein dickes Fell zulegen“, so der 56-Jährige.

Von Hans-Robert Semrau wird erwartet, dass alles sauber und für die Bürger zugänglich ist. Aber seine Arbeit wird von den meisten nicht wahrgenommen, geschweige denn gewürdigt. Es ist eine Selbstverständlichkeit, die nachdenklich und traurig macht. Nette Worte sind im Alltag die absolute Ausnahme. Meckern klappt um einiges besser bei den Mönchengladbachern. Viele beklagen sich, dass er fürs Reinigen zu lange braucht oder dass die Toiletten nicht sauber genug sind. Besser wäre, wenn man sich an anderer Stelle beschweren würde. Vielleicht würden die Entscheider dann eine ständige personelle Besetzung in Erwägung ziehen.

„Als schön oder angenehm würde ich meinen Job ganz bestimmt nicht bezeichnen. Aber es ist ein Job und ich bin sehr froh, dass ich diese Arbeitsstelle bekommen habe. Zuhause herumsitzen, das ist einfach nichts für mich“, so Semrau.

Hans-Robert Semrau bekommt jetzt mit einer Anstellung weniger Geld als vorher, als er noch arbeitslos war. Und er arbeitet trotzdem, in einem Beruf, den viele von uns nicht einmal mit einem besonders hohen Gehalt ausführen würden.

Text: Esther Hürter

Heute schon für morgen sparen!



Ihr Energie-Spezialist vor Ort:

**Brands + Schnitzler, Ihr Baufachhandel!**

Wir als Fachhändler vor Ort halten umfassende Informationen zum Thema Energie und Energieausweis für Sie parat – damit Sie schon heute den Energieverbrauch Ihres Zuhauses deutlich senken können. Lassen Sie Ihren Verbrauch jetzt checken – unsere Erstberatung bei Ihnen zu Hause ist natürlich kostenlos.

Folradstraße 11 · 41065 Mönchengladbach  
Telefon (0 21 61) 4 96 90-0  
Öffnungszeiten: Mo. – Fr.: 8.00 – 19.00 Uhr  
Samstag: 8.00 – 16.00 Uhr  
Sonntag ist Schausonntag: 11.00 – 16.00 Uhr  
keine Beratung – kein Verkauf

1. Wahl für **besserBauer** und Renovierer



Eine Werkstatt - alle Marken



IHR VW UND AUDI SPEZIALIST

**GUTER SERVICE MUSS NICHT TEUER SEIN!**

zum Beispiel:

**HU & AU 79,90 €**

**Ölwechsel Service 5 W 40 39,90 €**

bis zu 4 Liter zzgl. Ölfilter

**Ölwechsel Service 5 W 30 69,90 €**

bis zu 4 Liter zzgl. Ölfilter

Der VW und Audi Spezialist

**wilbertz**



Autohaus Wilbertz GmbH · Oppelner Straße 25  
41199 Mönchengladbach · Tel.: 021 66 / 9 63 80-0  
www.autohaus-wilbertz.de



## KREATIVE GESCHENKIDEEN ZUM VALENTINSTAG

Pünktlich am 14. Februar verlassen Männer mit Blütenstaub auf den Nasen und Pflanzblättern auf den Schultern die Blumen- und Süßwarengeschäfte. Das Haar ist zerzaust, der Schweiß steht ihnen auf der Stirn und die Geldbörsen sind um einiges erleichtert. In der Hand halten sie eine rote Rose. Die Glücklichen unter ihnen, die noch eine der offenbar im Wert gestiegenen Liebesgewächse ergattern konnten, überbringen diese ihren

Angebeteten. Dieser, für uns zum sozialen Miteinander gehörende, Brauch bringt deutschen Floristen und Süßwarenverkäufern jedes Jahr einige Millionen in die Kassen. Und das Ritual breitet sich weiter aus.

Während er seinen Ursprung in England findet, ist der Valentinstag in viele europäische Länder, aber auch nach Amerika und sogar Asien, übergeschwappt. Die Werbung der Blumen- und Süßwarenbranche

hat zur Popularität des Liebestages maßgeblich beigetragen. Weltweit werden Liebende dazu bewegt, die passenden Aufmerksamkeiten für den Partner zu suchen.

Es müssen jedoch nicht immer Pralinen oder die klassischen roten Rosen sein. Kreative Alternativen für sie und ihn finden Sie in unserem Geschenke-Spezial zum Valentinstag.

Text: Corinna Ingenhaag



### Für Verliebte

Liebe geht ja bekanntlich durch den Magen. Der herzliche Präsentkorb für Verliebte enthält 250 g Nudelherzen in verschiedenen Farben, 0,2 Liter Erdbeerlimes abgefüllt in einer Herzchenflasche und köstliche Zotter Schokolade. 15,90 €. Aus dem vielfältigen Geschenkangebot bei Barrique kann man sich ganz individuell seinen Favoriten zusammenstellen.

**Barrique**, Hindenburgstr. 160, 41061 MG, Tel. 02161/4643478



### Stylisches Accessoire

In leuchtendem Türkis und auffälliger Metallic-Optik liegt die Tasche vom brasilianischen Label Brasil & Brasil voll im Trend. Die stylische XXL-Tasche aus Kunststoff besticht zusätzlich durch eine hochwertige Verarbeitung. Die langen und kurzen Bügel sind mit funkelnden Pailletten besetzt. Ob schwarz-, rosa/pink- oder türkis-metallic – das junge, moderne Design zieht alle Blicke auf sich und macht Lust auf mehr. 89,90 €.

**inside living**, Viersener Str. 51, 41061 MG, Tel. 02161/293100

## Süße Versuchung

Mit diesen zwei Geschenken kann der Valentinstag nur ein voller Erfolg werden: Elixier D'Amour ist ein Likör mit betörender Wirkung. Ob pur auf Eis, mit Orangensaft oder auf cremigem Vanilleeis – der volle Amarena-Kirschgeschmack und die leichte Bittermandelnote umspielen den Gaumen. Passend dazu: die bunten, handgeschöpften Schokoladentäfelchen, die in vier dezenten, unwiderstehlichen Geschmacksrichtungen erhältlich sind. Likör 9,95 €, Schokolade 5,95 €.

**Teelikatesse**, Wallstr. 3, 41061 MG, Tel. 02161/4968799

**Teelikatesse** und der HINDENBURGER verlosen eine Flasche Liebeslikör mit Schokoladentäfelchen im Wert von 15,90 €. Einfach eine E-Mail mit Stichwort TEELIKATESSE an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de) schicken.

**GEWINN  
SPIEL**



## KANN MAN DAS UMTAUSCHEN?

Wer am Valentinstag mit einem einfallsreichen Geschenk überzeugen möchte, hat es nicht leicht. Überrascht man die Angebetete mit einem hübschen Küchengerät, kann sich der verliebte Flair schnell in dicke Luft verwandeln. Wer ihm mit einer dekorativen Porzellanfigur für die Glasvitrine die Liebe beweisen möchte, beschwört ebenso enttäuschte Gesichter hervor. Geschlechtsneutrale Tabus sind außerdem Körperwaagen, Fett-Weg-Gürtel & Co. Werden diese Geschenke umgangen, bleibt nur ein Happy Valentine.

Text: Corinna Ingenhaag



## Funkelnde Berührung



Das Design der Marke XEN ist gekennzeichnet durch eine reduzierte und puristische Form- und Materialsprache. Der Edeltstahlring „Berührung“ mit Brillant präsentiert sich in schlichter Eleganz und zeitloser Schönheit. XEN verlässt die gewöhnlichen Dimensionen des Schmucks, um durch Zusammenwirken von Ästhetik und Handwerkskunst Kollektionen zu schaffen, die Freiräume für Persönlichkeiten bieten. Die Schmuckstücke sind von perfekter Verarbeitung, klarer Aussage und garantiert „pure and full of spirit“. 379,- €.

**Juwelier Abeler**, Hindenburgstr. 121, 41061 MG, Tel. 02161/12496

## Tischlein deck dich

Das luxemburgische Label Adelheid – Werkstatt des Glücks zeichnet sich durch einen unverwechselbaren, verspielten Stil aus. Die märchenhafte Porzellanserie „Tischlein deck dich“ ist hochwertige Handarbeit. Ob Bierkrug, Henkeltasse, Platzdeckchen, Schale oder Schneidebrettchen – in unterschiedlichen Designs erzählt jedes Stück eine eigene Geschichte. Mit dem Glück von Adelheid springt der Glücksfunke über. Schale und Tasse 12,95 €, Brettchen 7,95 €, Deckchen 9,95 €.

**Jeans Point**, Hindenburgstr. 88, 41061 MG, Tel. 02161/10545



**GEWINN  
SPIEL**

**Jeans Point** und der HINDENBURGER verlosen ein Frühstückset von Adelheid, bestehend aus Tasse und Brettchen (Design nach Wahl) im Wert von 20,90 €. Einfach eine E-Mail mit Stichwort JEANS POINT an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de) schicken.

DESIGN MAßGESCHNEIDERT

*Françoise Couture Mariage*  
Anfertigung von Braut- & Festmode  
Änderungsschneiderei

von-Galen-Strasse 99 | 41236 Mönchengladbach  
Telefon 02166-12420 | [www.couture-mariage.de](http://www.couture-mariage.de)

*Neueröffnung*

# 4 Sinne

Café, Restaurant & Lounge  
Hauptstr. 93  
41236 M. Gladbach - Rheydt  
Tel: 02166 - 97 40 666  
[www.4sinne.com](http://www.4sinne.com)  
ein Unternehmen der four senses GmbH

*sehen, schmecken, chillen & genießen*

**Das Restaurant**  
...im abgetrennten Nichtraucherbereich.  
...betörend und vitalisierend...

**Das Café**  
...stilvoll und modern mit kostenlosem Internetzugang...

**Die Bar**  
exclusive Cocktails & Happy Hour Special

**Die Lounge**  
...zum chillen und genießen bei angenehmer Musik.



# WORLD WIDE VALENTINE

Der Valentinstag ist dem kirchlichen Feiertag, der ursprünglich war, längst entwachsen. Heute wird er in den meisten Ländern Europas, in den USA und sogar in Asien gefeiert. Die Industrie hat sich diesen Tag auf ihre eigene Weise zu Nutze gemacht. Wer jedoch denkt, dass der Valentinstag, wie wir ihn kennen, in kommerzieller Hinsicht ausgereizt sei, der irrt.

Der Valentinstag wird in verschiedenen Ländern auch auf unterschiedliche Art zelebriert. Während sich am 14. Februar in Deutschland nur die Liebespaare beschenken, kommen die Japaner nicht so günstig weg. Am traditionellen Valentinstag werden in Japan alle Männer beschenkt – ob Kollege, Chef, Freund oder Ehemann. Im Gegenzug findet für Frauen einen Monat später der White Day statt, an dem sie meist mit weißen Süßigkeiten beglückt werden.

Text: Corinna Ingenhaag



## Von Herzen

Die berühmten Charms-Armbänder und -ketten der exklusiven dänischen Marke Pandora sind ein sehr persönliches Geschenk mit eigenem Stil. Jedes Schmuckstück wird ganz individuell vom Kunden selber gestaltet. Die Kollektion bietet eine vielfältige Auswahl an Charms, die man miteinander kombinieren und beliebig ergänzen kann. Schnell wird ein Armband zum Liebesschmuck, der an die großen Momente im Leben erinnert. Silber-Element mit Herzen 24,- €, Silber-Charms mit rotem Emaille-Heizen 59,- €, mit Herzanhänger 34,- €.

**Juwelier Abeler**, Hindenburgstr. 121, 41061 MG, Tel. 02161/12496

**GEWINN  
SPIEL**

**Juwelier Abeler** und der HINDENBURGER verlosen zehn Pandora Silber-Charms nach Wahl im Wert von je 24,- €. Einfach eine E-Mail mit Stichwort JUWELIER ABELER an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de) schicken.



## Wie romantisch

Holen Sie die Sterne vom Gladbacher Himmel. Der Astronomische Arbeitskreis bietet seit Herbst 2007 Sternpatenschaften an. Neben einer Sternführung erhält der Pate eine individuell hergestellte Urkunde mit Infos und Bildern zum Stern. Eine Sternpatenschaft ist ein sehr persönliches Geschenk und liegt preislich zwischen 30 und 2.500 Euro, je nach Helligkeit und Sichtbarkeit des jeweiligen Sterns.

**Astronomischer Arbeitskreis MG e. V.**, Engelsholt 143, 41069 MG, Tel. 02161/573113



## Gesund genießen

Das vielfältige und abwechslungsreiche Sortiment bei etepeteete bietet viele besondere, persönliche und kreative Geschenkideen für jeden Anlass, selbstverständlich auch für den Tag der Verliebten. Bei den vielen, frischen Frühjahrneuheiten hat man die Qual der Wahl. Wie wäre es mit einer köstlichen und gleichzeitig wohltuenden Kräuterteemischung für die schlanke Linie? 100 g Fitness-, Energie-, Fit & Schlank- oder Relax-Tee kosten 3,95 €.

**etepeteete**, Harmoniestr. 8, 41236 MG, Tel. 02166/944443

**GEWINN  
SPIEL**

**etepeteete** und der HINDENBURGER verlosen fünf Teepräsentate im Wert von je 10,- €. Einfach eine E-Mail mit Stichwort ETEPETEETE an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de) schicken.



## Blumen mal anders

Blumen und Valentinstag gehören einfach zusammen. Aber es muss nicht immer nur der klassische Strauß rote Rosen sein. Bei Prinz Blumen in der Theatergalerie finden Sie eine große Auswahl an kreativen Gestecken, außergewöhnlichen Pflanzen, frischen Schnittblumen, ausgewählter Keramik und Geschenkartikeln. Egal in welcher Variante, Blumen sagen oft mehr als tausend Worte. Tipp: Fleuropservice bei Prinz Blumen.

**Prinz Blumen**, Theatergalerie, 41061 MG, Tel. 02161/209943



## Verführerisch

Sonnen Sie sich im Blitzlichtgewitter, präsentieren Sie sich von Ihrer Schokoladenseite oder entdecken Sie beim Erotik-Shooting ganz neuen Facetten an sich – ein professionelles Fotoshooting hält länger als ein Blumenstrauß und ist eine wunderschöne Erinnerung für Model und die beschenkte Person. Gute Fotos sind einfach unbezahlbar. Ein Shooting bei Myriam Topel kostet ab 179,- €.

**Myriam Topel**, Goethestr. 16a, 41061 MG, Tel. 0177/8605902, [contact@myriamtopel.de](mailto:contact@myriamtopel.de)

Gasthaus  
**Stappen**

Restaurant · Bierstube · Hofgarten



- Ab 20 Personen mittags geöffnet
- Wir liefern auf Wunsch „nach Hause“
- Feierlichkeiten bis 30 Personen separat möglich
- Ab 60 Personen exklusiv

### Termine:

**5. – 22. Februar:**  
„Kulinarischer Ausflug“ nach Chile  
**14. + 15. Februar:**  
Valentinsmenü  
**März:**  
„Weinwochen“  
Unsere Lieblingsweine zum Probieren

### Frajo und Carmen Stappen

Steinhausen 39  
41352 Korschenbroich-Steinhausen  
Tel. 021 66 / 88 22 6  
[mail@gasthaus-stappen.de](mailto:mail@gasthaus-stappen.de)

Montag – Sonntag  
ab 17 Uhr  
Sonntag auch von  
11 – 14.30 Uhr

Dienstag Ruhetag

WWW.GASTHAUS-STAPPEN.DE

**JCS**  
Joseph Computer + Service

## Warum ein MacBook?



Das ist genau die Frage, die wir gern beantworten.

**Besuchen Sie JCS: Joseph Computer + Service GmbH gleich heute. Wir sind die Apple Experten in Ihrer Nähe.**

Store Düsseldorf  
Mittelstraße 15  
40213 Düsseldorf  
0211-6878200

Store Mönchengladbach  
Bismarckstraße 18  
41061 Mönchengladbach  
02161-8278530

Service- und Trainingscenter  
Dohrweg 23  
41066 Mönchengladbach  
02161-495220



# GUCK MAL, WER DA SPRICHT

Der Boom der Unterhaltungselektronik ist unaufhaltsam und erfindet sich ständig neu. Ein Trend sind Technikprodukte, die sich nicht auf den ersten Blick als solche zu erkennen geben. Gerne bedienen sich Designer solcher Geräte an Vorlagen der Natur und haben tierisch gute Produkte hervorgebracht.

Die Technik kennt keine Grenzen, es gibt kaum etwas, was mit Hilfe moderner Geräte nicht möglich ist. Die Unterhaltungselektronik-Branche setzt nun neben Funktionsviel-

falt auch auf trendiges Design. Während die alten Videorekorder im einheitlichen Grau daher kamen, regieren heute bunte Farben und ausgefallene Designs die heimischen TV-Möbel. Der Technikboom macht jedoch im Wohnzimmer nicht Halt und hat bereits das Kinderzimmer anvisiert. Auch das Büro ist dem Elektrolook längst verfallen und trägt ein paar moderne Accessoires. Welche technischen Spielereien das Heim mit lustiger, stylischer und kindgerechter Unterhaltungselektronik aufpeppen, erfahren Sie in unseren Technik-Tipps. Text: Corinna Ingenhaag

## SPRECHENDER SPIELKAMERAD



Lily ist eine weiche Schmuspuppe mit überzeugenden inneren Werten. Die fröhliche Plüschlady verfügt über einen integrierten MP3-Player und lässt sich über ihre Füße, Hände und Ohren steuern. Im Kaufpreis von rund 70,- € sind vorinstallierte Musikstücke bereits enthalten. Der interne 512 MB große Speicher kann stets mit neuen Liedern oder Hörspielen bestückt werden. Auch der Anschluss eines USB-Sticks ist für Lily kein Problem. [www.amazon.de](http://www.amazon.de)

Speicher kann stets mit neuen Liedern oder Hörspielen bestückt werden. Auch der Anschluss eines USB-Sticks ist für Lily kein Problem. [www.amazon.de](http://www.amazon.de)



## GIB LAUT

Hunde, die bellen, beißen nicht. Dieses Sprichwort gilt auch für die S.Dog Stereo-Lautsprecher für den PC oder das Notebook. Die stylischen Bellos in Lederimitat-Optik verleihen jedem Arbeitsplatz ein tierisches Aussehen. Um die Wachhunde artgerecht zu halten und einen perfekten Stereo-Sound zu erzielen, werden die rund 30,- € teuren S.Dogs nur paarweise abgegeben. Sie sind in den Farben Schwarz, Weiß und Pink erhältlich. [www.mega-merchandise.de](http://www.mega-merchandise.de)

## EINLEUCHTENDES KLANGERLEBNIS

Die Xountsbox ist Musiktower und schicke Stehlampe in einem. Unter dem trendigen Mantel verbergen sich ein 2.1-Sound-Stereo-Lautsprecher und ein Bassreflex-Subwoofer. Die Musikwiedergabe ist vom direkt angeschlossenen MP3-Player oder per Wireless-Übertragung möglich. Dazu ist die 500,- € teure Box ein echter Hingucker. Das Lampendesign ist variabel, der Kunde kann zwischen verschiedenen Erscheinungsbildern wählen und sie beliebig wechseln. [www.xounts.com](http://www.xounts.com)



## SCHWEIN GEHABT

Langweilige, unmoderne Docking-Stationen haben ausgesorgt. Das iPod-Schwein von Evestar sieht nicht nur saustark aus, es ist auch technisch nicht zu verachten.

Auf dem Rücken des ca. 70,- € teuren Ferkels befindet sich der iPod-Dock. Der Player wird einfach aufgesteckt und schon beginnt das Schwein zu singen. Die Musikwiedergabe ist über nahezu jede Audioquelle mit Kopfhöreranschluss möglich. Die Lautstärke wird über die Ohren reguliert. [www.plus.de](http://www.plus.de)



## KARNEVAL AUF KNOPFD RUCK

Ob Helau oder Alaaf – die richtigen Stimmungslieder gehören zum Karneval einfach dazu. Längst ist die fünfte Jahreszeit im 21. Jahrhundert angekommen und hat aufmerksame Firmenbosse auf eine Idee gebracht: Stimmungslieder werden ganz bequem zum Download angeboten.

Dank Saturn.de, musicload & Co. kann jeder Jeck seine Lieblingsschunkellieder und die besten Stimmungshits oder sogar ganze Alben voller Karnevals kracher einfach und schnell herunterladen.

Inzwischen werden dem Nutzer jedoch eine immense Anzahl von Download-Portalen angeboten. Welche es gibt und wo die Unterschiede liegen, zeigen wir Ihnen in unserer Übersicht.

Text: Corinna Ingenhaag



### DER ALLROUNDER

Bei Saturn bekommt man zum MP3-Player auch gleich die passenden Inhalte geliefert. Auf der Saturn-Homepage werden neben Software und Spielen nun auch Songs zum Download angeboten. Mit rund 1,- € je Lied und knapp 10,- € pro Album ist Saturn einer der günstigeren Anbieter der digitalen Musik. Die saisonale Karnevals rubrik erleichtert die Suche nach dem richtigen Hit. [www.saturn.de](http://www.saturn.de)



### DER SEITEN-EINSTEIGER

Freenet.de ist für DSL und Telefonie sowie E-Mail-Postfächer bekannt. Doch das vielseitige Portal bietet auch einen Musik-Download-Service an. Im Vergleich ist Freenet etwas preiswerter als die meisten Konkurrenten. Ein Song wird für knapp 1,30 € geladen, ein aktuelles Album kostet ca. 12,- €. Freenet bietet sowohl neue Hits als auch ältere Klassiker an. [www.musikdownload.freenet.de](http://www.musikdownload.freenet.de)

### DER KLASSIKER

Musicload.de ist der Klassiker unter den Musikportalen. Auf der Telekom Plattform findet der Nutzer Songs verschiedener Musikrichtungen. Stimmungslieder von „De Höhner“ und vielen mehr stehen für ca. 1,30 € pro Song zum Download bereit, Alben kosten um die 13,- €. In der fünften Jahreszeit gibt es eine spezielle Karnevals rubrik mit allen Stimmungskrachern im Überblick. [www.musicload.de](http://www.musicload.de)



### DER WOHLTÄTER

Legale Gratis-Downloads gibt es bei Jamendo.de. Diese Musikplattform bietet Songs unter Creative Commons Lizenz an. Die Bands und Musiker erlauben den kostenlosen Zugriff auf ihre Alben und Songs. So haben sie die Chance, die Musik auch ohne Plattenvertrag an den Hörer zu bringen. Fast 15.000 Alben stehen zur Zeit zum Download zur Verfügung und die Anzahl wächst stetig. [www.jamendo.de](http://www.jamendo.de)





## DAS ERSTE NOKIA MIT TOUCHSCREEN

### NOKIA 5800 XPRESSMUSIC

Nokias späte Antwort auf Apples iPhone richtet sich an Musikfans, die auch unterwegs auf ihre Lieblingslieder nicht verzichten möchten. Mit seiner 8-GB-Speicherkarte bietet es Platz für bis zu 6.000 Musiktitel. Das Touchscreen-Gerät bietet sogar recht ordentlich klingende Stereo-Surround-Lautsprecher.

### Bedienkonzept

Der Touchscreen verfügt über innovative Bedienkonzepte, zum Beispiel die Medienleiste – ein Drop-Down-Menü, das jederzeit einen direkten Zugriff auf den Musik-Player, die Bildergalerie und Videos ermöglicht. Gleichzeitig bietet die Medienleiste direkten Zugang zum Internet und zu Sharing-Diensten wie Share on Ovi oder Flickr. Ein weiteres neues Konzept ist die Adressbuchleiste: Sie zeigt vier Favoriten des Nutzers aus seinen

Kontakten auf dem Startbildschirm an. So kann er sich mit nur einer Berührung alle mit diesen Personen ausgetauschten SMS-Mitteilungen, E-Mails, Fotos oder Blog-Updates anzeigen lassen und sehr schnell und bequem Kontakt zu ihnen aufnehmen. Das Nokia 5800 XpressMusic bietet verschiedene Methoden zur Texteingabe, wie Handschrifterkennung, virtuelle alphanumerische (Handy-)Tastatur oder eine virtuelle QWERTZ-Tastatur in zwei alternativen Größen. Die Eingabe funktioniert wahlweise mit dem Finger, per Stift oder – für echte Musik-Freaks – auch per Plektrum, das zum Lieferumfang gehört. Ausgestattet mit einem Bildschirm mit 640 x 360 Pixeln kann man übersichtlich im gesamten Web surfen oder Videos anschauen. Die 3,2-Megapixel-Kamera nimmt Fotos und Videos auf.

Gesehen bei **Saturn**, Hindenburgstr. 42, 41061 MG  
Tel. 02161/30950, [www.saturn.de](http://www.saturn.de)



WWW.ENITEX.DE

Wir schaffen Platz  
... und Sie sollen  
davon profitieren!

**ENITEX**

PREISWERTE HERRENMODE  
IN PREMIUM-QUALITÄT

Vom 21. Januar - 14. Februar 2009

**20%-50%  
Rabatt auf**

- Anzüge, u.a. aus Original Cerutti-Stoffen
- Sakkos / Blazer, Hosen, Hemden
- Jeans, Pullover, Strickwesten und Hemden von **BRAX** und **CALAMAR**

Am Kämpchen 7-9  
(im Menge-Haus)

41061 Mönchengladbach  
Telefon: (021 61) 2 93 36 44

Mo.-Fr. 11-19 Uhr  
Sa. 10-18 Uhr

Kostenlose Parkplätze direkt am Haus.

**UNIC**

**DIE COLORATIONS-PROFIS**

Spezialisiert auf  
schwierige Wünsche  
und außergewöhnliche  
Ergebnisse

- Ent- und Neufärbung
- Langhaar Coloration
- American Colors
- French Meches
- California blond
- Glam Light's
- Magic Red
- Painting, uvam.



**UNIC**  
hair lounge

**MASTER OF COLOR**

webbonus: [www.unic-info.de](http://www.unic-info.de)  
2x MG + Rhy + Vie + Dül

# BENACHBARTE KÖSTLICHKEITEN

Kulinarisch bietet unsere Stadt eine ganze Menge. Keine Frage. Aber auch unsere Nachbarn stehen mit viel Fantasie, Talent und Leidenschaft hinterm Herd. Abwechslungsreich, frisch und unheimlich lecker – die folgenden Restaurants überzeugen auf ihre ganz eigene Art. Eins aber haben alle drei gemeinsam: Reservierung ist erforderlich.

Text: Esther Hürter

**HAUS BEY**



Das Schlösschen Haus Bey in Nettetal aus dem 17. Jahrhundert war einst unscheinbares Beiwerk des Schlosses Krickenbeck. Heute hat es sich dank exklusivem Golfclub und ausgezeichneter Gastronomie einen ganz eigenen Namen gemacht.

Zur Gastronomie Haus Bey gehört neben dem Schlösschen das benachbarte Restaurant mit Bistro. Die frische Crossover-Küche im Restaurant zeichnet sich neben Einflüssen aus der ganzen Welt besonders durch französische und niederrheinische Spezialitäten aus. Besonders beliebt sind die selbstgemachten Pommes frites, Pasta-, Brot- und Kuchenvariationen. Etwas exklusiver ist die Küche im Schlösschen.

2006 übernahm der gelernte Koch und Bäcker Frank Veikes die Gastronomie, nachdem er hier zuvor sieben Jahre als Küchenchef arbeitete. Die hohen Erwartungen und der gute Ruf treiben das engagierte Küchenteam immer weiter voran. Ob Hochzeiten in den romantischen Räumlichkeiten des alten Rittersitzes, Sonntagsbrunch mit Blick auf die weitläufige Golfanlage, Candle-Light-Dinner, Gewürzmenüs oder Küchenpartys – Schlösschen und Restaurant sind stilvolle Orte für Veranstaltungen aller Art. Das Team ist mit großer Leidenschaft dabei und behandelt jeden Gast wie einen König im eigenen Schlösschen.

**Restaurant Haus Bey**, An Haus Bey 16, 41334 Nettetal, Tel. 02153/9108790, [www.restaurant-haus-bey.de](http://www.restaurant-haus-bey.de)

**ALTE VILLA LING**



Die Alte Villa Ling beherbergt ein stilvolles Hotel, ein Gourmet-Restaurant namens Josefine, eine gemütliche Gaststube mit Wintergarten und einen Gewölbekeller mit rund 350 Dispositionen. Thomas und Pia Teigelkamp haben sich vor zwölf Jahren in die charmante Jugendstil-Villa verliebt, die 1898 vom Seidenweber Wilhelm Ling erbaut wurde, und sich dem Spagat zwischen Tradition und Innovation erfolgreich gestellt.

Frittierte Würfel von Gamba in Limonen-Reisteig mit Senfkohlköpfchen in exotisch scharfer Ingwerjus, gebratene Jakobsmuscheln auf Papaya-Melonensalat in Cashewkernsalsa mit Wildblüten-Meersalz, geschmorte niederrheinische Hasenkeule in Pfefferrahmsoße, Tiroler Topfensoufflee auf Orangen-Birnenragout mit hausgemachtem Zimteis – solche und andere Köstlichkeiten findet man auf der wöchentlich wechselnden, saisonal geprägten Speisekarte.

Chefkoch Thomas Teigelkamp bietet klassische Haut Cuisine mit neudeutsch regionalen und mediterranen Akzenten. Ob Pralinen, Kuchen, Brot, Pasta oder Soßen – alles wird selbst hergestellt und ist frei von künstlichen Farb- und Aromastoffen. Teigelkamp bleibt seiner Linie treu und setzt sich mit viel Erfahrung und unverwechselbar handwerklichem Geschick von der Masse ab.

**Alte Villa Ling**, Hindenburgstr. 34, 41749 Viersen, Tel. 02162/970150, [www.alte-villa-ling.de](http://www.alte-villa-ling.de)

**GASTHAUS STAPPEN**



Das 120 Jahre alte Gasthaus in Korschenbroich wird seit elf Jahren und in der vierten Generation von Carmen und Frajo Stappen geführt.

Neben Klassikern wie hausgebeizter Lachs auf Reibekuchen mit Honig-Senf-Dillsoße oder Düsseldorfer Senfrostbraten verwöhnten Kompositionen wie Seeteufelcarpaccio und Jakobsmuschel in Tahiti-Vanille mit Avokadotatar oder Winterkabeljau mit leichter Ratatouillesoße und grünem Spargelgemüse den Gaumen. Bodenständigkeit, Kreativität und mediterrane Leichtigkeit zeichnen die Küche aus. Die übersichtliche Speisekarte, die alle zehn Tage wechselt, garantiert absolute Frische – frische Produkte und eine frische, individuelle Zubereitung.

Das jahreszeitlich dekorierte Restaurant mit Separee in den Farben Dunkelbraun und Violett wurde im letzten Jahr mit Unterstützung von Yvonne Straub (La Casa) komplett umgestaltet. Die rustikale Gaststube ist sehr gemütlich eingerichtet und der blühende Hofgarten im Sommer ein absolutes Highlight. Weinfest, Musical-Abend oder die kulinarischen Ausflüge in ferne Kulturen vollenden das stimmige Gesamtpaket.

Der kleine Betrieb ist ganz groß, wenn es um das Thema „Ausbildung“ geht. Aktuell bildet das Ehepaar sechs Azubis aus. Für August 2009 sind wieder zwei Ausbildungsplätze zu vergeben.

**Gasthaus Stappen**, Steinhausen 39, 41352 Korschenbroich, Tel. 02166/88226, [www.gasthaus-stappen.de](http://www.gasthaus-stappen.de)

# FASZINATION KAFFEERÖSTEN

Text: Esther Hürter

100 % an Volumen zu und verliert durch den Feuchtigkeitsverlust zwischen 15 und 20 %

an Gewicht, ausgelöst durch einen gewaltigen Druck auf die Zellwände. Ab einer Rösttemperatur von 160 °C brechen die Bohnen auf und fangen hörbar an zu knacken, im Kaffeedeutsch „cracken“ genannt. Die Kaffeearomen entstehen über die so genannte „Maillard-Reaktion“, ein komplexer biochemischer Vorgang. Das noch vorhandene Silberhäutchen platzt ab und wird in einem extra dafür vorgesehenen Behälter, dem Zyklon, abgesaugt.

Beim Rösten werden über 1.000 Aromen freigesetzt, von denen nur rund 30 die bekannten Kaffeearomen ausmachen. Zusätzlich treten Kaffeeöle an die Oberfläche der Bohne, Säuren werden abgebaut, neue Säuren entstehen. „Ich bin immer wieder fasziniert vom Rösten und vergesse ganz die Zeit“, so die Expertin. Je nach Sorte und gewünschtem Röstgrad lässt Ulrike Ohler die Bohnen zwischen 20 und 23 Minuten in der Trommel. Wenn die gewünschte Temperatur erreicht ist – bei Kaffee 180 °C und bei Espresso 190 °C – werden die Bohnen in ein Kühlsieb geschüttet. Wichtig ist das zügige Erkalten der Bohnen, weil diese sonst weiter rösten und die gewünschten Aromen wieder zerstört würden. „Nur für einen kurzen Moment gibt die jeweilige Kaffeesorte die meisten Aromen preis. Sie zu kennen, ist eine Sache der Erfahrung“, so Ohler.

Kaffeerösten ist und bleibt ein Handwerk. Kleine traditionelle Röstereien punkten über Kompromisslose Frische und beste Qualität gegenüber den großen Industrieröstern, die bei sehr hoher Temperatur und in kürzester Zeit rösten. Deutschlandweit gibt es rund 300 private Röstereien, die individuell gerösteten Kaffee bieten, wie Ulrike Ohler. Ein Besuch lohnt sich auf jeden Fall, um der Faszination Kaffeerösten näher zu kommen.

**barbara und ulrike**, Albertusstr. 6, 41061 MG, Tel. 02161/5670631

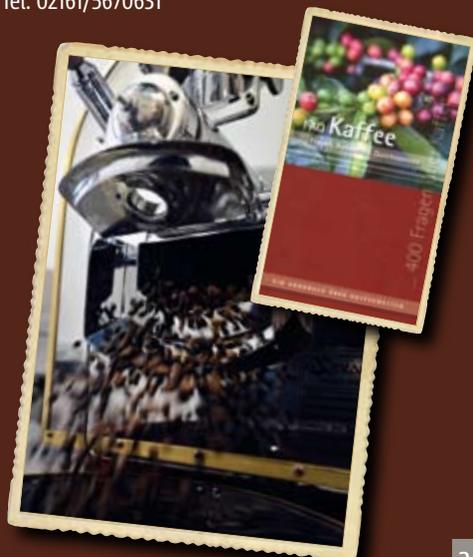


Die Sonnenstunden, die Regenmenge, die Art des Bodens von dem sich die Pflanze im Anbauland nährt – die von der Bohne gespeicherten Informationen kommen beim Rösten wieder zum Vorschein.

Seit Anfang Dezember wird in der Feinkostkategorie barbara und ulrike auf der Albertusstraße Kaffee frisch geröstet. Den aromatischen Duft des handgemachten Kaffees riecht man bis draußen auf die Straße. Mit dem Umzug ins benachbarte Ladenlokal erfüllte sich Ulrike Ohler den Traum von einer kleinen traditionellen Kaffeerösterei. Aus den verschiedenen Kaffeesorten werden hier 15 verschiedene Kaffee- und Espresso-Spezialitäten geröstet.

Das Rösten ist eine uralte Handwerkstradition und bezeichnet das Trockene Erhitzen des grünen Rohkaffees. Erst durch die Röstung erfährt der Kaffee die chemischen und physikalischen Veränderungen, die ihn zu dem uns bekannten Produkt werden lassen. „Es kommt darauf an, die guten Charaktereigenschaften aus der Bohne herauszuholen. Dazu braucht jede Sorte eine andere Röstdauer und -temperatur“, so Ulrike Ohler. Bei der Gastrommelröstung werden die Bohnen über einen Trichter in die rotierende, von außen beheizte Trommel gegeben.

Der Rohkaffee besteht aus Kohlenhydrate, Wasser, Fett-, Eiweiß-, Mineral- und Aromastoffen, Säuren, Alkaloiden (Koffein) und stickstoffhaltigen Substanzen. Durch das Erhitzen reagieren die verschiedenen Stoffe miteinander. Die Bohne nimmt 50 bis





**La TIENDA**

Weine aus  
Spanien, Deutschland, Italien,  
Portugal, Österreich, Frankreich  
und Feinkost

**Präsenstservice**  
mit Versand  
in Deutschland.  
Wir beraten Sie gerne –  
fordern Sie uns!

**La Tienda** | Spanische Weine und Spezialitäten e. K.  
Urfstrasse 99-101 | 41239 Mönchengladbach-Rheydt  
Telefon: 02166-9315-0 | Telefax: 02166-931529  
www.la-tienda.de  
Öffnungszeiten: Di bis Fr 11 - 19 h | Sa 10 - 15 h

*Orofino* Mediterrane Küche  
Wein & Biergarten

**Neu** SA&SO  
ab 1. Februar 2009 ☕ & 🍰

**MITTAGSTISCH**

Restaurant  
Mediterrane Küche  
Wein- & Biergarten

Zoppenbroich 87  
41238 Mönchengladbach-Rheydt  
Telefon: 02166-6879680  
Telefax: 02166-6879681

info@restaurant-orofino.de  
www.restaurant-orofino.de

<small>Öffnungszeiten</small>	<small>Ruhetag</small>	
<small>Mo</small>	<small>12.00 - 24.00 Uhr</small>	<small>Küche durchgehend - 23.00 Uhr</small>
<small>Di-Do</small>	<small>12.00 - 01.00 Uhr</small>	<small>Küche durchgehend - 24.00 Uhr</small>
<small>Fr</small>	<small>12.00 - 01.00 Uhr</small>	<small>Küche durchgehend - 24.00 Uhr</small>
<small>Sa</small>	<small>12.00 - 23.00 Uhr</small>	<small>Küche durchgehend - 22.00 Uhr</small>

**GUTSCHEIN**



**Eins kaufen.** **Eins gratis!**

**SUBWAY**  
eat fresh.

Gültig bis 15.03.2009 in den genannten Restaurants. Ein Coupon pro Gast/Besuch, nicht mit anderen Aktionen/Rabatten kombinierbar. Keine Stamps/Weine Barauszahlung. © 2007 D. A. Inc.



**SUBWAY®  
Restaurants  
Mönchengladbach**

Korschenboicher Straße 110  
Hindenburgstraße 70  
Stresemannstraße 34



**VALENTINSTAG**  
im La Forchetta

**DREI-GÄNGE-MENÜ**

Wahlweise mit Fisch oder Fleisch  
Um Reservierung wird gebeten

Italienische Kostbarkeiten  
Auszeichnung im  
Marcellinos Restaurantführer  
unter den Top 10  
Wir freuen uns auf Ihren Besuch



[www.la-forchetta.net](http://www.la-forchetta.net)

Gladbacher Str. 67 · 41179 Mönchengladbach  
Tel.: 02161 / 57 05 86 · Fax: 02161 / 57 05 14



# Kaiserschmarrn

Schmeckt wie  
im Skiurlaub!

## Zutaten für 4 Portionen:

- |                          |                        |
|--------------------------|------------------------|
| 100 g Rosinen            | 250 g Mehl             |
| 5 EL Rum                 | 500 ml Milch           |
| 6 Eigelb                 | 50 g zerlassene Butter |
| 1 Päckchen Vanillezucker | Butter zum Backen      |
| 1 EL Zucker              | 6 Eiweiß               |
| 1 Prise Salz             | 4 TL Puderzucker       |

## Zubereitung:

Rosinen in 5 EL Rum mindestens eine halbe Stunde einlegen.

Die Eigelbe mit dem Vanillezucker, einer Prise Salz und 1 gehäuften EL Zucker mit dem Handrührgerät schaumig aufschlagen. Nach und nach abwechselnd einen Löffel Mehl und einen Schluck Milch einrühren, bis alles aufgebraucht ist. Anschließend die zerlassene Butter einrühren (Kalorienzähler: Die Butter könnt Ihr auch weglassen und euch wundern, wieso das Zeug nicht so gut schmeckt wie im Skiurlaub). Eiweiß zu einem festen Eischnee aufschlagen und mit einem Löffel langsam aber gründlich unter die Teigmasse heben. Es sollten keine Eiweißflocken mehr zu sehen sein. Danach die Rosinen ohne den Rum unterrühren.



In einer Pfanne 1 EL Butter zerlassen und den Teig ca. 1 cm hoch eingießen. Hitze etwas reduzieren und goldgelb anbacken lassen. Immer mal wieder drunter schauen. Die Masse vierteln, umdrehen und wieder anbacken lassen. In mundgerechte Stücke teilen, mit 2 TL Zucker bestreuen und kurz karamellisieren lassen.

Auf Tellern anrichten, mit Puderzucker bestäuben und dazu Pflaumenmus oder Preiselbeerkompott reichen.

Von Sascha Broich

## LA TIENDAS REBSORTENKUNDE

# GRENACHE IN FRANKREICH, GARNACHA IN SPANIEN

### NR. 4: GARNACHA/GRENACHE



Nach jahrzehntelangem Schattendasein aus dem Dornröschenschlaf erwacht, erlebt diese noble Rebsorte nun ihre Renaissance. Ihr Siegeszug verblüfft, wenn man berücksichtigt, dass sie noch vor nicht all zu langer Zeit als Mengenträger mit geringem Farbgehalt zur Rosé-Rebsorte degradiert oder bestenfalls für einfachen Landwein verwendet wurde. In Kalifornien, Australien und Südf frankreich ist sie als Grenache bekannt. Man denke z. B. an die vielen wunderbaren Côtes-du-Rhône- und L'Hermitage-Weine. In Spanien wird sie Garnacha oder Garnatxa genannt, und macht dort vorneweg auf den kargen mineralischen Böden der Bergregion

Tarragonas Furore: Priorat- und Montsantweine stehen wohl für die faszinierende Erfolgsgeschichte der jüngeren spanischen Weingeschichte. Auf bis zu einhundertjährigen Rebstöcken gedeihen dort auf streng ertragsreduzierten Parzellen leidenschaftlich verführerische Weine. Hocharomatisch, feineparfümiert, aber selten aufdringlich. Eine gute Garnacha ist wie ein ruhender Pol. Sie überzeugt im Stillen und bedarf weniger Worte. Sie fasziniert mit einer atemberaubenden Beerenextraktdichte, die ihresgleichen sucht. Sie ist verhalten im Tannin und besticht mit einer leckeren, fast viskosen Alkoholfruchtsüße. Man vergleicht sie daher auch gerne mit Spätburgunder und bezeichnet sie als den Pinot Noir Südeuropas.

### Unsere Empfehlung:

Artazuri tinto 2007 **7,50 €**  
Jung, rassig, saftig, würzig.  
Bodegas y Viñedos Artazu – D.O. Navarra

Cabrida 2001 **36,90 €**  
Reif, komplex, kraftvoll, elegant.  
Celler de Capçanes – D.O. Montsant

LA TIENDA | Spanische Weine & Spezialitäten e.K., Urfstr. 99-101, 41239 Mönchengladbach-Rheydt  
Tel. 02166/9315-0, Fax 9315-29, E-Mail: info@la-tienda.de, www.la-tienda.de



WWW.MM-HAIRLOCATION.DE



STEINMETZSTRASSE 42-44  
41061 MG  
TELEFON (0 21 61) 2 47 12 66



**Stilvoll, harmonisch, gemütlich und lebendig** – das „4 Sinne“ hat einen besonderen Charme.

GENIESSEN

## MIT ALLEN SINNEN

Im Herzen der Innenstadt, direkt am Rheydter Marktplatz, öffnete Anfang des Jahres das „4 Sinne“ seine Türen. Ob freundlicher Cafébereich, exklusives Restaurant, gemütliche Loungeecke oder stylische Theke – jeder der vier Bereiche hat seinen ganz eigenen Charme.



**Dekoration** aus fernen Ländern.

Der ehemalige Geschäftsführer des Zeitlos, Taylan Karalar, und sein engagiertes Team haben viel Fleiß und Schweiß in den Umbau des früheren Steakhouses gesteckt. Und es hat sich gelohnt: Warme Farben wie Dunkelbraun, Beige und Rot, glänzende Kronleuchter, Spiegel mit Goldrahmen und spanische Musik sorgen für eine gemütliche, stimmungsvolle und gleichzeitig sehr stilvolle Atmosphäre. Ein Highlight ist sicherlich der auf einem Podest erhöhte Loungebereich mit Ledersesseln, großem Buddha-Bild und dunk-

ler Ornamenten-Tapete. Die große, aufschiebbar Fensterfront bietet einen super Blick auf den Rheydter Marktplatz und die liebevoll hergerichtete Spielecke lässt Kinderherzen höher schlagen. Außerdem hat das „4 Sinne“ einen sehr großen Raucherbereich.

Die frische, mediterrane Küche lässt keine Wünsche offen und verzaubert alle Sinne – ob vielfältiges Frühstücksangebot ab 2,90 €, wechselnde Mittagsgerichte für 5,90 €, Kaffee- und Kuchenspezialitäten oder kreative-Köstlichkeiten à la carte wie Hähnchenbrustfilet in Safransoße auf Blattspinat und Pinienkernen, Garnelenpfanne in Knoblauchöl verfeinert, Ofenkartoffel mit Kräuterquark und Scampis oder Riesenburger aus 180 g Rindfleisch. Tipp: Mittwoch, Freitag und Samstag von 19 bis 23 Uhr ist Happy Hour, alle Cocktails gibt es für 4,- €.

Text: Esther Hürter



Der HINDENBURGER und das „4 Sinne“ verlosen fünf Mal 1 Mittagsgeschenk „Business & Shopping Lunch“ inklusive Getränk. Einfach eine E-Mail mit Stichwort 4 SINNE an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de) schicken.

**4 Sinne – Café, Restaurant & Lounge**, Hauptstr. 93, 41236 MG,  
Tel. 02166/9740666, [www.4sinne.com](http://www.4sinne.com)

## AKTIONSWOCHEN

Nudelwochen 02.02. – 14.02.

Schnitzelwochen 16.02. – 28.02.



## GRAEFEN+KÖNIG

Alter Markt · Mönchengladbach

[www.graefenkoenig.de](http://www.graefenkoenig.de)

### Neueröffnung

barbara und ulrike

kaffeeoesterei und feinkost

barbara und ulrike vergrößern die ausstellfläche:

neben der präsentation des modelabels barke in der ehemaligen galerie köster in der albertusstraße 4 gibt es jetzt kaffee und espresso aus der hauseigenen rösterei im haus nummer 6 direkt nebenan. alle sorten werden frisch und sehr schonend mit traditionellem trommelröstverfahren vor ort geröstet.



desweiteren finden gourmetliebhaber ein exklusives feinkostangebot: ausgewählte olivenöle und weine, fruchtige marmeladen und chutneys, pasta und feinste fischkonserven.

barbara und ulrike albertusstraße 4+6 41061 mg [www.barbara-und-ulrike.de](http://www.barbara-und-ulrike.de)

### PRAKTIKANT m/w

Kreation (Print und Web) und Redaktion für mindestens 3 Monate

### REDAKTEUR m/w und FOTOGRAF m/w

auf Basis freier Mitarbeit (HINDENBURGER u.a.)

# JOBS

Bewerbungen bitte **ausschliesslich** per E-Mail an [jobs@marktimpuls.de](mailto:jobs@marktimpuls.de).

MARKTIMPULS

WERBEAGENTUR

...einfach effektiv

Hindenburgerstraße 56  
41061 Mönchengladbach

Fon: +49.(0)2161.827 827 -6  
Fax: +49.(0)2161.827 829 -7

E-Mail: [info@marktimpuls.de](mailto:info@marktimpuls.de)  
Web: [www.marktimpuls.de](http://www.marktimpuls.de)



**Zu schön, um wahr zu sein** – Sternfelder funkeln wie hingestreute Edelsteine.

ASTRO MG

# GLADBACHER STERNENHIMMEL

Die geheimnisvolle Schönheit des Sternenhimmels faszinierte und interessierte die Menschheit schon immer.

„In den Tiefen des Weltraums schwebt eine gigantische Wasserstoffwolke. Etwa 120 Materiekumpen durchziehen sie, die Knoten rotieren und kondensieren dabei. Dichte und Temperatur steigen. Schließlich zünden im Zentrum einer jeder dieser Gaskugeln atomare Feuer: Fast gleichzeitig werden 120 Sterne geboren“ (Helmut Hornung zum Siebengestirn, den Plejaden).



**Die Sternwarte Rheindahlen** mit ihrem Vier-Meter-Kuppelbau.

Alles begann vor rund 36 Jahren mit einer Arbeitsgruppe, bestehend aus fünf Schülern des Math.-Nat. Gymnasiums. Seit 1980 gibt es den Astronomischen Arbeitskreis

Mönchengladbach als eingetragenen und gemeinnützigen Verein mit aktuell 40 Mitgliedern. „Ziel des Vereins ist eine Öffentlichkeits- und Bildungsarbeit, die die Astronomie an den Bürger heranbringt“, so Karl-Heinz Herpens, Geschäftsführer und Gründungsmitglied.

Auf dem Wasserwerksgelände in Rheindahlen befindet sich seit 1998 die Sternwarte, ein Vier-Meter-Kuppelbau. Neben einem Vortragsraum gehören zwei Spiegelteleskope mit je einer 20-cm-Öffnung und einer Brennweite von zwei bzw. vier Metern zur Ausstattung.

Ob Mond, Galaxien, Planeten oder Sterne – die Wintermonate, von Mitte September bis Ende April, sind die Hauptbeobachtungszeiten. „Zurzeit ist die Venus besonders gut zu sehen. Mondbeobachtungen sind immer eine spannende Angelegenheit. Die verschiedenen Strukturen und der Übergang zwischen beleuchtetem und unbeleuchtetem Teil sind besonders interessant“, so Herpens.

## Das Angebot ist vielfältig

Sternführungen dienen der Orientierung am Himmel und stellen die einzelnen Sternbilder in den Vordergrund. Beobachtungsabende mit dem Teleskop finden immer zu einem speziellen Thema statt, z. B. die Beob-

achtung des Saturns in Kantenlage am 27. März. Zusätzlich werden verschiedene Sonderveranstaltungen und Exkursionen angeboten wie die Teleskopbeobachtungen auf freiem Feld in der Eifel oder die „Lange Nacht der Sterne“ am 4. April, dem Astronomietag, mit Beobachtungen, Vorträgen und zahlreichen Infos rund um die Astronomie. Die regelmäßig veranstalteten Workshops und Arbeitstage sind den Mitgliedern vorbehalten und stellen verschiedene Projekte wie den Aufbau des F.W.Bessel-Institutes mit einer Präsenzbibliothek in den Vordergrund.

Der Astronomische Arbeitskreis bietet seit Herbst 2007 Sternpatenschaften an. Preislich liegen diese zwischen 30 und 2.500 Euro, je nach Helligkeit und Sichtbarkeit des jeweiligen Sterns. Ein Verzeichnis garantiert, dass jeder Stern am Gladbacher Himmel nur einmal vergeben wird. „Mit einer Patenschaft dokumentiert man seine Verbundenheit mit der Sternwelt und fördert die Arbeit des Vereins, insbesondere die Verbreitung von astronomischem Wissen“, so der Geschäftsführer. Neben einer Sternführung erhält der Pate eine individuell hergestellte Urkunde bestehend aus Infos, Koordinaten, Mythologie und Bildern zum Stern. Ob Valentinstag, Geburtstag, Verlobung oder Kommunion – eine Sternpatenschaft ist persönlich und eine ganz besondere Aufmerksamkeit.

Text: Esther Hürter



**Verschiedene Sternbilder** am Frühlingshimmel.

## INFO

2009 ist das internationale Jahr der Astronomie. Anlass ist der 400. Jahrestag der ersten systematischen Himmelsbeobachtung mit einem Teleskop durch Galileo Galilei. Unter dem Motto „Das Weltall: Du lebst darin – entdecke es!“ soll das Weltall mit zahlreichen Veranstaltungen und Aktionen für jedermann erlebbar gemacht werden.

**Infos unter** [www.astronomie2009.de](http://www.astronomie2009.de) und [www.astronomie-rhein-ruhr.de](http://www.astronomie-rhein-ruhr.de).

**Astronomischer Arbeitskreis MG e. V.**,  
Engelsholt 143, 41069 MG,  
Tel. 02161/573113, [www.astro-mg.de](http://www.astro-mg.de)

**Sternwarte auf dem Wasserwerksgelände der NVV**, Mennrather Str. 80, 41179 MG

# DARF ICH BITTEN?

In Tanzschulen muss nicht immer im Walzer über das Parkett geschwoft werden. Tanzstudios punkten mit neuen Ideen und bieten neben den Klassikern auch unkonventionelle Tanzkurse an. Ob Single- oder Paartanz, Kinder oder Senioren – es ist für jeden etwas dabei.

Text: Corinna Ingenhaag

## TANZEN FÜR JEDERMANN



Die Jugendgruppe von Tommy's Tanzstudio im Einsatz.

für Kinder ab 4 Jahre Kurse, bei denen der Weg zum Tanz spielerisch entdeckt wird. Für heranwachsende Tänzer zwischen 11 und 13 Jahre gibt es Kurse, in denen mit coolen Moves zu aktueller Musik getanzt wird.

Ab 14 können die Jugendlichen zwischen den Tanzrichtungen wählen. Es gibt beispielsweise einen HipHop-Kurs aber auch einen Basic-Kurs, in dem Discofox, Salsa, Cha-Cha-Cha, Walzer, Rumba, Samba und vieles mehr unterrichtet werden.

In Tommy's Tanzstudio in Willich wird eine breite Palette verschiedener Kurse angeboten. Ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene – in Tommy's Tanzstudio kommt jeder auf seine Kosten. Es werden neben konventionellen Tänzen, wie Discofox, Jive-Boogie, Salsa, Cha-Cha-Cha und Walzer auch ausgefallene Kurse angeboten. Für die jüngsten Tänzer gibt es besondere Kurse. Während die Aller kleinsten die Tanzstunden zusammen mit Mama oder Papa erleben, gibt es

Dass man zum Tanzen nicht immer einen Partner braucht, beweisen die Solo-Tanzkurse für Erwachsene. So auch der Kurs „Pfundiges Tanzen“. Es geht in diesem Kurs nicht um das Thema Abnehmen, sondern darum, den Spaß an Tanz und Musik mit Gleichgesinnten zu teilen. Ebenfalls solo tanzt man Salsa, Merengue, Bachata und Reggae Samba im Latin Hips Kurs. Eine Schnupperstunde in Tommy's Tanzstudio lohnt sich also in jedem Fall.

**Tommy's Tanzstudio**, Linsellesstr. 142-156, 47877 Willich, Tel. 02154/816644, [www.tommys-tanzstudio.de](http://www.tommys-tanzstudio.de)

## FEURIGE TÄNZE

In der Tanzschule Türk in Mönchengladbach werden feurige Schritte gelehrt. Neben Ballet, Jazz Dance und Standardtänzen steht unter anderem Flamenco auf dem Programm. Beim Flamenco kommt es besonders auf die grazile Haltung an. Es wird speziell auf die richtigen Armbewegungen, Körperhaltung, Fußtechnik, Drehungen und Beweglichkeit der Wirbelsäule geachtet.

Die Tanzschule Türk bietet Flamenco-Kurse bereits für Kinder ab 4 Jahre an. Weitere Flamenco-Stunden sind nach Altersgruppen und Vorkenntnissen gestaffelt.



Sandra Türk beim Flamenco.

**Tanzschule Türk** & Flamencostudio Pasión Flamenca,  
Langmaar 12, 41238 MG, Tel. 02166/189192,  
[www.tanzschule-tuerk.de](http://www.tanzschule-tuerk.de)



### 1:0 für Ausbildung

**Starte jetzt durch!**

**Hier findest du Ausbildungsplätze**

[www.arbeitsagentur.de/jobboerse](http://www.arbeitsagentur.de/jobboerse)

**Hier findest du Infos über Berufe**

[www.berufenet.de](http://www.berufenet.de)

**Hier kannst du einen Termin für die Berufsberatung vereinbaren**

Telefon: 01801 555 111\*

**Hier hilft dir das BIZ-Team**

Agentur für Arbeit Mönchengladbach

Berufsinformationszentrum (BIZ)

Lürriper Straße 56

41065 Mönchengladbach

Telefon: 02161 404 2250

\*3,9 Cent/Minute aus dem Festnetz



**Bundesagentur  
für Arbeit**

*Wir tanzen aus dem Rahmen!*

**TOMMY'S**  
Tanzstudio.de

Tanzkurse für  
Kinder  
Jugendliche  
Erwachsene  
und Solisten

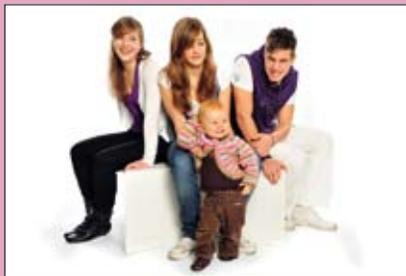
vom Kindertanz  
bis Paartanz,  
von Walzer  
bis Slasa  
findet hier jeder  
seinen Rhythmus



Linsellesstr 142-156  
47877 Willich-Schiefbahn  
021 54 - 81 66 44



familien-  
kinder-  
hochzeits-  
portrait-  
mode-  
akt-  
produkt-  
fotografie



goethestraße 16a  
41061 mönchengladbach  
telefon 0177.8605902

contact@myriamtopel.de  
www.myriamtopel.de



KINDER-KARNEVALS-TOUR

## KARNEVAL WAT IS DAT?

Alles Wichtige rund um den Karneval erfahren neugierige kleine Mönchengladbacher am 21. Februar 2009 um 15 Uhr bei der Kinder-Karnevals-Tour der MGMG. Am Karnevalssamstag geht es – selbstverständlich im jeweiligen Lieblingskostüm – kreuz und quer durch Gladbachs Altstadt. Wo sagt man nun „Halt Pohl“, „All Rheydt“, „Helau“ oder „Alaaf“? Warum heißen alle rheinischen Karnevalsprinzessinnen „Niersia“? Und was hat es mit den „Möhnen“ an Altweiber auf sich? Das alles und mehr erfahren die Teilnehmer bei lustigen Spielen im historischen Altstadtkern, gerade zur richtigen Zeit: genau am Wochenende des großen Straßenkarnevals.

**Dauer:** ca. 90 Minuten,

**Preise:** Erwachsene 3,- €/Kinder 7,- €.

**Start:** Parkplatz Geroweier am Treffpunkt-Schild.

**MGMG,** Voltastr. 2, 41061 MG, Tel. 02161/252411,  
www.stadttouren-mg.de

DIE WERKSTATT DER SCHMETTERLINGE

## FIGURENSPIEL VOM ANFANG DER WELT

Vor langer Zeit gab es keine Schmetterlinge. Und viele andere Pflanzen und Tiere nicht. Sie warteten alle noch darauf, erschaffen zu werden. Das war die Aufgabe der Gestalter der Dinge. Einer von ihnen war der junge Rodolfo. Er hatte geschickte Hände und probierte gerne alles aus was nur möglich war. Es gab natürlich auch noch andere Gestalter. Am Nordpol zum Beispiel gab es Polargestalter. Die standen den ganzen Tag in der eisigen Kälte. So fanden sie am besten heraus, was die Tiere brauchen, die dort leben sollten. Auch für die Meere mussten viele bunte Tiere erschaffen werden. Und es gab die Blumengestalterin: Sie glaubte, sie wäre die Einzige, die etwas Schönes schafft. Aber Rodolfo wollte etwas ganz Besonderes erfinden: ein Wesen, das wie ein Vogel und gleichzeitig wie eine Blume sein sollte. Das war sein Traum, an den er ständig dachte, bei Tag und in der Nacht. Was war wohl so schön wie eine Blume und konnte zugleich

DAS GLÜCK DIESER ERDE

## HENGSTSCHAU IN WICKRATH

Das lässt Mädchenherzen höher schlagen: wunderschöne Pferde in romantischem Ambiente bewundern. Am 7. Februar 2009 steht im Rheinischen Pferdezentrum Wickrath die Hengtschau des Landesgestüts Warendorf auf dem Programm. Präsentiert werden die Warendorfer Top-Vererber. Dazu gibt es ein



kalt-warmes Buffet. Beginn der Veranstaltung ist um 18 Uhr, der Eintritt inklusive Essen kostet 30,- € pro Person. Das Rheinische Pferdestammbuch weist darauf hin, dass die Nachfrage nach Karten erfahrungsgemäß sehr groß ist und empfiehlt eine frühzeitige Bestellung.

Informationen und Kartenreservierungen bei Irene Busen.

**Rheinisches Pferdestammbuch,**

Schloss Wickrath 7, 41189 MG, Tel. 02166/6219110,  
www.pferdezucht-rheinland.de



fliegen wie ein Vogel? Eines Tages war es dann soweit. Rodolfo hatte es geschafft! Alle Meistergestalter versammelten sich, um Rodolfos Erfindung zu sehen...

Das „Theater Blaues Haus“ aus Krefeld gastiert am Sonntag, 15 März 2009, um 15 Uhr im Theater Spielplatz mit diesem zauberhaften Figurenspiel für Kinder ab 5 Jahre.

**Theater Spielplatz,** Waisenhausstr., 41236 MG,  
Tel. 02166/623813, www.theater-spielplatz.de



GRÖSSTES EISANGEBOT IN NRW

## 8.000 QUADRATMETER SPIEGELGLATTER SPASS

Schlittschuhlaufen ist die optimale Kombination aus Sport und Spaß – und zwar für die ganze Familie. Kinder lernen besonders schnell! Um Sturzverletzungen vorzubeugen, empfehlen sich für Kinder Knie- und Ellenbogenschoner sowie ein Helm. So geschützt ist Eislaufen ein sehr gesunder Sport. Wer regelmäßig seine Bahnen zieht, stärkt Herz und Kreislauf und verbrennt nebenbei noch Fett. Die Muskeln an Po und Oberschenkeln werden trainiert. Für Kinder wichtig: Eislaufen schult Gleichgewichtssinn, Körperbeherrschung und Koordination. Nur wenige Kilometer von Mönchengladbach entfernt ist ein wahres Eldorado für Eisläufer: Das größte zusammenhängende Eisangebot in NRW mit insgesamt 8.000 Quadratmetern künstlicher Eisfläche bietet zwei überdachte Flächen und einen Freilufttrng. Die beiden Eishockeyflächen messen jeweils 1.800 Quadratmeter, eine davon in der Halle und eine

unter einem futuristisch wirkenden Membrandach. Der 400-Meter-Ring kommt auf 4.400 Quadratmeter.

### Cooler Beats und heißes Eis

Es gibt in dieser Saison noch zwei Termine für die kultige Eislaufdisco: Am 13. Februar und am 13. März 2009 legen zwischen 18 und 22:30 Uhr die DJs von Hip-Hop über House bis hin zu aktuellen Charts für jedes Tanzbein und für jeden Kufenflitzer auf.

### Öffnungszeiten:

Mi-Fr 10:00-22:00  
Sa-Di 10:00-18:30

**Eintritt:** Mo-Fr Kinder und Jugendliche 3,50 € (Sa+So 4,- €)  
Mo-Fr Erwachsene 5,- € (Sa+So 6,- €)  
Leihschlittschuhe 3,50 €

**Eissportzentrum Grefrath,**  
Stadionstr. 161, 47929 Grefrath,  
Tel. 02158/91890, www.eisstadion.de



## KINDERGEBURTSTAG IN GREFRATH

Beim Kindergeburtstag „Kids on Ice“ im Eisstadion in Grefrath erwartet die Kinder ein cooler Geburtstagsspaß. Für 109,- € werktags, beziehungsweise 123,- € an den Wochenenden, bekommen Gruppen von zehn Personen den Eintritt sowie den Schlittschuhverleih zum Paketpreis. Darin enthalten sind ver-

schiedene leckere Gerichte und Getränke, denn Schlittschuhlaufen verursacht einen Bärenhunger. Das Geburtstagskind erhält im Eisstadion auch Einladungskarten für seine Freunde. Unbedingt vorher anmelden und bitte beachten: Zu den Eisdisco-Terminen und in den Schulferien gilt das Angebot nicht.

**SPORTPAULY** adidas®  
NIKE  
asics  
Jack Wolfskin  
JAKO

**WIEDER NEU IN MG**

**BISMARCKSTR. 44 • 41061 MG**  
TEL. 021 61 / 9465 946 • INFO@SPORT-PAULY.DE

**ART OF HAIR**

**NEUERÖFFNUNG**  
EINFACH MEHR ALS NUR FRISEUR

**Individuelle Beratung**  
**Top Hairstyling**  
**Wellness Anwendungen**

WIR BIETEN AUCH:  
**NATURKONZEPT**  
ÖKOLOGISCHE PRODUKTE  
FÜR ALLERGIKER

**Ohne tierische und pflanzliche Hormone**  
**Ohne chemische Farb- und Duftstoffe**

**ART OF HAIR**  
Inh. Kirsten van OORSCHOT u. Marion RYLL  
Wallstr. 9 // 41061 Mönchengladbach  
021 61 - 4 66 38 28 // www.artofhair-mg.de  
artofhair-mg@t-online.de

**Fitness - ein funkelnder Edelstein des Lebens**

**2 Top - Angebote**

**1**

**5,75 / Woche\***  
incl.  
Fitness  
Kurse  
Rückentraining  
Boxtraining  
Sauna

**SAPHIR**  
Das Sportstudio  
Konstanlinstrasse 2-18  
41238 Mönchengladbach  
Tel.: 02166-90060

**2**

**Keine Bindung**  
Trainieren Sie mit dem guten Gefühl, alle 4 Wochen frei entscheiden zu können, ob Sie bei uns bleiben.

\* Jahrespauschale 209€



Eine ehemalige Fabrikhalle dient als Atelier für die Schüler der KUNSTAKADEMIE.

## ÖFTER MAL WAS NEUES VIEL PLATZ FÜR KREATIVITÄT

Volkshochschule, Bildungswerk der Generationen oder Städtische Musikschule können auf ein breitgefächertes Programm verweisen. Daneben haben sich aber auch engagierte Privat-Unternehmen mit einem künstlerischen oder musikalischen Schwerpunkt in der Stadt einen Namen gemacht.

### Von Aquarell bis Zeichnen

Wer Pinsel oder Bleistift schwingen möchte, ist in der KUNSTAKADEMIE genau richtig. Kinder ab 7 Jahre und Erwachsene erlernen hier verschiedene Maltechniken und den



Künftige Rockstars – wer weiß?

Umgang mit unterschiedlichen Materialien von Grund auf. „Wir bieten eine kreativ-künstlerische Ausbildung, ähnlich aufgebaut wie das Erlernen eines Instruments“, erläutert Akademieleiterin Lisa von Kannen. Auch spezielle Mappenkurse für die Aufnahme an Kunsthochschulen sind im Angebot. Noch mehr auf individuelle Betreuung setzt die Künstlerin Annett Wetzel bei ihren Kursen. Maximal sechs Teilnehmer (auch Kinder) arbeiten an ihren eigenen Werken, wählen Maltechniken und Motive selbst. „Ich verstehe mich nicht als Dozentin, sondern eher als Künstlerin, die anderen Künstlern helfend

und lehrend zur Seite steht“, sagt Annett Wetzel. Einblicke in Mal- und Zeichentechniken bieten natürlich auch die Volkshochschule und das Bildungswerk der Generationen. Darüberhinaus findet sich aber auch manches Highlight, zum Beispiel der VHS-Kurs „Kunstgeschichte praktisch erfahren“. Nach einer kurzen Vorstellung der Künstler kann man ihre Techniken real ausprobieren. Oder wie wäre es mit der Kunst des Schönschreibens (Kalligrafie) beim BWG?

### Von Klassik bis Pop

Musik in jeder Form, vom klassischen Instrument bis zu Rock, Pop, Jazz oder Folk, vom Chorgesang bis zur Sängerausbildung, vom Kinderballett bis zum Folkloretanz – dafür steht die Städtische Musikschule, auch mit Kursen für Erwachsene. Einen etwas anderen Weg geht Nicky Gebhard mit dem Groove Institute: E-Gitarre, Percussion-Instrumente, Keyboards bestimmen den Unterricht seiner Schüler. Seit über zehn Jahren führt er die private Musikschule für Jazz und Rock, die auch aufs Musikstudium vorbereitet, Bands betreut und Proberäume zur Verfügung stellt. Ähnlich liegen die Schwerpunkte bei der Fachschule MusicToday, wie Leiter Klaus Hoesen erklärt: „Die Praxis und die Vorbereitung auf die Bühne stehen bei uns im Vordergrund.“ Und der Lehrplan beinhaltet Rock, Klassik und Jazz, unterrichtet von qualifizierten Dozenten.

Also – Schluss mit Langeweile an grauen Wintertagen. Lassen Sie vergessene Hobbys wieder aufleben oder entdecken Sie sogar neue Talente! Der HINDENBURGER wünscht viel Spaß beim Ausprobieren!

Text: Julia Siegers

### INFO



#### KUNSTAKADEMIE

Schlossstr. 319  
41238 Mönchengladbach  
Tel. 02166/1300962  
www.kunstakademie-mg.de

Malen, Zeichnen, Bildhauerei. Erwachsene und Kinder ab 7 Jahre, monatlich ab 49,- €/Ki., 69,- €/Erw.



#### Atelier Wetzel

Rheydter Str. 157  
41065 Mönchengladbach  
Tel. 02161/2473954  
www.atelier-wetzel.de

Individueller Kunst- und Malunterricht für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre, 10,- €/Stunde.



#### VHS Mönchengladbach

Lüpertzender Str. 85  
41050 Mönchengladbach  
Tel. 02161/256404  
www.vhs-mg.de

Praktische Kunstkurse, Ausstellungen, Kunstvorträge, Workshops zu speziellen Techniken.



#### Bildungswerk der Generationen

An der Landwehr 2  
41069 Mönchengladbach  
Tel. 02161/184646

Malkurse für Erwachsene (Aquarell und Acryl), Kalligrafie.



#### Musikschule Mönchengladbach

Lüpertzender Str. 83  
41061 Mönchengladbach  
Tel. 02161/256433

www.musikschule-moenchengladbach.de

Kurs-Angebot für die ganze Familie von Tanz über Instrumenten-Unterricht bis Gesang.



#### groove! institute

Waldnieler Str. 247  
41068 Mönchengladbach  
Tel. 02161/838020  
www.groove-institute.de

Anerkannte private Musikschule für Rock und Jazz, Instrumenten-Unterricht, Gesang, Bandcoaching.



#### MusicToday Fachschule für Musik

Sittardplatz 17  
41061 Mönchengladbach  
Tel. 02161/86839, www.musictoday-mg.de

Musikrichtungen: Rock, Klassik, Jazz. Instrumente und Gesang, Bandcoaching, Workshops, Events.



Dr. Dietrich Grönemeyer: **Medizin für jedermann.**

Foto: Stefan Völker

AUFKLÄREN, ABNEHMEN, BEWEGEN

## RATSCHLÄGE VON DR. DIETRICH GRÖNEMEYER

„Wer die Menschen für eine eigenverantwortliche Gesundheitsgestaltung gewinnen möchte, muss bei den Kindern anfangen!“

Als Kind hatte Dietrich Grönemeyer panische Angst vor Spritzen, heute gehört er zu den renommiertesten Medizinern des Landes. Die Botschaft des dreifachen Familienvaters: High-Tech und Naturheilkunde müssen mit liebevoller Medizin verbunden werden – im Mittelpunkt steht der Mensch. Mit seinem Projekt „Der kleine Medicus“ war er kürzlich in Mönchengladbach und hat Kinder mit den Geheimnissen ihres eigenen Körpers vertraut gemacht. Der HINDENBURGER sprach mit Dietrich Grönemeyer.

**Wie können Kinder für das Thema Gesundheit sensibilisiert werden?** Eltern sollten mit ihren Kindern bereits im Vorschulalter Sport machen. Zudem ist Babyschwimmen sehr sinnvoll. Kinder tauchen früher, als sie laufen können. Zudem sollten Schüler motiviert werden, sich zu bewegen: in den Pau-

sen toben und zu Fuß oder mit dem Rad zur Schule kommen. Mein größter Wunsch ist es, Sportvereine in schulische Konzepte zu integrieren. Dann gibt es auch nicht mehr die Ausrede, dass der Sportunterricht ausfällt.

**Wie haben Sie selber die Schulzeit erlebt?** Ich war ein Zappelphilipp. Jeden Tag habe ich Sport gemacht. Wenn ich die Bewegung nicht gehabt hätte, hätte ich die Schule so nicht überlebt. Ich wäre als Kind mit Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom prädestiniert dazu gewesen, Medikamente zu bekommen. Und ich habe mir meine eigene Kraft geholt, indem ich in den Pausen Fußball gespielt habe.

**Durch Ihre Vorträge kommen Sie oft ins Gespräch mit Schülern. Sind die Kinder heute in Gesundheitsfragen aufgeklärter**

**als früher?** Manchmal sind die Kinder, wie hier in Mönchengladbach, recht gut vorbereitet. Ich erlebe aber auch genau das Gegenteil, dass die Kinder erschreckend wenig wissen. Deswegen plädiere ich für Gesundheitsunterricht. Kinder sind wissbegierig, sie sind nicht die Dummchen, wie sie in den Medien oder manchmal auch von den Eltern dargestellt werden.

**Was ist Ihrer Meinung nach die größte Zivilisationskrankheit bei Kindern?** Das Symptom unserer Gesellschaft ist Bewegungsmangel, der dazu führt, dass wir nachlässiger mit uns werden. Auch das Mentale wird unbeweglicher. Bestimmte Gehirnzentren werden aktiviert, wenn man sich bewegt. Bewegungsmangel führt auch dazu, dass man behäbiger wird, zunimmt. Zwei Millionen Kinder sind übergewichtig, 800.000 Kinder sind krankhaft fett. Das ist für mich eine Katastrophe. Das sind diejenigen, die morgen einen Bandscheibenvorfall und Gefäßverkalkungen haben, an Arthrose und Diabetes leiden. Wenn wir uns mehr Gedanken über Ernährung und Bewegung machen würden, entlasten wir das Gesundheitssystem und schaffen Wohlbefinden.

Text: Susanne Schnabel

### INFO

**Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer**, geb. 1952 in Clausthal-Zellerfeld, ist Inhaber des Lehrstuhls für Radiologie und Mikrotherapie der Universität Witten/Herdecke sowie Gründer und Leiter des Grönemeyer Instituts für MikroTherapie Bochum. Er erhielt zahlreiche Auszeichnungen, u. a. Man of the Year 2000 (USA), Man of the Millennium (England) und den World Future Award (Hamburg). Seine Publikationen „Mensch bleiben“, „Mein Rückenbuch“, „Lebe mit Herz und Seele“ und „Der kleine Medicus“ wurden Bestseller. [www.der-kleine-medicus.de](http://www.der-kleine-medicus.de)

**HAARGENAU**  
MEISTERSALON  
[www.haargenau-thiel.de](http://www.haargenau-thiel.de)



Unsere Frisuren lassen wir im Ring testen -

damit Sie im Alltag unschlagbar sind.

Aachener Straße 135, 41061 M'gladbach  
Tel. 02161 - 18 09 00



DR. MED. CLAUS NÜCHEL  
DR. MED. SILJA HENGGE (a.Ä.)

- HAUTÄRZTE
- ALLERGOLOGIE
- LASERTHERAPIE
- AMBULANTE OPERATIONEN
- ÄSTHETISCHE DERMATOLOGIE
- NATURHEILVERFAHREN



→ Bismarckstr. 57 / Steinmetzstr. 45  
41061 Mönchengladbach  
ALBERTUS ZENTRUM Haus 2  
Tel. (0 21 61) 1 08 74  
Fax (0 21 61) 17 85 20  
praxis@drnuechel.de  
www.drnuechel.de

ALBERTUS ZENTRUM  
Haus 2



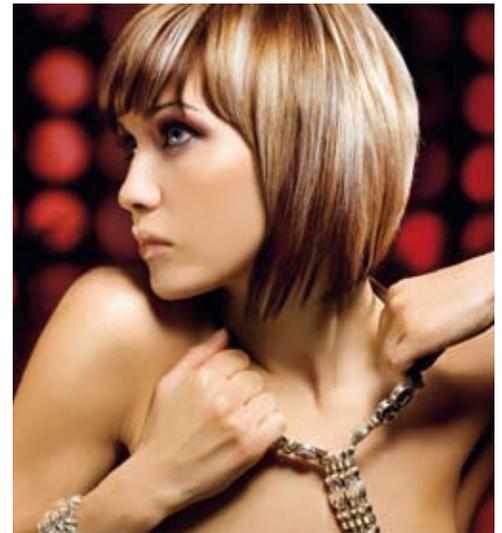
## ZEIT FÜR VERÄNDERUNG

# NEUER KOPF – NEUES LEBEN

Frisch geschieden, neuer Lover, 20 Kilo abgenommen oder eine neue berufliche Herausforderung – oft folgt auf solche Veränderungen ein neues Outfit oder eine neue Frisur.

In diversen Frauenzeitschriften gehören die spannenden Vorher-Nachher-Stories zu den beliebtesten Artikeln. Veränderung fasziniert, verblüfft und erzeugt Bewunderung. Was viele nicht wissen, das Spiel funktioniert auch anders herum: neuer Kopf – neues Leben. Die meisten Friseure kennen eine Vielzahl von Kunden, bei denen die radikal neue Frisur der Beginn eines ebenso radikal neuen Lebenswandels war. Erst die neue Frisur war der Auslöser, sichtbar abzunehmen, modisch mutiger zu werden und sich mehr zu trauen. Nicht nur in Fernsehserien wie „Berlin-Berlin“ kann man beobachten, wie Kleider und Frisuren nicht nur Leute, sondern auch Karrieren machen.

Haben Sie selber schon länger kein Kompliment mehr fürs Aussehen bekommen? Ein guter Friseur mit Typveränderungs-Kom-

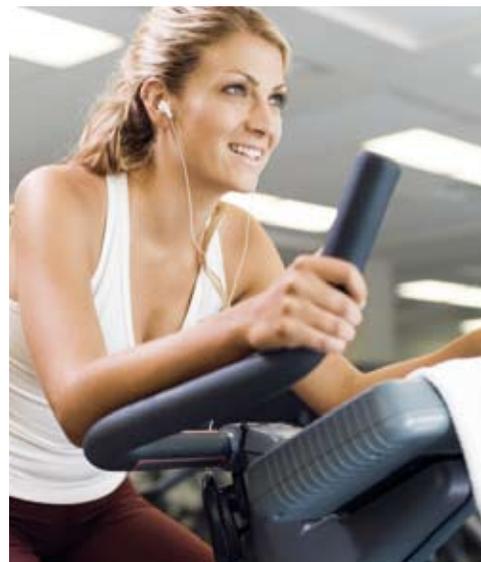


petenz kann das ändern. Nehmen Sie sich ein Herz und springen ins gar nicht so kalte Wasser. Sicherlich kommen Sie zur Erkenntnis: „Warum habe ich das nicht schon früher gemacht?“

Weitere Infos bei Coiffeur Davids, Albertusstr. 26, 41061 MG, Tel. 02161/183838, [www.coiffeur-davids.de](http://www.coiffeur-davids.de)

## GUTE VORSÄTZE

# DEN SCHWEINEHUND ÜBERWINDEN



men gehört ein gesundes Bewegungsprogramm. Dazu sind aber keine sportlichen Höchstleistungen erforderlich. „Bereits zwei bis drei Stunden in der Woche verbessern die körperliche Fitness, begünstigen die Gewichtsabnahme und straffen die Haut“, so Gabriele Wilms, Inhaberin von 3 Elemente.

Speziell für Frauen empfiehlt sich eine Kombination aus Ernährungsumstellung, passenden Kräftigungs- und Ausdauerübungen. Zusätzliches Vibrationstraining mit der Fit Vibe, begleitet von entgiftenden und entschlackenden Maßnahmen wie Tiefenwärme, Sauna und basischen Anwendungen sowie einer regenerierenden Atemlufttherapie regen den Stoffwechsel an, straffen das Gewebe und helfen auf dem Weg zum Wunschgewicht.

Ob in der Gruppe oder im individuellen Einzeltraining – im Figur- und Gesundheitsstudio 3 Elemente bieten erfahrene Ernährungsberater, Personal Trainer, Physiotherapeuten und Gleichgesinnte die nötige Unterstützung, um erfolgreich und langfristig abzunehmen.

**Tipp: Im Februar sind verschiedene „Gute-Vorsatz-Pakete“ zu vergünstigten Konditionen buchbar.**

Viele kennen das: Zu Silvester ist man hoch motiviert und nimmt sich vor, im nächsten Jahr gesünder zu leben, ein paar Kilos abzunehmen und mehr Sport zu treiben. Oft fallen die guten Vorsätze aber schon in den ersten Wochen dem inneren Schweinehund zum Opfer. Alte Verhaltensweisen sind nur schwer zu ändern. Zum gesunden Abneh-

Weitere Infos bei 3 Elemente, Künkelstr. 125, 41063 MG, Tel. 02161/2470350, [www.3elemente-mg.de](http://www.3elemente-mg.de)



GÖNNEN  
SIE SICH  
DAS GEWISSE  
EXTRA  
FÜR IHRE  
SCHÖNHIT



STEINMETZSTRASSE 47  
BISMARCKSTRASSE 57  
ALBERTUS ZENTRUM HAUS 2  
41061 MÖNCHENGLADBACH  
TEL.: 021 61 - 247 01 40  
FAX: 021 61 - 247 09 12  
INFO@SKINSTYLE-KOSMETIK.DE

HAUTÄRZTLICHE  
BEGLEITUNG  
DR. MED. CLAUS  
NÜCHEL  
DR. MED. SILJA  
HENGGE

WWW.SKINSTYLE-KOSMETIK.DE



# VIELMEHR ALS EIN SPORTSTUDIO

Seit zehn Jahren ist das Saphir ein Ort, an dem man in entspannter Atmosphäre Sport treiben, sein Wohlbefinden steigern und sich von den täglichen Belastungen regenerieren kann. Und seit acht Jahren sorgt Diplom-Sportlehrer Uli Knoblen mit seiner Lebensgefährtin Nicole Lange und zehn engagierten Fitnesstrainern für die professionelle Betreuung im Studio.



**Viel Platz** für Bewegung.

Ob Klassiker wie BBP, Step Basics, Pilates und Stretching, oder Highlights wie Dance'n'Strip, Hip Hop mit Aziz, Boxen, Six Pack und Hot Iron – das vielfältige Kursangebot sorgt für Abwechslung, Spaß und natürlich für jede Menge Kondition und Beweglichkeit. Vacu-Step, Vibrationsplatte, Elektro-Impuls-Trainer und Airnergy fördern Leistungsfähigkeit, Stoffwechsel und Durchblutung, reduzieren den Umfang und straffen die Haut. Die Sprühbräune Bodytan sorgt für eine schnelle und gesunde Bräune. Selbstverständlich stehen auch zahlreiche Kraft- und Cardiogeräte fürs Training bereit.

„Wir schenken jeder einzelnen Person soviel Aufmerksamkeit wie möglich, um sie zu ihrem individuellen, sportlichen und gesundheitlichen Ziel zu führen“, so Nicole Lange. Mit dem Konzept Move Kids kommen Kinder und Jugendliche in Schwung. Zahlreiche Tanz-, Box- und Fitnesskurse fördern gezielt die geistige und körperliche Fitness und wirken gegen Aggressionen und Bewegungsmangel. Mit Lorraine Kappel lernen die Kinder

in einer Kombination aus Singen und Turnen spielerisch die englische Sprache. „Wir wollen Kinder bewegen und für den Sport begeistern“, so Uli Knoblen.

Ebenso erfolgreich sind die Schulkooperationen. In einem Vier-Wochen-Programm wird der Sportunterricht ins Studio verlagert. Die Schüler lernen den Umgang mit den Geräten und trainieren in den Kursen. Auch Vereine und Firmen nutzen das spezielle Ausgleichstraining. Außerdem bietet das Sportstudio Entspannungskurse und -massagen, Personal Training und Gymnastikkurse an, die von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert werden.

Die vertraute, familiäre Atmosphäre und die Veranstaltungen abseits vom Training wie Karnevalsfeier, Cocktailabend oder wechselnde Kunstausstellungen machen das Saphir zu einem ganz besonderen Sportstudio. „Gesundheit, Spaß und Kommunikation stehen als Leitmotiv über unserem Angebot“, so der Diplom-Sportlehrer.



**Nicole Lange und Uli Knoblen.**

Ob 10er-Karten, Monats- oder Jahresmitgliedschaft – das flexible Angebot ermöglicht jedem, ungeachtet seiner körperlichen Fitness und seines Alters, gesundheitsorientiert zu trainieren und zu entspannen. Mitgliedschaften gibt es ab 25,- € im Monat.

Text: Esther Hürter

## DIE NATURHEILKUNDLICHE BEHANDLUNG DER KNIARTHROSE



Heilpraktiker Ingomar Polley berichtet aus der Praxis der Naturheilkunde und gibt wertvolle Tipps zu aktuellen Gesundheitsthemen.

Als unsere Vorfahren vor Jahrmillionen begannen, sich aufzurichten und auf zwei Beinen fortzubewegen, brachte das völlig neue Anforderungen für unseren Bewegungsapparat mit sich. Da das Kniegelenk bei dieser zweibeinigen Lebensweise an fast allen Bewegungsabläufen beteiligt ist, ist es besonders häufig von Verletzungen und Verschleiß betroffen, was viele Patienten irgendwann schmerzhaft mit einer Kniearthrose (Gonarthrose) spüren. Dabei wird der Gelenkknorpel im Knie allmählich abgerieben und verliert seine Elastizität. Im schlimmsten Fall reibt schließlich ein Knochen auf dem anderen. Zunächst äußert sich der Verschleiß in der Einschränkung der Belastbarkeit, Knien und Hocken wird schmerzhaft, später auch Gehen und Stehen.

Ruhigstellung ist keine Hilfe, denn sie führt nur zu einer Schwächung der Muskulatur und dadurch zu einer noch stärkeren Belastung des arthrotischen Gelenkes. Zudem wird die Nährstoffversorgung des Knorpels nur durch Bewegung ermöglicht. Deshalb gilt viel Bewegung mit möglichst geringer Belastung immer noch als Königsweg der Arthrose. Geeignete Sportarten sind Radfahren, Schwimmen, Wandern und Nordic Walking.

Wichtig ist auch, dass die Betroffenen das Hinknien vermeiden und nicht auf hohen Absätzen laufen, weil dies den Druck auf das Knie erhöht. Unterstützend wirksam kann die Einnahme von Teufelskrallen sein, denn diese afrikanische

Wurzel enthält den Wirkstoff Harpagosid und wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd. Gleiches gilt für die Vitamine E und C, das Co-Enzym Q10, Omega-3-Fettsäuren (Kaltwasserfische) und das Spurenelement Selen.

Die Naturheilkunde bietet bei der Kniearthrose vielfältige Behandlungsmöglichkeiten, die Entzündungen abbauen, eine deutliche Reduzierung



der Schmerzen nach sich ziehen und damit zu einer erheblichen Besserung der Lebensqualität beitragen können. Für starke Beschwerden hat sich z. B. eine Injektionstherapie mit Schlangengiftenzymen und modifizierten Stammzellen bewährt. Ein ausführliches kostenfreies Beratungsgespräch bei einem Heilpraktiker ist für eine genaue Diagnose und die Erstellung eines individuellen Behandlungsplans sinnvoll.



**HEILPRAKTIKER  
POLLEY**

Autor dieses Beitrags ist der Heilpraktiker und 1. Vorsitzende des Kneipp-Vereins Mönchengladbach e. V., **Ingomar Polley**, Praxis für Naturheilkunde, Schürenweg 19, 41063 MG, Tel. 02161/4951369, [www.Naturheilpraxis-Polley.de](http://www.Naturheilpraxis-Polley.de).



Vor jedem Eingriff erfolgt eine **exakte Voruntersuchung der Augen**.

AUGENKLINIK BETHESDA – LASIKZENTRUM RHEINLAND

# SCHARF SEHEN OHNE BRILLE

Laserkorrekturen in der Augenklinik Bethesda  
und dem Lasikzentrum Rheinland.

Sehfehler konnten lange Zeit nur durch Sehhilfen wie Brillen oder Kontaktlinsen gemildert werden. Für viele Menschen sicher ausreichend und nicht störend – aber was macht ein Koch, dessen Brille ständig beim Öffnen des Backofens beschlägt? Hier kann die eigentliche Hilfe schnell zum Handicap werden.

## Lösung: Refraktive Chirurgie

Heutzutage können Sehfehler wie Hornhautverkrümmung, Kurz- und Weitsichtigkeit chirurgisch behoben werden. Operative Methoden, die die Brechung des Lichtstrahls direkt im Auge verändern, fallen unter den Begriff „Refraktive Chirurgie“. Hierzu gehören das Einsetzen von Linsen oder das Lasern der Hornhaut.

## Augenklinik Bethesda und Lasikzentrum Rheinland

Dr. med. Cordula Hörster ist Expertin auf diesem Gebiet. Sie ist Fachärztin für Augenheilkunde und Belegärztin im evangelischen Krankenhaus Bethesda. Gemeinsam mit ihrem Kollegen Dr. med. Ulrich Grauel hat sie aber auch eigene Räume in der Klinik ange-

mietet, in denen sich die Augenklinik Bethesda und das Lasikzentrum Rheinland befinden.

## Die LASIK-Methode

LASIK, das ist die Abkürzung für Laser-In-situ-Keratomektomie und ist eine von mehreren Lasermethoden. „Aber die schmerzfreieste und schnellste“, so Dr. med. Cordula Hörster. Es ist das weltweit am häufigsten eingesetzte Verfahren zur Korrektur von Fehlsichtigkeiten. Dabei wird nach Schneiden und Aufklappen eines Hornhaut-Läppchens das Innere der Hornhaut geschliffen und nicht die Oberfläche wie bei EPI-LASIK oder LASEK. Das Verfahren ist medizinisch anerkannt und seit kürzerem können auch die Kosten als „Behandlung einer Krankheit“ von privaten Krankenkassen übernommen werden. Der Preis ist von der individuellen OP-Methode abhängig (ab 1.450,- €).

## Ausschlusskriterien und Voraussetzungen

Ca. 200 Patienten pro Jahr suchen die Räume des Lasikzentrums auf, doch nicht für jeden kommt diese Behandlung in Frage. Es

**INFO**

**Augenklinik Bethesda und Lasikzentrum Rheinland im evangelischen Krankenhaus Bethesda**  
Ludwig-Weber-Straße 15,  
41061 Mönchengladbach  
Tel. 02161/85200  
Fax 02161/85227  
[www.augenklinik-bethesda.de](http://www.augenklinik-bethesda.de)  
[info@augenklinik-bethesda.de](mailto:info@augenklinik-bethesda.de)  
Termine für regelmäßige kostenlose Informationsabende können unter der Telefonnummer 02161/85200 erfragt werden.

gibt festgelegte Dioptrien-Werte, bis zu denen eine LASIK angewendet werden kann. „Ich operiere bis 8 dpt bei Kurzsichtigkeit, Hornhautverkrümmung bis ca. 5 dpt, Weitsichtigkeit bis ca. 4 dpt“, erklärt die Spezialistin. Ausschlusskriterien sind eine zu dünne Hornhaut und bestimmte Augenerkrankungen (z. B. Grauer Star), zwingende Voraussetzungen sind ein Alter über 18 Jahre und eine mindestens über zwei Jahre stabile Fehlsichtigkeit.

## Wissen – Erfahrung – Beratung

Letztendlich muss aber der individuelle Fall beurteilt werden und so ist das A und O die Beratung – neben Wissen und Erfahrung einer der drei Bausteine des Leitbildes der Augenklinik. In einer exakten Voruntersuchung, die auch bei erfahrenen Augenärzten erfolgen kann, wird festgestellt, was machbar ist und was nicht. Diese Spezialuntersuchung, bei der die Pupille mit Tropfen erweitert wird, kann über eine Stunde dauern und es werden ein paar weitere Messungen vor dem intensiven Aufklärungsgespräch durchgeführt. Erst dann kann über das im individuellen Fall optimale Abtragsprofil entschieden werden. Seit Juli 2008 kann in der Klinik eine ganz neue Technik – die dynamische Iriskennung – angewendet werden. Mit ihrer Hilfe werden Aufnahmen der Iris digital hinterlegt und in den Laser eingespielt, der während der Behandlung Bewegungen des Auges folgt. Damit wird zuverlässig verhindert, dass der Laser an der falschen Stelle arbeitet.

## Der Eingriff selbst dauert nur wenige Minuten

Mit etwas zeitlichem Abstand folgt der eigentliche ambulante Eingriff im Laser-OP mit hochmoderner raumlufttechnischer Anlage, die für maximal konstante Temperatur

und Luftfeuchtigkeit unter OP-Bedingungen sorgt und somit stabilere Ergebnisse ermöglicht. Die eigentliche Laser-Technologie wird laufend dem neuesten Stand angepasst. Neben dem Operateur, der OP-Schwester und einem Springer ist immer ein Spezialtechniker für den Laser anwesend. Frau Dr. Hörster und Herr Dr. Grauel operieren oft donnerstags. „Da die Kassen den Eingriff nicht übernehmen, dürfen wir keine AU ausstellen.

Schwimmbad oder Reitstall meiden und auch Schminken ist nicht erlaubt.

### Nachsorge

Da die Nachsorge extrem wichtig ist, ist Frau Dr. med. Hörster eine große Befürworterin eines Behandlungs-Pauschalpreises mit einer unbestimmten Anzahl von Terminen zur Nachkontrolle. „Würde ich Kosten pro Kontrolltermin festlegen, hätte ich Sorge, dass die Patienten deswe-



Dr. med. Ulrich Grauel im ausführlichen Patientengespräch.

Ein Tag kurz vor dem Wochenende bietet sich an – viele nehmen sich den Freitag frei und können Montag schon wieder ganz normal arbeiten.“ Betäubt wird mit der Hilfe von Tropfen und inklusive der Vorbereitung von Patient und Auge dauert der ganze Vorgang nur ca. eine halbe Stunde.

### Sonnenbrille und Urglasverband nach der OP

Nach der Nachuntersuchung dient ein sogenannter Urglasverband oder eine Sonnenbrille zum Schutz für die Augen. „Nicht von Dior, aber eine große, die auch an den Seiten mehr abdeckt“, so die Medizinerin. In den ersten 14 Tagen nach dem Eingriff sollte man Stätten möglicher Bakterienherde wie

gen nicht kommen.“ Schon am nächsten Tag wird untersucht und eine Therapie festgelegt. 95 % der Patienten sehen gut ohne Brille, bei ca. 5 % muss eine weitere Behandlung erfolgen.

### Keine Angst vor dem „Blindwerden“

Angst, durch die Operation blind zu werden, braucht bei sorgfältiger Nachsorge niemand zu haben. „Selbst das Risiko, dass der Schnitt nicht optimal ist, ist nur minimal – es liegt bei 0,0078 %“, erklärt die Ärztin. „Letztendlich bedeutet ein solcher Eingriff einfach eine erhebliche Verbesserung der Lebensqualität.“

Text: Andrea Peters

Foto: Augenklinik Bethesda und Lasikzentrum Rheinland im ev. Krankenhaus Bethesda



DAMEN- ODER HERREN-

## GLEITSICHTBRILLE

FASSUNG UND GLÄSER KOMPLETT

JE € **198,-**

Als Einstärkenbrille komplett für je € 98,-

Damen- oder Herrenfassung mit entspiegelten Kunststoffgläsern für stufenloses Sehen, angefertigt in Ihrer Glasstärke. Oder als Sonnenbrille mit 75% oder 85% Glastönung in braun, grün oder grau erhältlich.

Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag  
9:00 - 18:30 Uhr  
Mittwoch u. Samstag  
9:00 - 13:00 Uhr



# SCHROEMGES OPTIK

BRILLENMODE UND KONTAKTLINSEN

Liebfrauenstraße 51 · 41066 MG-Neuwerk · Telefon (0 21 61) 99 44 20

optik@schroemges.de www.schroemges.de

## Gute Vorsätze 2009 Fett und Celluliteabbau

### 30 Frauen gesucht

Im Rahmen des zur Zeit  
**erfolgreichsten Figurkonzeptes**  
suchen wir 30 Frauen, die zu einem vergünstigten  
Preis stressfrei ihre Wunschfigur erreichen wollen.

Ohne Nennung der Namen werden die Ergebnisse  
statistisch verarbeitet.



*3*Elemente  
gesund fühlen & wohl fühlen & schön sein

Figur- & Gesundheitsstudio

Künkelstraße 125 · 41063 Mönchengladbach

www.3elemente-mg.de · Telefon: 0 21 61 / 247 03 50



**Wirtschaftsjunioren** als Bosse in einer Schule in Viersen-Süchteln.

Foto: Myriam Topel

NETZWERK JUNGER UNTERNEHMER

# WIRTSCHAFTSJUNIOREN MG

Junge Unternehmer engagieren sich für ihre Region. In einem überregionalen Netzwerk darf aber auch das soziale Engagement nicht zu kurz kommen, finden die Wirtschaftsjunioren.

Gemeinsam lassen sich die vielfältigen Herausforderungen eines Unternehmers viel einfacher meistern als allein. Das dachten sich auch die acht Gründerväter der Wirtschaftsjunioren Mönchengladbach, als sie im Mai 1957 die Organisation ins Leben riefen. Hauptaugenmerk war damals der fachübergreifende Austausch der jungen Unternehmer. Der Netzwerkgedanke ist es, den die jungen Unternehmer auch heute noch verfolgen.

Die Wirtschaftsjunioren Mönchengladbach sind zwischen 18 und 40 Jahre jung und engagieren sich ehrenamtlich. Sie sind Sprachrohr der jungen Unternehmer und Führungskräfte in unserer Region.

Alle eint das Ziel, die lokale Wirtschaftspolitik, aber auch die Gesellschaftspolitik aktiv mitzugestalten. Zugleich sind sich die jungen Unternehmer aber auch ihrer sozialen Verantwortung bewusst. „Mit unserem Engagement möchten wir auch dazu beitragen, das Bild des Unternehmers in unserer Gesellschaft positiv zu verändern. Denn junge Unternehmer haben eine besondere Verantwortung für unsere Gesellschaft. Wir nehmen deshalb auf politischer Ebene Einfluss auf künftige Entscheidungen über bestimmte Rahmenbedingungen, beispielsweise auf dem Gebiet des Arbeitsrechtes oder der Familien- und Bildungspolitik“, schildert Dirk Kniebaum, Vorstandssprecher der Wirtschaftsjunioren Mönchengladbach, die Ziele des Unternehmerverbandes. „Unsere Mitglieder verpflichten sich unter anderem zu einem verantwortungsbewussten Umgang mit ihrem Unternehmen, zu einem fairen Umgang mit Mitarbeitern, Kunden und Geschäftspartnern und zu einem Eintreten für gesellschaftliches Engagement“, so Kniebaum zur sozialen Verantwortung der Wirtschaftsjunioren.

Zu sehen ist das Engagement an vielen der ehrenamtlichen Projekte im Bildungsbereich, Aktivitäten für Existenzgründer oder auch an der Durchführung der bundesweiten „Bevölkerungsbefragung“, einem Projekt der Wirtschaftsjunioren in Deutschland. Patrick Laireiter, Partner bei der opemo GmbH ist überzeugt, „dass es Mönchenglad-

bach nur gut tun kann, wenn sich junge Unternehmer gesellschaftlich engagieren.“

Die Wirtschaftsjunioren setzen sich auch für eine bessere Vernetzung zwischen Schule und Wirtschaft ein. So besuchen die „Chefs“ beispielsweise Schüler kurz vor dem Eintritt ins Berufsleben in ihrer Schule und berichten über Anforderungen aus Sicht der „Bosse“. Sebastian Leppert, Geschäftsführer Elements of Art GmbH, erläutert: „Wirtschaftsjunior zu sein bedeutet für uns vor allem, den Austausch mit Schülern aus der Region zu suchen. Uns ist es ein Anliegen, sie für das Berufsleben zu begeistern und ihnen die Bedeutsamkeit eines qualifizierten und fundierten Grundwissens für einen erfolgreichen Beruf zu vermitteln.“

Text: Karin van Soest-Schückhaus



Team **Bevölkerungsbefragung** 2008 vor dem Start.

In Mönchengladbach sind rund 60 junge Unternehmer und Führungskräfte bis 40 Jahre im Verein aktiv. Die über 40-Jährigen nehmen aktiv am Vereinsleben teil und stellen die Hälfte der rund 120 Mitglieder.

## INFO

Den Wirtschaftsjunioren gehören rund 110 aktive Mitglieder und Förderer aus allen Bereichen der Wirtschaft an. Ziel der Wirtschaftsjunioren ist es, die Akzeptanz für unternehmerisches Handeln zu erhöhen und die künftige Wirtschafts- und Gesellschaftspolitik aktiv mitzugestalten. In Nordrhein-Westfalen setzen sich 2.700 Mitglieder in 27 Kreisverbänden für die Belange der jungen Unternehmer ein. Bundesweit sind 11.000 Mitglieder in den Wirtschaftsjunioren organisiert. **Weitere Informationen finden Sie auf [www.wj-moenchengladbach.de](http://www.wj-moenchengladbach.de)**

HOSEN MIT RAFFINESSE

# MADE IN MG

ALBERTO steht für Herrenhosen und Golfbekleidung, für Top-Design und innovative Qualität – aus MG für die Welt.

„Seit 1922 haben wir uns auf die Herstellung von Herrenhosen spezialisiert und eine Expertise entwickelt, die man sieht, spürt und die auch international großen Anklang findet“, erklärt Geschäftsführer Marco Lanowy die Erfolgsgeschichte der ALBERTO GmbH & Co. KG. Angefangen hat alles mit der Gründung der Hosenfabrik von Dr. Albert Dormanns, in der aus Retourenbeständen neue Hosen, sowie Jacken und Berufsbekleidung hergestellt wurden. Inzwischen fertigt das Unternehmen, das im Besitz der Familie Walendy ist, in vierter Generation topmodische Herrenhosen mit einem ganz neuen Tragegefühl.

## Hightech-Stoffe sorgen für optimales Wohlbefinden

Ceramica, T400, Coolmax – was nach Hightech klingt, sind ultramoderne Faserkombinationen. Im ALBERTO-Firmensitz an der Rheydter Straße werden daraus die neuen



10.000 Quadratmeter Platz für Kreativität – **ALBERTO Skyline Center an der Rheydter Straße.**

Kollektionen entwickelt und gestaltet. Zum Beispiel Hosen mit „Klima-Funktion“, die dank eingearbeiteter Tonmineralien Temperaturschwankungen bis zu 5 Grad ausgleichen können, und die bei aller Funktionalität keine Abstriche am Design machen. Exklusivstes Beispiel ist das neue „Art Pants Modell“, das in limitierter Auflage aufwändig von Hand gefertigt wird und mit Farbspritzern und vielen auffälligen Details versehen ist.

Bei aller Extravaganz spielt auch die Alltagstauglichkeit der Pants eine wichtige Rolle – von klassischer Mode fürs Büro bis zur



lässigen Jeans reicht das Angebot. Besonderen Wert legt das Unternehmen darauf, dass nur umwelt- und hautverträgliche Materialien verarbeitet werden. Erhältlich sind die Hosen in deutschen Größen und Inch-Maßen. Wer seine Größe kennt, kann unter [www.albertoshop.de](http://www.albertoshop.de) im Internet bestellen. Zum Anfassen und Anprobieren führen im Raum Mönchengladbach P & C sowie SinnLeffers die Modelle.

Ein weiteres wichtiges Standbein des Unternehmens ist mittlerweile die „Golf Collection“ geworden. Durchdachte Hosen mit besonders großen Eingriffen an den Taschen oder Silikonbändern im Hosenbund (damit die Oberteile beim Abschlag nicht verrutschen) begeistern seit 2005 die Sportler.

So sieht sich ALBERTO gut gerüstet für die Zukunft, die auch weiterhin vom Standort Mönchengladbach aus gestaltet werden soll.

Text: Julia Siegers

## INFO

### ALBERTO

*Pants We Love*

**ALBERTO GmbH & Co. KG,  
Rheydter Straße 19-31, 41065 Mönchengladbach,  
Tel. 02161/81920, [www.alberto-pants.com](http://www.alberto-pants.com)**

Gegründet 1922 als Dormanns Hosenfabrik von Dr. Albert Dormanns.

Heute in der vierten Generation im Familienbesitz. 2003 Umfirmierung in ALBERTO GmbH.

Zur Zeit 80 Mitarbeiter, darunter auch Auszubildende (Industriekaufleute und Fachkräfte für Lagerlogistik).

Jahresumsatz 28 Millionen Euro.

Weltweit über 2.100 Einzelhandelsgeschäfte.

Vertreten in 42 Ländern (z. B. USA, Russland, Skandinavien).



## ANALOGE VIDEO- ÜBERWACHUNGSTECHNIK

**BIS ZU 100 METER  
NACHTSICHT**



Höchste Bildauflösung auch bei Dunkelheit durch Infrarot-LED und IR-Leuchtstärkenregler

**Das Fachgeschäft in  
Mönchengladbach - Rheydt**



Ihr starker Partner in Video-Überwachungstechnik informiert Sie

**proElektra**  
Elektrotechnische Spezialartikel

Wilhelm-Strater-Str. 4 / Ecke Mühlenstr.  
41236 Mönchengladbach - Rheydt

Tel.: 02166 / 145.029

Fax: 02166 / 145.099

Mail: [support@proelektra.de](mailto:support@proelektra.de)

Net: [www.proelektra.de](http://www.proelektra.de)

# GUCK MAL, WER DA IST!

Mit Megapixeltechnik und Kameras mit Personenverfolgung macht die digitale und analoge Videoüberwachung derzeit Quantensprünge. Überwachung ist sogar per Internet möglich.



Eine **Megapixel-Kamera** ersetzt bis zu 70 herkömmliche Kameras und lässt sich auch über das Internet steuern.

Kennen Sie das? Sie haben es sich gerade richtig gemütlich gemacht und lümmeln sich leicht bekleidet mit einem Häppchen zu Essen auf der Couch. Sie freuen sich auf einen schönen Fernsehabend und sind froh, endlich ihre Ruhe zu haben. Aus heiterem Himmel klingelt es unerwartet an der Tür. Während Sie mit sich ringen, ob Sie an die Tür gehen, wünschen Sie sich lieber zu wissen, wer da gerade klingelt. Dann könnten Sie sofort entscheiden, ob Sie ihn hereinlassen oder nicht. Für solche Situationen gibt es Video-Gegensprechanlagen (siehe Bild unten), die schon beim ersten Klingeln unbemerkt das Bild Ihres gebetenen oder ungebetenen Gastes auf einen Monitor zaubern. Damit wird die Entscheidung, ob man ihn hereinlässt, wesentlich vereinfacht.



Video-Gegensprechanlage von **Samsung**.

Brigitte und Peter Nagel von der Firma Pro Elektra in Rheydt sind Experten in Sachen Sicherheitstechnik und kennen solche Situationen nur zu gut. „Obwohl einige, wenige Personen den Reiz der Unwissenheit lieben, wer und was sie auf der anderen Seite erwartet, wenn es bei ihnen an der Tür klingelt, glauben wir, dass nicht viele Leute solche Überraschungen mögen.“

### Das wachsame Auge

In der professionellen Videoüberwachung finden derzeit echte Quantensprünge statt. Die Bildqualität ist superscharf, die digitale Aufzeichnung kinderleicht und die Kameras werden immer intelligenter. Ein Highlight ist zum Beispiel eine Rundum-Kamera, die sich ferngesteuert in alle Richtungen bewegen lässt. Mit Hilfe eines kleinen Steuerpultes bewegt man das bruch sichere Gerät nach rechts, links, oben oder unten und verschafft sich damit einen schnellen Blick über das zu überwachende Gelände – innen oder außen, mit bis zu 36-fachem Zoom. Der Clou ist eine Funktion, die Personen oder Fahrzeuge automatisch verfolgt. Sobald sich ein bewegliches Objekt dem Überwachungsbereich nähert, nimmt die Kamera von ganz alleine die Verfolgung auf und hält damit jede Bewe-

gung fest. Gleichzeitig startet das Aufnahmegerät und liefert einen gestochen scharfen Film eines möglichen Eindringlings. Auf Wunsch kann man dies sogar an eine Alarmanlage koppeln.

### Megapixel-Technik

Relativ neu auf dem Markt sind Megapixel-Kameras, die Bilder mit bis zu 16 Megapixeln aufzeichnen. Die Bilder sind so detailreich, dass damit ein weites Areal mit einer extrem hohen Auflösung aufgezeichnet werden kann. Auf dem Bild links erkennt man einen Flughafen. Je nach Kamera wird das Geschehen mit bis zu 25 Bildern pro Sekunde festgehalten. Einzelne Bereiche des Gesamtbildes können in separaten Fenstern nun vergrößert dargestellt werden. Damit kann man gleichzeitig die Fluggasthalter, den Eingang und die Personenkontrolle überwachen. Hierdurch spart man sich die Installation dutzender Kameras auf einem größeren Areal. Die Software ist auch für Anfänger spielend einfach zu bedienen und zeichnet alles auf.

### Big Brother?

Wer über eine gute DSL-Verbindung verfügt, kann sich jedes Bild auf jedem beliebigen Rechner anschauen und die Kamera von dort aus steuern. Aufzeichnungen können gestartet und notfalls ein Alarm ausgelöst werden. Das Ganze hat schon etwas von Big Brother. Allerdings dient der Einsatz solcher Systeme primär der Überwachung gewerblicher Areale oder der Verbrechensbekämpfung. Peter Nagel von ProElektra berät seine Kunden daher auch in puncto Datenschutz: „Nicht alles was geht ist auch erlaubt. Wer seine Nachbarn ausspionieren möchte, macht sich strafbar. Da gibt es eindeutige gesetzliche Regelungen. Hierauf achten wir sehr präzise und beraten unsere Kunden ausführlich. Wer sich diese Systeme einmal ganz genau ansehen möchte, ist herzlich zu uns eingeladen.“

Text: Sascha Broich

**INFO**



**proElektra**  
Elektrotechnische Spezialartikel

Wilhelm-Strater-Straße 4/Ecke Mühlenstraße,  
41236 Mönchengladbach-Rheydt,  
Tel. 02166/145029, Fax 02166/145099  
support@proelektra.de, www.proelektra.de

# DIE GEM MACHT SCHULE

Was kommt in die braune Tonne? Welche Bedeutung hat der Grüne Punkt? Was passiert mit dem Altpapier? Wie entsteht aus Kompost neue Erde? Und was macht Max, die fleißige Biene?



Spielerisch ans **Thema „Mülltrennen“** heranführen.

Diese und andere Fragen tauchen während des Besuchs der GEM-Mitarbeiter in den Kindergärten und Schulen auf und werden nach und nach in Zusammenarbeit mit den Kindern erarbeitet. Alexandra Esser, Barbara Neukirsch und Ute Kempin sind mehrmals in der Woche im Einsatz, um spielerisch und unterhaltsam über Abfalltrennung, Müllvermeidung und Umweltverschmutzung aufzuklären.

Vor einigen Jahren startete die Abteilung Öffentlichkeitsarbeit der GEM mit diesem speziellen Bildungsprogramm, das sich bei den Kleinen und Großen rasch an Beliebtheit erfreute. Das Programm unterteilt sich in drei Bereiche: die Arbeit in den Kindergärten, den Grundschulen (3. und 4. Schuljahr) und den weiterführenden Schulen (7. bis 9. Klasse). Unterschiedliche Altersstufen und Schulformen verlangen nach unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten. In den Kindergärten haben die Kleinen Biene Max schnell in ihr Herz geschlossen und Spaß am Mülltrennungsspiel und an den Bastelarbeiten. Im Kurzfilm „Max räumt auf“ hilft die fleißige Biene einem Mädchen beim Aufräumen und Mülltrennen. In den Grundschulen werden die Kinder zusätzlich in Arbeitsgruppen aufgeteilt, in denen sie Plakate erstellen, die anschließend vor der Klasse präsentiert werden. „Schnell sind die Kleinen die

Größten, wenn es darum geht, die Umwelt zu schützen“, so Jutta Schmitz, Leiterin Öffentlichkeitsarbeit der GEM.

Beim Papierschöpfen mixen die Kleinen altes, aufgeweichtes Zeitungspapier zu einem matschigen Brei und verteilen es danach gleichmäßig auf den Schöpfrahmen. Nach dem Trocknen ist das neue Papier direkt einsatzbereit. Die Kinder werden zu kleinen Experten, die nicht selten zuhause ihre Eltern belehren. „Man muss bei den Kindern ansetzen. An die Erwachsenen kommt man kaum noch ran“, so Schmitz. Alexandra Esser und ihre Kolleginnen gestalten die individuell auf die einzelne Klasse abgestimmten Unterrichtsstunden. Der Besuch der GEM ist kostenlos und je nach Zeitplan der Lehrer einmalig 90 Minuten oder verteilt auf zwei Tage zweimal 90 Minuten lang.

## Was kannst Du tun?

In den weiterführenden Schulen müssen sich die Mitarbeiter auf ganz andere Fragen vorbereiten. „Die Jugendlichen befinden sich in einer sozialkritischen Phase, in der sie alles hinterfragen und aktiv mit diskutieren“, so Schmitz. Aufgeteilt in Gruppen, werden den Schülern unterschiedliche Themen zugeteilt, wie z. B. Klimaschutz, Umweltkatastrophen, Recycling oder die GEM als Arbeitgeber. Ob Power Point, Rollenspiel oder Lied – aus Plakat- und Textmaterialien werden individuelle Präsentationen erarbeitet und vorgestellt. Zusätzlich werden den Jugendlichen zwei Filme gezeigt. Der erste Film soll die Schüler aufwecken. Er provoziert mit Bildern, die unser Konsumverhalten veranschaulichen. Der zweite Film zeigt Alternativen und Perspektiven auf. Was kannst Du tun?

Die GEM versucht, bei Kindern und Jugendlichen Verständnis für umweltgerechtes Verhalten zu wecken und zu fördern, ohne dabei mit dem erhobenen Zeigefinger zu belehren. Außerdem soll die beispielhafte Arbeit zu Eigeninitiative und -verantwortung motivieren.

.....  
**GEM Gesellschaft für Wertstoffverwertung und Entsorgung Mönchengladbach mbh**, Am Nordpark 400, 41068 MG.

Text: Esther Hürter

## ENGLISCH FÜR DEN BERUF



### Immersion Trainings: intensives Gruppentraining für Ihre berufliche Qualifikation!

- Maßgeschneiderte Module für alle Kenntnisstufen: von Anfänger bis Fortgeschrittene
- Business-spezifische Inhalte, z. B. Bürokommunikation, Telefontraining, Meeting und Konferenzen
- Ideal für Arbeitssuchende, um die Berufschancen effektiv zu steigern
- Auch mit Bildungsgutschein!

Förderung durch  
die Agentur für  
Arbeit möglich!

# Berlitz

[www.berlitz.de](http://www.berlitz.de)

**Auch in Ihrer Nähe:  
Mönchengladbach  
Hindenburgstraße 77  
Telefon: 02161/1 70 77**

# HEIMLICHEN STROMFRESSERN UND HOHEN HEIZKOSTEN GEHT ES AN DEN KRAGEN

Es sind viele kleine Löcher, durch die das Geld wegieselt: In nahezu jedem Haushalt gibt es bei den Energiekosten beachtliche Einsparmöglichkeiten. Alwin Thiele von der New Energie auf Spurensuche.



**Richtig informieren und Energiekosten senken** – Alwin Thiele hilft dabei.

Foto: Stefan Völker

Die Eheleute Müller aus Giesenkirchen möchten ihr Geld lieber für Enkel Elias ausgeben, als für die Energierechnung. Und deshalb haben sich die beiden Rentner einen Fachmann nach Hause bestellt: Alwin Thiele ist Energieberater und prüft in dem Gebäude aus dem Jahr 1958 vom Keller bis zum Dachboden, wo sich eventuell Stromfresser versteckt haben und wodurch sich Heizkosten senken lassen. Er geht nicht mit erhobenem Zeigefinger zu seinen Kunden, sondern akzeptiert persönliche Vorlieben und Lebensweisen. „Energiesparen fängt im Kopf an. Wir möchten mit der Beratung ein Bewusstsein für das Thema schaffen und Fragen beantworten“, so der 42-Jährige.

## Steckerleiste: einfach und wirkungsvoll

Erstes Lob: Günter Müller hat Stereoanlage, Receiver und Fernseher mit einer abschaltbaren Steckerleiste ausgestattet. „Über die Standby-Verluste hatte ich schon vor Jahren einiges gelesen, das ist ja wirklich kein Aufwand“, so der 68-jährige Hausherr. Noch nicht überzeugt ist er von Energiesparlampen. „Die Investitionskosten sind hoch, das Licht ist kalt und ob die Strahlung gesundheitlich unbedenklich ist, ist auch noch unklar.“ Thiele empfiehlt, Energiesparlampen nur dort einzusetzen, wo das Licht oft und lange brennt. Seit geraumer Zeit gibt es

auch Energiesparlampen in unterschiedlichen Lichtfarbtönen. In der Küche gibt der Experte zu bedenken, dass sich eine große Kühltruhe nur lohnt, wenn sie immer gefüllt ist. „Stimmt, seit die Kinder aus dem Haus sind, brauchen wir eigentlich nicht mehr so eine große Truhe. Aber zum Wegwerfen ist das Gerät zu schade“, so das Ehepaar.

## Hilfe vom Installateur

„In der Heizung steckt das meiste Einsparungspotenzial“, so Thiele. Heizkörper sollten immer frei stehen, damit die Luft im Raum zirkulieren kann. „Man sollte die Raumtemperatur prüfen: Ein Grad weniger macht schon sechs bis sieben Prozent weniger Heizenergie aus und man merkt den Unterschied oft gar nicht.“ Zudem rät er dazu, die so genannte Heizkurve an der Heizungsregelung optimal einzustellen, der Installateur kann dabei behilflich sein. In Altbauten sollten vorhandene Heizkörpernischen spätestens bei einem Austausch des Heizkörpers fachgerecht isoliert werden! Bei Neuanschaffungen von Heizkörpern sollten die Körper immer auf die aktuellen Gegebenheiten angepasst werden.

Weitere Tipps: Die Zeitschaltuhr an der Zirkulationspumpe für die Warmwasserbereitung sollte vernünftig eingestellt und bei Zuglufterscheinungen die Fensterdichtungen ausgetauscht werden.

Die NVV bietet auf ihrer Internetseite einen Verbrauchsrechner für Strom, Gas und Wasser. Zudem kann sich der User im virtuellen Haus umschauen und er erfährt auf drei Etagen, wie er durch einfache Maßnahmen Energie und Wasser sparen kann. Für nähere Informationen versorgt die NVV/NEW Energie ihre Kunden mit kostenlosen Fachbrochüren zum Thema Energie und Umwelt. Gerne stehen die Energieberater der NEW Energie auch telefonisch zur Verfügung. Fazit der Müllers: „Dieser Termin hat sich gelohnt. Wir haben viel Neues erfahren und werden bestimmt einiges umsetzen.“

Text: Susanne Schnabel

## ANGEMESSENE TEMPERATUREN

28 °C	Schwimmbad
22-24 °C	Badezimmer
22 °C	Arbeits- und Kinderzimmer
20 °C	Wohn- und Esszimmer
16 °C	Schlafzimmer
12-15 °C	längere Abwesenheit
12 °C	Treppenhaus
6 °C	Kellerräume



## ENERGIESPAREN LEICHT GEMACHT

### 1. Heizkosten senken

Mit der richtigen Wohlfühltemperatur sparen: bei nur zwei Grad weniger senken sich die Energiekosten um 12 Prozent!

### 2. Strom sparen

Licht: Reduzieren Sie durch gezielten Einsatz von Energiesparlampen Ihren Stromverbrauch!  
Standby: Unterschätzen Sie nicht das Sparpotenzial, das sie durch Abschalten der Standby-Funktion erreichen: alle Stecker ziehen oder abschaltbare Steckdosenleisten verwenden!

### 3. Wasserkosten reduzieren

Toiletten mit Sparspüler ausrüsten! Die Toiletenspülungen machen 1/3 des Trinkwasserverbrauchs aus. Tropfende Wasserhähne sofort reparieren!

### NEW Energie GmbH,

Odenkirchener Str. 201, 41236 MG,  
Tel 01801/688688 (3,9 ct/Minute aus dem deutschen Festnetz), [www.new-energie-gmbh.de](http://www.new-energie-gmbh.de)



**Intensives Gruppentraining** sorgt für hohe Lerneffizienz.



# ENGLISCH FÜR DEN BERUF

Um im globalen Markt bestehen zu können, ist professionelle Weiterbildung heutzutage unverzichtbar.

Besonders mit Sprachen vergrößert man seine beruflichen Chancen im In- und Ausland. Die Sprachschule Berlitz bietet maßgeschneiderte Lösungen für Businesskunden und hilft, neue Ziele zu setzen und zu erreichen. Zwei dieser Kurse werden unter bestimmten Voraussetzungen von der Agentur für Arbeit gefördert. Der so genannte Bildungsgutschein wird individuell vergeben und übernimmt die Kosten für den jeweiligen Sprachkurs komplett. Die Arbeitsagentur stellt einen Bildungsgutschein aus, wenn eine geförderte Weiterbildung mit hoher Wahrscheinlichkeit zur beruflichen Eingliederung führt, eine konkret drohende Arbeitslosigkeit abgewendet wird und eine Teilzeit- zu einer Vollzeitbeschäftigung führt. Der Berlitz-Kurs „Fremdsprachliche Kenntnisse für kaufmännische Tätigkeiten“ dauert maximal sechs Monate und besteht aus acht aufeinander aufbauenden Stufen. Anfänger, Fortgeschrittener oder Profi? Um einzuordnen, auf welchem Sprachniveau sich der Schüler befindet, findet zu Beginn ein ausführliches Beratungsgespräch mit anschließendem Einstufungstest statt.

Teilnehmern und zeichnen sich durch eine hohe Intensität und Lerneffizienz aus“, so die Direktorin Marianna Schoenherr. Die Lehrer sind Muttersprachler, kommen überwiegend aus der Wirtschaft und unterrichten ausschließlich in englischer Sprache. Am Ende verfügen alle Teilnehmer über eine sehr gute Kompetenz in englischer Kommunikation und verhandlungssicherer Geschäftssprache. Ein Level kostet 570,- € inklusive Material. Der zweite Sprachkurs „Englisch für Fach- und Führungskräfte“ läuft über vier Wochen täglich acht Stunden. Dieser Unterricht ist nur für Fortgeschrittene geeignet, die die englische Sprache in Wort und Schrift beherrschen. Die Gruppen bestehen aus fünf Teilnehmern und konzentrieren sich auf den Bereich Management. Verhandlungen, Meetings und Business-Small-Talk werden thematisiert. Dieses Seminar läuft deutschlandweit nur bei Berlitz und kostet 2.240,- € inklusive Material. In beiden Kursen sind neben den arbeitssuchenden Teilnehmern sowohl Firmen- als auch Privatkunden willkommen.

Berlitz verfügt als Sprachschule über eine 130-jährige Erfahrung. Der Unterricht ist innovativ, effizient und praxisnah.

Im intensiven Gruppentraining täglich von 8:30 bis 16:30 Uhr gehören Meetings, Präsentationen, Business-Schreiben, Bewerbungs- und Telefontraining zu den Schwerpunkten. „Die Gruppen bestehen aus maximal 15

**Berlitz Mönchengladbach,**  
Hindenburgstr. 77, 41061 MG,  
Tel. 02161/17077, [www.berlitz.de](http://www.berlitz.de)

Text: Esther Hürter

Die mindestens wöchentliche Reinigung von Gehwegen und einigen Fahrbahnen sowie der Winterdienst bei Eis und Schnee sind wichtige Pflichten jedes Grundstückseigentümers.

**Unsere Leistungen in Ihrem Auftrag:**

- Gehwegreinigung
- Straßenreinigung
- Winterdienst

**Wir beraten Sie umfassend und individuell. Gern auch vor Ort. Wir sind für Sie auf Draht ☎ 02161/49100**

Gesellschaft für Wertstofffassung, Wertstoffverwertung und Entsorgung Mönchengladbach mbH  
Am Nordpark 400, 41068 Mönchengladbach

## TODO Liste

einfach mehr **LEISTUNG**

- Corporate Design und Website für die Meinheim GmbH
- Redesign von hindenburgstr. incl. neuer Onlinewerformen und AdServer
- Marketingkonzept für das Ärztehaus im Zentrum
- Produktkatalog 2009 für die Triebike KG Präsentation 14.03. Drucke Ende 04/09
- Neue Anzeigen-gestaltung für Schlosshaus Mittler erl. Gasthof Lüders Fashionprints erl. Juwelier Starck
- Neue Website für die Maxmore AG mit CMS und dreisprachig !!!
- Mediaplanung Markteinführung Mytraxx.com + Kreation Onlinewerformen, Anzeigen und Außenwerbung
- Flyer, Prospekte und Geschäftsausstattung für die H. Fink GmbH Logo auch noch !!!

**MARKTIMPULS**  
WERBEAGENTUR ...einfach effektiv

Hindenburgstraße 56 41061 Mönchengladbach  
Fon: +49.(0)2161.827 827 -6 Fax: +49.(0)2161.827 829 -7  
E-Mail: [info@marktimpuls.de](mailto:info@marktimpuls.de) Web: [www.marktimpuls.de](http://www.marktimpuls.de)

ausgesuchte fotos immer



den augenblick des verweilens wert.  
das, und nicht weniger,  
findest du hier!

foto | ausstellung | buch | bildband  
film | dokumentation | reportage  
thema | photographie  
print | poster | kalender | originale

**f : 7 2**

foto | buch | film | themenabend

eickener strasse 72  
41061 mönchengladbach  
stefan völker  
0216 fon 8261950  
www.galerie-f72.net

member of: [www.gruppo635.com](http://www.gruppo635.com)

©GRUPPO 635.COM | foto.mfrbach |



Trainer **Hans Meyer** und seine vier Winter-Neuzugänge, die Borussia zu Beginn der Vorbereitung vorstellte: **Tomas Galasek, Paul Stalteri, Torhüter Logan Bailly und Dante** (von links).

Foto: Dieter Wiechmann

BORUSSIA

## VFL NIMMT ABSTIEGSKAMPF AUF

Positive Stimmung bei Verantwortlichen und Fans – trotz oder gerade wegen zurückliegender Enttäuschungen nach dem Aufstieg?

Gerne hätten die Verantwortlichen Borussias in dieser Winterpause auf neue Gesichter verzichtet. Denn in den allermeisten Fällen bedeuten Neuzugänge nach der ersten Halbserie in der Bundesliga, dass zuvor nicht alles gestimmt hat im Kader. Und doch sind die vier neuen Borussen, vermutlich bis auf eine Ausnahme, mehr als nur Nothelfer für die Rückrunde, in der es für den Aufsteiger in 17 Spielen um nicht weniger als den Verbleib in der Bundesliga geht.

In diesen Tagen wird sich zeigen, ob sich Borussia mit dem ersten Spiel der Rückrunde beim VfB Stuttgart nicht nur personell sondern auch auf dem Platz verändert hat. Trainer Hans Meyer hat nach seinem Amtsantritt in Laufe der Hinrunde deutlich gemacht, dass der Kader grundsätzlich nicht schlecht besetzt, aber zu unerfahren und zu jung sei. Dass der 66-Jährige vor allem in der Hintermannschaft auch mehr Qualität haben wollte, zeigt sich in den Verpflichtungen von Torhüter Logan Bailly und den Verteidigern Paul Stalteri und dem Brasilianer Dante. Zusätzlich soll Tomas Galasek im defensiven Mittelfeld für Ruhe nach hinten sorgen, der Tscheche ist angesichts seiner schon 36 Jahre und einem Vertrag bis Saisonende nicht gerade eine Investition in die

Zukunft und damit eine Ausnahme im Konzept des VfL.

Borussias Start in die Vorbereitung war vor einem Monat mit dem Sieg beim Hallenturnier in Dortmund verheißungsvoll. Im Gegensatz zu den anderen Bundesligisten verzichteten die Gladbacher auf ein Trainingslager im Süden, das Miniturnier auf Gran Canaria Mitte Januar sollte ausreichen, um Sonne zu tanken und die Neuzugänge zu integrieren. Keine Probleme im neuen Umfeld sollte Manfred Stefes haben, der Co-Trainer nahm am 3. Januar zum Trainingsauftakt zum zweiten Mal als Assistenzcoach das Amt bei Borussia auf.

Meyer geht mit seiner Elf angesichts der bereits sechs Heimniederlagen mit einer schweren Hypothek in die Rückrunde. Doch nur zwei Punkte Rückstand auf den rettenden 15. Tabellenplatz sollten auch beidrohenden Rückschlägen kein zu großes Konfliktpotenzial darstellen. Die Verantwortlichen strahlen Zuversicht aus, weit über 1.000 neue Dauerkarten für die Rückrunde sprechen auch bei den zuletzt unzufriedenen Fans für eine positive Grundstimmung – trotz oder gerade der zurückliegenden Enttäuschungen nach dem fulminanten Aufstieg in die Bundesliga.

Text: Ingo Rütten

# RACINGFIEBER GUT BEDACHT

Mit neun PS rasen die gedrosselten Karts über die glatte Asphalt-piste, die Profis bringen mehr als das Zwanzigfache auf die Strecke



**Der Fuhrpark der Kartarena:** Hobbyfahrer bekommen Karts mit 9 PS, Kinder mit der Hälfte, dafür aber mit einem Sicherheitsgurt und einen Überrollbügel.

Unsere Väter fuhren noch mit dem Gokart, doch spätestens seit Michael Schumacher und – hier nicht zu vergessen Heinz-Harald Frentzen – rasen wir nur noch im Kart im Kreis. Und das auch nicht mehr nur unter freiem Himmel, sondern längst in der abgasgeschwängerten lauten Halle, von der es auch in Mönchengladbach eine Variante gibt.



**Kartspaß** pur in der Halle.

Auf knapp 5.000 Quadratmetern bietet die Kartarena an der Krefelder Straße mit einer etwa 500 Meter langen kurvenreichen Strecke reichlich Spaß. Die Gastronomie mit der eigenen Küche kommt zwar mit einem guten Zehntel dieses Platzangebotes aus, doch sie ist auch etwas für diejenigen, die sich nicht in den Leih-Helm und nicht in den kleinen Kart zwängen möchten. Auf der Strecke

ist der Helm Pflicht, denn ein Kart ist wenig verkleidet und kann mit bis zu über 200 PS protzen. Doch das ist nur etwas für Lizenzfahrer, die auch in der Kartarena anzutreffen sind. Der Hobbyfahrer muss sich mit den gedrosselten 9 PS begnügen, die Kinder fahren mit der Hälfte an Motorkraft und bekommen zudem noch einen Überrollbügel und Sicherheitsgurte.

Die bis zu sechs Meter breite Asphalt-piste bietet einen glatten und sauberen Untergrund. Rund um die Strecke verläuft als Begrenzung eine durch Rohre miteinander verbundene Reifenkette, was der Sicherheit zugute kommt. Denn manchmal geht es heiß her, wenn sich Firmen und Freunde teilweise in Langstreckenrennen messen. Wer es ruhiger mag, geht an einen der fünf Billardtische und gönnt sich ein Bier in der 180 Sitzplätze bietenden Kneipe mit guter Sicht auf die Piste.

Text: Ingo Rütten

## INFO

Kartarena Mönchengladbach GmbH  
Krefelder Straße 81, 41063 MG, Tel. 02161/549390

Öffnungszeiten:  
Mo-Do 16-23 Uhr, Fr 14-24 Uhr,  
Sa 14-24 Uhr, So 10-23 Uhr



**LLOYD**  
GERMANY

My  
MyLife.  
Way.



MEN WOMEN ACCESSORIES

WWW.LLOYD.DE

SCHUHHAUS

**Wintzen**

Das Fachgeschäft mit dem guten Service

MG: Hindenburgstraße 113  
RY: Hauptstraße 38



Die Inline-Skater-Mannschaft des GRSC gibt es erst seit rund drei Jahren im Club, am bekanntesten ist sicher deren Pendant mit der anderen Rollenverteilung unter den Schuhen: das Rollhockeyteam, das bis in die 90er-Jahre in der Ersten Bundesliga spielte.

GRSC

## DIE Ü35 UND DIE ROLLKUNSTLÄUFER „IN DER HAUPTROLLE“

Der Gladbacher Rollhockey- und Schlittschuhclub hat seine Heimat in Neuwerk und verzichtet seit jeher auf Kufen und Eisflächen.

Der GRSC ist im letzten Jahr deutscher Meister geworden und hat seinen Titel aus dem Jahr 2007 verteidigt. Stolz präsentiert der rund 100 Mitglieder starke Gladbacher Club aus Neuwerk seine Ü35-Mannschaft auf der Internetseite [www.grsc.de](http://www.grsc.de), denn es sind die älter gewordenen Rollhockeyspieler, die den Gladbacher Rollhockey- und Schlittschuhclub über die Stadtgrenzen hinaus bekannt gemacht haben. Es ist kein Zufall, dass sie nun schon zwei Mal Meister geworden sind, denn es sind zum Teil die gleichen „Recken“, die für die größten Erfolge in der Vereinsgeschichte verantwortlich waren. Beinahe ist es in Vergessenheit geraten, dass der GRSC im Rollhockey 1987 und 1988 Pokalsieger wurde und anschließend im Europapokal antrat. Und auch die vielen Jahre in der Bundesliga, zeitweise im Kampf um die Tabel-

lenspitze, sind nur noch schemenhaft in Erinnerung geblieben – Mitte der 90er-Jahre ging es sportlich bergab. Immer schon etwas im Schatten fristen die Rollkunstläufer ihr Dasein, dabei sind sie es, die für das meiste Zuschauerinteresse in der Dünnerfeldhalle des Schulzentrums Neuwerk an der Nespelerstraße sorgen, die schon lange Jahre Heimat des GRSC ist. Spektakulärer, aber noch mehr an den Rand des öffentlichen Interesses gedrückt, gehen die Inlineskater im Hockey und im Freestyle seit einigen Jahren ihrem Hobby nach.

Aber wo sind die Schlittschuhläufer, die der GRSC im Namen trägt, geblieben? „Dieser Namenszusatz stammt aus der Gründerzeit. Damals plante die Stadt eine Eislaufbahn und der GRSC sollte diese Sportart mit auf-

nehmen, doch dazu ist es nie gekommen“, erklärt Torben Schultz aus dem Vorstand des Clubs. Seit jeher verstehe sich der GRSC als Rollsport-Verein, mit einer Rollkunstabteilung, die es jedoch nicht in den Namen des Vereins schaffte. Dafür aber gehörte sie bei der Gründung 1936 zu den beiden Abteilungen, die in der Stunde Null an den Start gingen. 70 Jahre später meldete sich eine Hockeymannschaft auf Inlinern offiziell als Team des GRSC an, ein Jahr danach kamen die Freestyle-Skater als Abteilung hinzu. In Zukunft dürfen alle Mitglieder auch wieder auf die Bahn, die sich hinter der Neuwerker Mehrzweckhalle befindet. „Die Stadt hat begonnen, die mehrere Jahre brach liegende Außenbahn wieder herzustellen, im Frühjahr oder im Sommer rechnen wir mit der Wiedereröffnung“, freut sich Schultz.

**Die beiden Hauptdarstellerinnen** der letzten Weihnachts-Aufführung der Rollkunstläufer des GRSC: Darja Mikhaylova (links) und Karolina Backes.



Die meisten Zuschauer mobilisieren die Rollkunstläufer alle zwei Jahre, wenn sich die Abteilung daran macht, ein Märchen zu Weihnachten umzuschreiben und anschließend rollend aufzuführen. „An zwei Tagen tummeln sich dann bis zu 800 Besucher in der Halle. Ende 2008 wurde die ‚chinesische Nachtigall‘ von Hans Christian Andersen aufgeführt“, sagt Schultz. Der Rollkunstlauf ist dem Eiskunstlauf sehr ähnlich und wird bei Wettbewerben ebenfalls in Pflicht und Kür ausgetragen. Freestyle-Skating unterscheidet sich vom Rollkunstlauf nicht nur durch die andere Anordnung der Rollen unter den Schuhen, sondern vor allem in der Art der zu bewältigen Aufgaben. Schultz: „Es ist alles erlaubt, was Spaß macht.“ In der Weltrangliste tummeln sich immer zwei oder drei GRSC-Läufer unter den ersten Zwanzig.

Inline-Hockey ist körperbetont und wird beim GRSC seit 2006 mit einer Mannschaft betrieben, die sich nicht in der Meisterschaft, sondern bei Turnieren und in Freundschaftsspielen der Konkurrenz stellt. „Da wir meist mit einem Ball spielen und nicht mit einem Puck, müsste es korrekterweise Inline-Skater-Hockey heißen“, erklärt Schultz, denn schließlich gibt es für beides (Spiel mit Ball und Puck) jeweils einen Verband. Von solchen Problemen sind die Rollhockeyherren weit entfernt, sie wollen vielmehr in diesem Jahr einen Mittelfeldplatz in der Zweiten Liga belegen (nächstes Heimspiel ist am 21. März um 15:30 Uhr gegen SC Bison Calenberg, Eintritt in Neuwerk ist frei) und dann in der nächsten Saison versuchen, wieder zurück in die Erste Liga zu kommen. Angesichts fehlender Sponsoren und traditionell angespannter Nachwuchslage ein durchaus gewagtes Unternehmen.

Text: Ingo Rütten

#### INFO

Nachwuchssorgen sind dem Gladbacher Roll- und Schlittschuhclub seit vielen Jahren bekannt. Zuletzt musste die B-Jugend der Rollhockeyabteilung wegen mangelnder Spieler vom Spielbetrieb abgemeldet werden. Nichtsdestotrotz gibt es ehrgeizige und talentierte Mädchen und Jungs im Club, die sich über interessierte Neulinge freuen. Rollhockeyinteressierte beiderlei Geschlechts bis 14 Jahre sind herzlich willkommen, jeden Freitag um 18 Uhr steht Trainer Jörg Mevissen für Fragen und zum Kennenlernen in der Dünnerfeldhalle in Neuwerk (Nespelerstraße 75, Schulzentrum) zur Verfügung. Ein Schläger wird gestellt, nur die übliche Schutzkleidung muss mitgebracht werden. Die Rollkunstläufer bieten für Mädchen und Jungen von fünf bis neun Jahren samstags zwischen 11:30 und 12:30 Uhr Schnupperkurse an, die von Vereinstrainerin Petra Gutowski geleitet werden. Da spezielle Rollschuhe vom Verein gestellt werden, muss bei der erforderlichen Anmeldung die Schuhgröße mit angegeben werden. Anmeldungen über Tel. 02151/717474 oder per Mail an [pegu4563@t-online.de](mailto:pegu4563@t-online.de). Die nächsten Schnupperkurse sind am 7., 14. und 28. März 2009. Probetraining und Schnupperkurse sind natürlich kostenlos.

**Auf die Piste,  
fertig, los!**

#### Alpin-Ski

<b>Atomic „FR Pro“</b> Allround-Carver m. Atomic Evox 3.9	<del>279,00</del> <b>199,00</b>
<b>Völkl „Tiger 3 Motion“</b> Allround-Carver m. Marker Motion	<del>329,95</del> <b>279,90</b>
<b>Atomic „Race GS10“</b> Race-Carver m. Atomic 4R 310	<del>619,95</del> <b>399,90</b>

#### Ski-Schuhe

Ski-Schuhe	ab 99,90
------------	----------

#### Ski- und Snowboard-Bekleidung

Skijacken	ab 99,00
Skihosen	ab 69,00
Damen und Herren Fleece Rolli	ab 14,90

**Ski-Verleih  
& Service**



**Sportwelt Hermanns**  
Jakobshöhe 68 (Nähe Dekra), 41066 MG  
Telefon: 02161 - 60616



**Edler von F.**  
FOR YOUR SIZE ONLY

#### SPEZIALIST FÜR JEDE GRÖSSE

##### UNSER SORTIMENT:

ANZÜGE, SAKKOS, HOSEN,  
HEMDEN, SPORTJACKEN,  
STRICKWAREN, ACCESSOIRES U.V.M

##### UNSERE GRÖSSEN:

44-78, 94-130, 22-38, 24,5-34,5

49-85, 54,5-63,5, M-9XL

##### HEMDEN:

39-54, M-9XL



BEI ÜBER 80 KONFEKTIONSGRÖSSEN IM ANGEBOT FINDEN AUCH SIE DAS PASSENDE !



**EDLER VON F. HERRENMODEN GMBH**  
NEUHOFSTRASSE 40  
41061 MÖNCHENGLADBACH  
TELEFON 0 21 61-2 41 82-26

INFO@HERRENMODE-MOENCHENGLADBACH.DE  
WWW.HERRENMODE-MOENCHENGLADBACH.DE  
**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
MO-FR 10-18 UHR, SA 10-16 UHR

# SATURN

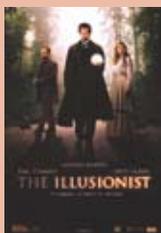
## MUSIK & DVDS

Rezensiert von Alice Poloczek

### NEIL BURGER „DER ILLUSIONIST“

## RÄTSELHAFT

### DVD – THRILLER



„Der Illusionist“ spielt im Wien des 19. Jahrhunderts, wo ein Magier namens Eisenheim mit seinen Zauber-Vorstellungen die Massen begeistert. Und nicht nur das. Als der Illusionist seine alte Jugendliebe Sophie wieder trifft, löst er eine Kette von Intrigen, Rivalitäten und Verwirrungen aus. Der eifersüchtige Verlobte von Sophie, Kronprinz Leopold, nimmt gegen seinen Konkurrenten den Kampf auf. Das dramatische Unheil nimmt seinen Lauf, als Sophie ermordet aufgefunden wird und Eisenheim ihren Geist beschwört. Von da an ist nichts mehr, wie es scheint. Illusion und Wirklichkeit verschmelzen zu einer rätselhaften Geschichte. Mit Edward Norton und Jessica Biel in den Hauptrollen ist für einen spannenden Filmabend gesorgt.

Als der Illusionist seine alte Jugendliebe Sophie wieder trifft, löst er eine Kette von Intrigen, Rivalitäten und Verwirrungen aus. Der eifersüchtige Verlobte von Sophie, Kronprinz Leopold, nimmt gegen seinen Konkurrenten den Kampf auf. Das dramatische Unheil nimmt seinen Lauf, als Sophie ermordet aufgefunden wird und Eisenheim ihren Geist beschwört. Von da an ist nichts mehr, wie es scheint. Illusion und Wirklichkeit verschmelzen zu einer rätselhaften Geschichte. Mit Edward Norton und Jessica Biel in den Hauptrollen ist für einen spannenden Filmabend gesorgt.

**Ascot Elite**

### AMY HECKERLING „HAUPTSACHE VERLIEBT“

## AMÜSANT

### DVD – KOMÖDIE



An Liebe ist erstmals nicht zu denken. Als Produzentin einer TV-Serie muss sich die 40-jährige Rosie (Michelle Pfeiffer) um bessere Einschaltquoten bemühen. Zudem halten sie die Sorgen ihrer pubertären Tochter auf Trab. Neuen Schwung in ihr Leben bringt erst der 29-jährige Adam (Paul Rudd) mit. Zwischen beiden beginnt es zu knistern. Sie werden ein Paar. Rosie fühlt sich glücklicher denn je – wären da nicht ihre Selbstzweifel und eine Mutter, die meint, sie ständig auf den Altersunterschied aufmerksam machen zu müssen. Als Adam eine eigene Show angeboten bekommt, sorgt schließlich eine Neiderin für Zwie-Tracht... Mit „Hauptsache Verliebt“ liefert Amy Heckerling eine amüsante Liebesgeschichte.

Als Produzentin einer TV-Serie muss sich die 40-jährige Rosie (Michelle Pfeiffer) um bessere Einschaltquoten bemühen. Zudem halten sie die Sorgen ihrer pubertären Tochter auf Trab. Neuen Schwung in ihr Leben bringt erst der 29-jährige Adam (Paul Rudd) mit. Zwischen beiden beginnt es zu knistern. Sie werden ein Paar. Rosie fühlt sich glücklicher denn je – wären da nicht ihre Selbstzweifel und eine Mutter, die meint, sie ständig auf den Altersunterschied aufmerksam machen zu müssen. Als Adam eine eigene Show angeboten bekommt, sorgt schließlich eine Neiderin für Zwie-Tracht... Mit „Hauptsache Verliebt“ liefert Amy Heckerling eine amüsante Liebesgeschichte.

**Ascot Elite**

### PHILIPP POISEL „WO FÄNGT DEIN HIMMEL AN?“

## GEFÜHLVOLL



### POP

Allein mit seiner Gitarre sang sich der 25-jährige Neueinsteiger Philipp Poisel in die Herzen von über 40.000 Zuschauern, als er im letzten Jahr das Konzert von Herbert Grönemeyer in Mönchengladbach eröffnete. Mittlerweile sind seine poetischen, deutschsprachigen Songs auf seinem Debütalbum „Wo fängt dein Himmel an?“ vereint. Unterlegt mit sanften akustischen Klängen schafft er eine perfekte Mischung aus melancholisch-schönen Songs wie „Irgendwann“ und peppig-fröhlicheren Titeln wie „Ich & Du“. Ein wunderschönes Album über die Sehnsucht nach Zweisamkeit.

Mittlerweile sind seine poetischen, deutschsprachigen Songs auf seinem Debütalbum „Wo fängt dein Himmel an?“ vereint. Unterlegt mit sanften akustischen Klängen schafft er eine perfekte Mischung aus melancholisch-schönen Songs wie „Irgendwann“ und peppig-fröhlicheren Titeln wie „Ich & Du“. Ein wunderschönes Album über die Sehnsucht nach Zweisamkeit.

**Warner Music**

### SHARLEEN SPITERI „MELODY“

## SINNLICH



### POP

Schon der erste Titel „It Was You“ lässt aufhorchen – Sharleen Spiteri, bekannt als Sängerin der schottischen Band „Texas“, sorgt mit diskretem Charme der Sixties für ein

vielschichtiges Popalbum. Sie beschwingt das Herz mit dynamischen Songs wie „Don't Keep Me Waiting“ und sorgt mit dunkler sinnlicher Stimme in „I'm Going To Haunt You“ für eine soulig, seichte Stimmung. Entsprechend abwechslungsreich sind auch die Bläser-, Streicher- und Klavierarrangements. Sie verleihen dem Album seine eigene Note und sorgen mit „Francoise“ für einen behutsam ruhigen Ausklang.

**Universal Music**

### JENNIFER HUDSON „JENNIFER HUDSON“

## BESCHWINGT



### POP/SOUL

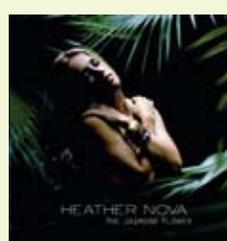
Das erste Soloalbum der amerikanischen Soul-Sängerin und Schauspielerin trägt den schlichten Titel „Jennifer Hudson“. Beginnend mit der Single-Auskopplung „Spotlight“ und dem Ohrwurm „If This Isn't Love“, reicht das Album von peppigen Tanznummern, treibenden HipHop-Songs bis hin zu gefühlsintensiven Soul-Balladen. Anspieltipp: „Jesus Promised Me A Home Over There“. Mit beeindruckend fassettenreicher Stimme bietet Jennifer Hudson eine bewegende Interpretation eines traditionellen Gospel-Songs, der von sanften Klavier- und Orgelklängen untermalt ist.

Das erste Soloalbum der amerikanischen Soul-Sängerin und Schauspielerin trägt den schlichten Titel „Jennifer Hudson“. Beginnend mit der Single-Auskopplung „Spotlight“ und dem Ohrwurm „If This Isn't Love“, reicht das Album von peppigen Tanznummern, treibenden HipHop-Songs bis hin zu gefühlsintensiven Soul-Balladen. Anspieltipp: „Jesus Promised Me A Home Over There“. Mit beeindruckend fassettenreicher Stimme bietet Jennifer Hudson eine bewegende Interpretation eines traditionellen Gospel-Songs, der von sanften Klavier- und Orgelklängen untermalt ist.

**Artista / Sony BMG**

### HEATHER NOVA „THE JASMINE FLOWER“

## BERUHIGEND



### POP

In ihrer Heimat widmete sich die bermudische Singer-Songwriterin Heather Nova ihrem neuen Album „The Jasmine Flower“. Sie singt über die Liebe, über Sehnsüchte, Ängste und

über die Natur. Getragen von ihrer Akustikgitarre und ihrer klaren Stimme mag das Album für den ein oder anderen ein wenig eintönig klingen. Es handelt sich durchweg um verhaltene Songs von melancholischer Stimmung. Tiefgehend strahlt ihr Album aber eine angenehme Ruhe aus und verbreitet ein angenehmes Gefühl von Entspannung. So kann man den Alltag vergessen und die Seele baumeln lassen.

**Sony BMG**

### VARIOUS „BRAZILUTION 5,6“

## CHILLIG



### LOUNGE

Wie bereits der Name besagt, bringt die Sampler-Reihe „Brazilution“ lateinamerikanische Klänge ins Haus. Ob der Titel von Edu Lobo, The Ipanemas oder Clara Moreno feat.

– die Doppel-CD umfasst deepen Bossa Nova und von Latin beeinflussten NuJazz. Ein Ohrfang ist u.a. der von exotischen Klängen durchtränkte Titel „Baïão Destemperado“ von Barbatuques. Hier verschmelzen moderne rhythmische Club- und Lounge-Grooves mit der traditionellen Rhythmik Brasiliens. Mit 27 Titeln sorgt die sechste Ausgabe der Compilation-Reihe für eine Chill-out-Atmosphäre der besonderen Art.

**Edel**

### JENNIFER KAE „FAITHFULLY“

## VIELSEITIG



### MUSIKART

„Faithfully“ heißt das Debütalbum der Newcomerin Jennifer Kae, Tochter einer Philippinin und eines Deutschen. Ihr Opener „Little White Lies“ startete bereits erfolgreich in die Radiocharts, gefolgt von „Do You Love Me“.

Die 21-Jährige überzeugt mit ausdrucksstarker Soul-Stimme und funkigen Sounds. Sie kombiniert Soul, Pop und R&B zu einem vielseitigen Album, das von warmherzigen Balladen, darunter „1000 Miles Per Hours“ und „You“, bis hin zu leicht groovigen Songs wie „All I Need To Know“ reicht. Eine erfrischende, ruhige und berührende CD mit insgesamt 14 Titeln.

**Warner Music**



Dead Guitars live im Galerie Café Message.

Fotos: Stefan Völker

GLADBACHER BANDS

# DEAD GUITARS

Kennen Sie noch die Twelve Drummers Drumming? Eine Mönchengladbacher Band, die in den 80er-Jahren für viel Furore sorgte, weil sie oft in die gleiche Reihe bekannter Bands wie Simple Minds, U2 und Big Country eingeordnet wurde. Die damaligen Gitarristen Pete Brough und Ralf Aussem, der mit der Band Sun bereits erfolgreich war, gründeten 2003 zusammen mit Sänger Carlo van Putten die Band Dead Guitars. Carlo ist zudem Sänger und Songwriter bei The Convent und hat mit einflussreichen Bands wie The Sound, The Chameleons und The Church zusammen gearbeitet. 2007 stießen der Drummer Patrick Schmitz und der Bassist Sven-Olaf Dirks zur Familie.



Sänger **Carlo van Putten**.

Mit dieser Formation entstand 2007 das Debüt-Album „Airplanes“. Ausgedehnte und zeitlose Stücke, die von den beiden Gitarristen und der emotionshaltigen Stimme Carlo van Puttens getragen werden. Samtig zarte, melancholische und bisweilen düstere Klänge zaubern die „Altmeister“ des Indie-Pop in heutzutage seltener Präzision.

Mit der englischen Band The Mission, die mit Welthits wie „Wasteland“ und „You are like a Hurricane“ seit den 80er-Jahren große Erfolge feierten, ging es 2008 auf Tournee. Paris, Barcelona, Rom und Wien waren Stationen der über 20 Gigs in europäischen

Metropolen. Mit The Mission ist eine gewisse Seelenverwandtschaft und Kooperation entstanden. Man befruchtet sich gegenseitig auf Alben und Konzerten mit spürbar gemeinsamem Geist. Von den Live-Qualitäten durfte man sich unlängst auch im Café Message in Mönchengladbach überzeugen.

Inzwischen sind die Bandmitglieder der Dead Guitars in Deutschland, den Niederlanden, Schottland und Russland beheimatet. Dank schneller Internetverbindungen muss man nicht immer zusammen proben. Man schickt sich MP3-Aufnahmen zu und mischt das ganze zu den ersten Rohfassungen neuer Songs. Das ist im heutigen Musikbusiness durchaus üblich und spart viel Zeit und Geld. Die fünf Musiker können so ihren regulären Berufen nachgehen und nutzen ihren gemeinsamen Urlaub für Proben, Studioarbeit und Auftritte.

Das neue Album „Flags“ zeigt eine enorme Vielseitigkeit. Luftig transparente Melodien und gefühlvolle Balladen wechseln sich mit erdigen, elektroakustischen Beats ab. Die Vollblutmusiker zeigen solides Handwerk mit intelligenter Emotion. Manchmal schwermütig, manchmal lebenslustig, aber immer mit gehaltvoller Kraft und ein gutes Stück kantiger und risikofreudiger als das erste Album.

Text: Sascha Broich



## INFO

Die **Dead Guitars** und **HINDENBURGER** verlosen fünf Mal das brandneue **Album „Flags“**. E-Mail mit Stichwort **DEAD GUITARS** an [gewinnspiel@hindenburger.de](mailto:gewinnspiel@hindenburger.de).

**Nächster Gig:** 20.3., 21:30 im Spielplatz Club, MG. VVK 10,- €, AK,- 12 €. Die Website der Dead Guitars bietet umfangreiche Informationen, Kartenvorverkauf, Online-Shop und Links zu vielen Hörproben.

[www.deadguitars.com](http://www.deadguitars.com)



@GRUPPO.635.COM | FOTO.VÖLKER



ausgesuchte fotos immer  
den augenblick des verweilens wert.  
das, und nicht weniger,  
findest du hier!

foto | ausstellung | buch | bildband  
film | dokumentation | reportage  
thema | photographie  
print | poster | kalender | originale

eickener strasse 72  
41061 mönchengladbach  
stefan völker  
0216 fon 8261950  
[www.galerie-f72.net](http://www.galerie-f72.net)



## TELETUNES IM MESSAGE

Endlos sich windende Landstraßen. Kirchturmspitzen hinter Korn- und Maisfeldern. Pappelalleen und absterbende Kopfweiden unter tiefhängend-dräuendem Himmel, das brodelnde Leben in den Zentren der Provinz. Das platte Land, die betonierte Stadt: Der Niederrhein! Nur hier konnte, ja musste sich eine Gruppe finden, die die folklige Reinheit der akustischen Gitarre paart mit der Verruchtheit der auftrumpfend-schneidenden Elektrischen, die mit donnerndem Schlagwerk, tupfendem Bass, gleißender Pedal-Steel und einer sofort in ihren Bann schlagenden Stimme die Ver-

bindung schafft zwischen Himmel und Hölle, Sonne und Mond, Niederrhein und Nashville: Teletunes.

In Zeiten musikalischen Fast-Foods rocken die Teletunes unbeirrt auf der Schiene handgeschmiedeter Wertarbeit. Zeitlos, damit immer aktuell, bodenständig und songorientiert, bewegt sich das Programm der gestandenen Musiker (u.a. Morgentau, Booster, Dharma Bums, Starlight-Express) im satt rockenden Dreieck zwischen Americana, Pop und Roots-Rock.

**Zu hören am Freitag, 13. März, 20:00 Uhr im Galerie Café Message, Sophienstraße**

## 20 JAHRE OFFENE TÜR FÜR DIE KUNST

Das offene Wohnzimmer richtet sich neu ein.

Eine Spielkarte als Symbol für den Eintritt in eine Welt voller Kunst. Nach zwanzig Jahren der Zusammenführung in Sachen Kunst, übergibt die bekannte Kunstsammlerin Hiltrud Neumann nunmehr den Schlüssel zu den neuen Räumen an Claudia Uebach-Pott.

Der in der Mönchengladbacher Kunstszene überaus beachtete Termin des offenen Wohnzimmers war in jedem Terminkalender zu einem festen Bestandteil geworden. Kunst wurde hier gelebt und mit allen Sinnen aufgenommen. Ein Austausch dessen was war, was ist und was kommen wird.

Dieser Austausch wird nun in Rheydt weitergeführt. In diesem Zusammenhang wird im Rahmen der Sendereihe „Immer wieder Kunst“ im offenen Kanal auf Radio 90.1

ein Interview mit der ehemaligen und der neuen Gastgeberin geführt.

Für einen Moment wird der Hörer in die „Kunstgeschichte“ der letzten 20 Jahre geführt, erfährt die Entwicklungsgeschichte des offenen Wohnzimmers und Anekdoten daraus. Und er wird erfahren wie es weitergehen wird.

Sendetermin ist der 8. Februar ab 20:04 Uhr im offenen Kanal auf Radio 90.1.



Claudia Uebach-Pott und Hiltrud Neumann. Foto: H.W. Knorr

## KUNST UND KULTUR IM RADIO

Arge-Medien präsentiert sich neu mit „Niersradio Aktuell“.

Kunst und Kultur im Radio zu präsentieren, ist eine Besonderheit an sich. Dieses in Mönchengladbach zu unternehmen, eine Besonderheit im Speziellen.

Dieser Aufgabe stellt sich die Arge-Medien mit der neuen Sendereihe „Niersradio Aktuell“. Der bildende Künstler und Moderator der Sendung „Immer wieder Kunst“, H.W. Knorr, initiierte und konzipierte die Idee von „Niersradio Aktuell“ in Zusammenarbeit mit den Vorsitzenden der Arge-Medien Bert Stevens und Thomas Schmitz, auch bekannt unter dem Künstlernamen Oscar Dee.

Sie reagieren damit auf die vielfältigen Nachfragen und stetig wachsenden allgemeinen



Bert Stevens und Thomas Schmitz.

Foto: H.W. Knorr

Kulturangeboten hier in der Region Mönchengladbach. Es soll dazu beitragen, relevante Ange-

bote aus Gesellschaft, Kunst und Kultur nun endlich auch in Mönchengladbach über das Radio zu

unterstützen. Dazu bietet Niersradio Aktuell seine Zusammenarbeit mit den jeweiligen Einrichtungen und Institutionen an, mit denen in Übereinstimmung durch aufbereitete Kurzbeiträge, Informationen und Kommentare fachliche Einschätzungen zum Thema berichtet wird.

Der Start erfolgt im Februar 2009 und wird dann regelmäßig einmal im Monat aktuell über regionale Kunst- und Kulturereignisse berichten.

Infos und Angebote können an folgende Adresse gesandt werden:

**ArGe Medien e. V.**, Burggrafenstr. 58, 41061 Mönchengladbach  
oder: [info@kuenstlermg.de](mailto:info@kuenstlermg.de)

Text: Stefan Völker

MAKING OF

# JECKE MÄDCHEN

Impressionen des  
Covershootings  
im Studio unserer  
Fotografin  
Myriam Topel.  
Vielen Dank an  
unsere Models!



Fotos: Myriam Topel



# The Metropolitan Opera

HD LIVE

## Ihre Loge in der MET

7. Feb. Donizetti  
19:00 h **LUCIA DI LAMMERMOOR**  
ca. 2h20 – zwei Pausen  
Dirigent: Marco Armillato

7. März Puccini  
19:00 h **MADAME BUTTERFLY**  
ca. 3h20 – zwei Pausen  
Dirigent: Patrick Summers

21. März Bellini  
18:00 h **LA SONNAMBULA**  
ca. 2h40 – eine Pause  
Dirigent: Evelino Pidò

9. Mai Rossini  
18:30 h **LA CENERENTOLA**  
ca. 3h00 – eine Pause  
Dirigent: Maurizio Benini

**AUSVERKAUFT**

Die Met-Saison 2009

Live in High-Definition

Jetzt Tickets sichern!



THE HDBROADCASTS ARE MADE POSSIBLE BY TOLL BROTHERS, AMERICA'S LUXURY HOME BUILDER



Comet Cine Center, Viersener Str. 8  
Ticket-Hotline 02161-814418



# HIGHLIGHTS

## THEATER MÖNCHENGLADBACH



### „Othello“ / „Ein Sommernachtstraum“

Fr. 13.2.2009, 20:00 (Premiere), Mi. 25.2.2009, 20:00, So. 1.3.2009, 19:30, So. 22.3.2009, 18:00

Zweiteiliger Ballettabend nach William Shakespeare, Musik von Benjamin Britten (1913-1976) und Felix Mendelssohn Bartholdy (1809-1847). Welch verheerende Folgen ein in falsche Hände geratenes Taschentuch nach sich ziehen kann, schildert Shakespeares Eifersuchtstragödie „Othello“. Wie der Intrigant Jago den Feldherrn Othello von der vermeintlichen Untreue seiner Frau Desdemona überzeugt und ihn zum Mörder werden lässt, erzählt dieses packende Psychogramm menschlicher Leidenschaften und Abgründe. – Im „Sommernachtstraum“ hingegen dreht sich alles um die Liebe: Helena liebt Demetrius. Demetrius liebt Hermia. Hermia liebt, obwohl sie Demetrius heiraten soll, Lysander, und Lysander liebt Hermia. Der Feenkönig Oberon und seine Gattin Titania sind vielleicht schon zu lange miteinander verheiratet, um sich noch lieben zu können. Theseus indes gedenkt, Hippolyta zu ehelichen, und engagiert zur Unterhaltung der Hoch-

zeitsgäste eine aus täppischen Handwerksgesellen bestehende Laienspielgruppe. Um seinen Ehekrieg zu beenden, beauftragt Oberon den Kobold Puck, mit Hilfe eines Liebeszaubersaftes in Titania die Leidenschaft zu ihm erneut zu entfachen. Doch in der lauen Sommernacht unterläuft Puck ein Missgeschick nach dem anderen, und die Liebe gerät außer Rand und Band...



### „Dantons Tod“

Mi. 18.2.2009, Sa. 28.2.2009, Do. 5.3.2009, Fr. 6.3.2009, Fr. 13.3.2009, Fr. 20.3.2009, jeweils 20:00

Die Revolution frisst ihre Kinder, zahllose Köpfe rollen, Misträuen und Angst lähmen die Bewohner von Paris. Was als Aufbruch in eine neue Zeit gedacht war, entwickelt sich mehr und mehr zu einem Alptraum. Die beiden zentralen Figuren des Stücks sind der „Revolutionär der ersten Stunde“ Georg Danton und sein ehemaliger Weggefährte und jetzige Gegenspieler Robespierre. Was für beide – und nicht nur für sie – mit „Es lebe die Revolution!“ und dem Traum von Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit begann, ist längst zur Schreckensherrschaft der Jakobiner, ja zum Totentanz geworden: Die Stadt ertrinkt in Blut. Immer neue Opfer fordert die Idee von einer besseren Gesellschaft. „Tugend muss durch Schrecken herrschen“, ist sich der Moralist Robespierre sicher – und geht für seine Ideale buchstäblich über Leichen. Einer nach dem anderen werden die Helden von gestern zum Schafott geschleift. Des Tötens müde fordert Danton, einst als Retter Frankreichs gefeiert, ein Ende des Terrors. Und unterschreibt damit nicht nur sein eigenes Todesurteil, sondern auch das seiner Freunde.

## NOBELPREISTRÄGER IN MG

### Shirin Ebadi

Sa. 28.2.2009, 20:00  
Kaiser-Friedrich-Halle

Am 28. Februar wird in der Kaiser-Friedrich-Halle Shirin Ebadi begrüßt, die im Jahr 2003 für ihre Bemühungen um Demokratie und Menschenrechte mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet wurde. Shirin Ebadi, 1947 in Teheran geboren, studierte Rechtswissenschaften und wurde 1975 als eine der ersten Frauen im Iran zur Richterin des Teheraner Gerichts berufen, dessen Vorsitz sie schon bald übernahm. Nach der Islamischen Revolution und der Flucht des Schahs Mohammed Resa Pahlewi 1979 wurde ihres Amtes enthoben. In den folgenden Jahren arbeitete sie als Rechtsanwältin und Dozentin an der Universität in Teheran. 1994 gründete Shirin Ebadi die Vereinigung zum Schutze der Rechte der Kinder im Iran. 1997 beteiligte sie

sich an einer Kampagne, die zum Sieg des reformorientierten Mohammed Khatami bei der Präsidentschaftswahl führte. Im Jahr 2000 vertrat sie die Interessen der Angehörigen von Opfern des Serienmordfalls und wurde wegen „Störung der öffentlichen Meinung“ zu zwei Jahren Haft auf Bewährung und einem Berufsverbot verurteilt. Trotz wiederholter Drohungen hielt das die mutige Mutter zweier erwachsener Töchter nicht davon ab, sich auch weiter für die Rechte der in ihrem Land unterdrückten Menschen einzusetzen und als Anwältin die Fälle von liberalen Personen und Dissidenten zu übernehmen, die mit der Justiz in Konflikt geraten sind. Sie ist die erste Muslimin, die mit dem Nobelpreis ausgezeichnet wurde.



# KONZERTE & AUSSTELLUNGEN

## KLASSIK-KONZERTE



### 3. Konzert im Zyklus „Best of NRW“:

Fr. 6.2.2009, 20:00  
Schloss Rheydt (Rittersaal)  
Amina Taikenova (Klavier) spielt Werke von Frédéric Chopin, Franz Liszt und Modest Mussorgsky.

### Orgelmusik zur Marktzeit

Sa. 7.2.2009, 11:30  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Kantor Udo Witt spielt Werke von Bach, Rinck und Regertio.

### 2. Kammerkonzert: „glänzend“

So. 8.2.2009, 19:00  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Die Blechbläser der Niederrheinischen Sinfoniker.

### 4. Meisterkonzert

Do. 12.2.2009, 20:00  
Kaiser-Friedrich-Halle  
Das Capella de la Torre (Birgit Bahr, Detlef Reimers, Regina Sanders, Thomas Ihlenfeldt und Katharina Bäuml) spielen Musik aus dem Europa des 16. und 17. Jahrhunderts.

### Kirchenmusik in St. Johannes

So. 15.2.2009, 17:00  
St. Johannes, Urfstraße  
Thomas Peter (Bariton), Hye-Young Kim (Harfe), Heide Oehmen (Orgel).

### Franz Schubert: Unvollendete Sinfonie

Sa. 28.2.2009, 19:30  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Große Messe As-Dur für vier Solostimmen, Chor und großes Orchester.

### Música Española

So. 1.3.2009, 11:00  
Kaiser-Friedrich-Halle  
Duo Ariana Burstein (Violoncello) & Roberto Legnani (Gitarre).

### 4. Sinfoniekonzert: „Nordlicht“

Mi. 4.3.2009, 20:00  
Theater Mönchengladbach (Konzertsaal)  
Do. 5.3.2009, 20:00  
Kaiser-Friedrich-Halle  
Die Niederrheinischen Sinfoniker (Dirigent: Graham Jackson) spielen Werke von Einjuhan Rautavaara, Sergej Prokofjew und Jean Sibelius.

### Konzert am Nachmittag

Fr. 6.3.2009, 16:00  
Hardterwaldklinik

### Orgelmusik zur Marktzeit

Sa. 7.3.2009, 11:30  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Kantor Udo Witt spielt Werke von Karg-Elert, Mendelssohn und Mozart.

### Brass in Concert

So. 15.3.2009, 18:00  
Kaiser-Friedrich-Halle

### Big Band der Bundeswehr

Mi. 18.3.2009, 20:00  
Kaiser-Friedrich-Halle  
Benefizkonzert zugunsten des Volksvereins Mönchengladbach.

### Taizé-Gottesdienst

Sa. 21.3.2009, 18:00  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Mit den Gesängen der Gemeinschaft von Taizé.

### 4. Kinderkonzert: „Der Mistkäfer“

So. 22.3.2009, 11:00  
Theater Mönchengladbach (Studio)

### „Das Abendgebet der Berge“

So. 22.3.2009, 17:00  
St. Maria Empfängnis  
Festliches Kirchenkonzert mit dem Alpentrio Tirol.

### • 11-Schulkonzert für Primarstufe: „Der Mistkäfer“

Fr. 27.3.2009, 11:00  
Theater Mönchengladbach (Konzertsaal)

### 4. Konzert im Zyklus „Best of NRW“:

Fr. 27.3.2009, 20:00  
Schloss Rheydt (Rittersaal)  
Das Beethoven Trio Bonn spielt Werke von L. van Beethoven, F. Mendelssohn Bartholdy, D. Schostakowitsch und A. Arensky.

### Musikalischer Abendgottesdienst

Sa. 28.3.2009, 18:00  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
Brigitte Hoth (Querflöte) und Udo Witt (Orgel) spielen Werke von F. Martin.

### „Zigeunerweisen“

So. 29.3.2009, 11:00  
Musikschule, Carl-Orff-Saal  
Matinee des Salonorchesters „Die Ohrwürmchen“.

### 3. Kammerkonzert: „Zweisam“

So. 29.3.2009, 19:00  
Theater Mönchengladbach (Studio)  
Es spielen die Niederrheinischen Sinfoniker.

## AUSSTELLUNGEN

**„IMPULSE 21“**  
bis 7.2.2009  
13:00-18:00 di-fr  
10:00-14:00 sa  
Galerie Löhl,  
Kaiserstr. 58-60

In der mittlerweile 21. IMPULSE-Ausstellung werden drei verschiedene Positionen präsentiert: David Lieske und Niels Sievers, die beide Malerei an der Düssel-dorfer Kunstakademie bei Jörg Immendorff studiert haben, sind mit neuen Bildern vertreten, während Wolfgang Rempfer als Meisterschüler von Stephan Balkenhol skulpturale und installative Arbeiten zeigt.

**„In Memoriam“**  
Terry Fox  
bis 7.2.2009  
13:00-18:00 di-fr  
10:00-14:00 sa  
Galerie Löhl,  
Kaiserstr. 67  
Terry Fox zu Ehren –  
Arbeiten von 1971 bis 1995.

**„Installation“**  
Luis Jacob  
bis 15.2.2009  
10:00-18:00 di-so  
Städt. Museum Abteiberg,  
Abteistr. 27

**„Garten der Lüste“**  
Annette von der Bey  
bis 18.2.2009  
10:00-19:00 mo-sa  
Quartier XO,  
Künkelstr. 125

**„Ich seh' etwas, was Du nicht siehst“**  
Thomas Klein  
bis 27.2.2009

8:00-17:00 mo-fr  
Foyer NVV Haupt-  
verwaltung,  
Odenkirchener Str. 201  
Ausstellung im Rahmen der Reihe „Linie Kunst“. Die Werke zeichnen sich durch die Gegensätzlichkeit von transparentem Glas und dichten Materialien wie Stein oder Blei aus. Elementare Grundformen bestimmen die Kunstwerke. Ihre unterschiedliche Anordnung und die unterschiedlichen Materialien schaffen dabei Interpretationsspielräume, die sich dem Betrachter nach und nach erschließen.

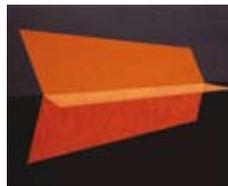
**„Zeitlosigkeit – Gedichte aus Stein“**

Bernhard Petz  
bis 14.3.2009  
10:00-18:00 di-fr  
10:00-14:00 sa  
Stadtteilbibliothek  
Rheydt, Am Neumarkt 8  
Ausstellung mit Skulpturen und Objekten des aus Österreich stammenden Künstlers.

**Sammlung**  
Kees Barten  
ab 15.3. bis 29.3.2009  
17:00-19:00 fr  
15:00-17:00 sa-so  
kunstraumno.10,  
Matthiasstr. 10

**„Bewegte Ruhe“**  
Ursula Breuer-Kieven  
bis 8.4.2009  
10:00-11:00 di-fr  
18:30-20:30 di-fr  
BIS – Zentrum für offene  
Kulturarbeit (Café bisQuit),  
Bismarckstr. 97-99

**„Das Maß der Farbe“**  
Bettina Wächter  
ab 14.2.2009 bis 9.4.2009  
Eröffnung:  
Sa. 14.2., 16:00-19:00  
13:00-18:00 di-fr  
10:00-14:00 sa  
Galerie Löhl,  
Kaiserstr. 67



In Bettina Wächters Arbeiten ist die Darstellung von Licht das zentrale Thema. Farbige Flächen, die als Fragmente architektonischer Elemente erscheinen, dienen als Reflektoren, strahlen zurück. Licht und Schatten springen von Fläche zu Fläche und erzeugen messerscharfe Nahtstellen, an denen der Raum kantig umbricht. In den Kompositionen zwischen Fläche und Raum spielt der Lichteinfall auf dem Untergrund, ohne dessen Ruhe zu stören. Farb- und Formgestaltung vermitteln meditative Aspekte von Stille, Konzentration und Klarheit.

**„Crosswords“**  
Linda Schwarz  
ab 14.2.2009 bis 9.4.2009  
Eröffnung:  
Sa. 14.2., 16:00-19:00  
13:00-18:00 di-fr  
10:00-14:00 sa  
Galerie Löhl,  
Kaiserstr. 58-60



Die Arbeiten von Linda Schwarz sind geprägt von der konzeptionellen Anverwandlung anderer Kunstformen und der innovativen Nutzung experimenteller grafischer Techniken. Die Künstlerin greift Elemente aus Musik, Literatur und historischen Handschriften auf und setzt sie mit eigenen gestalterischen Mitteln in einen neuen Kontext. In Ihren Arbeiten finden sich Bezüge auf u. a. Eduard Mörike, Johann Sebastian Bach, oder Tilman Riemen-schneider.

**„Ars Viva 2008/2009“**  
ab 1.3. bis 24.5.2009  
10:00-18:00 di-so  
Städt. Museum Abteiberg,  
Abteistr. 27  
FörderpreisträgerInnen des Kulturkreises der deutschen Wirtschaft im BDI.

**„Franz Meyers – ein Mönchengladbacher als Ministerpräsident“**  
Geschichte(n) aus Stadt und Region  
ab 1.3. bis 5.7.2009  
10:00-18:00 di-so  
Museum Schloss Rheydt,  
Schlossstr. 508

**„End“**  
Gregor Schneider  
bis August 2009  
Städt. Museum Abteiberg,  
Abteistr. 27  
Begehbare Großskulptur, die ins Museum Abteiberg führt.

## SPORT

### FUSSBALL

**1. Bundesliga**  
7.2.2009, 15:30  
Borussia – TSG Hoffenheim  
21.2.2009, 15:30  
Borussia – Hannover 96  
6.3.-8.3.2009\*  
Borussia – Hamburger SV  
20.3.-22.3.2009\*  
Borussia – VfL Bochum  
Stadion Borussia Park,  
Hennes-Weisweiler-Allee 1  
\*genaue Spieltage stehen noch nicht fest!

**Regionalliga West**  
Sa. 28.2.2009, 14:00  
Borussia II. – Dortmund II.  
Sa. 14.3.2009, 14:00  
Borussia II. – Schalke 04 II.  
Sa. 28.3.2009, 14:00  
Borussia II. – VfL Bochum II.  
Grenzlandstadion,  
Seminarstr. 20

**Regionalliga Damen**  
So. 8.2.2009, 14:30  
FSC – FC Teutonia Weiden  
So. 15.2.2009, 14:30  
FSC – GSV Moers  
So. 8.3.2009, 13:00  
FSC – DJK Eintr. Coesfeld  
So. 29.3.2009, 13:00  
FSC – TuS Harpen  
Bezirkssportanlage  
Rheindahlen,  
Mennrather Str. 37

**U19-Bundesliga**  
So. 22.2.2009, 11:00  
Borussia – Bor. Dortmund  
So. 8.3.2009, 11:00  
Borussia – VfL Bochum

So. 22.3.2009, 11:00  
Borussia – Wuppertaler SV  
Grenzlandstadion,  
Seminarstr. 20

**U17-Bundesliga**  
So. 1.3.2009, 11:00  
Borussia –  
Alemannia Aachen  
So. 15.3.2009, 11:00  
Borussia – Wuppertaler SV  
Stadion Borussia Park,  
Hennes-Weisweiler-Allee 1

### BASKETBALL

**1. Regionalliga Herren**  
So. 1.2.2009, 17:00  
NVV Lions – BG Hagen  
So. 15.2.2009, 17:00  
NVV Lions – Bayer Uerdingen  
So. 8.3.2009, 17:00  
NVV Lions – NOMA Iserlohn  
So. 15.3.2009, 17:00  
NVV Lions – BBV Hagen  
So. 29.3.2009, 17:00  
NVV Lions – BG Dorsten  
Jahnhalle,  
Volksgartenstr. 165

### HANDBALL

**Oberliga Herren**  
Sa. 7.2.2009, 19:40  
Borussia – TV Kapellen  
Sa. 28.2.2009, 19:30  
Borussia – LTV Wuppertal  
Sa. 14.3.2009, 19:30  
Borussia – TV Aldekerk  
Sa. 28.3.2009, 19:40  
Borussia – SG Dülken  
Jahnhalle,  
Volksgartenstr. 165

### KEGELN

**SMS Endrunde**  
So. 15.2.2009, 10:00-19:00  
Jahnhalle

### LEICHT-ATHLETIK

**29. Hardter Straßenlauf**  
Sa. 21.2.2009, ab 14:00  
Bambilauf 500 m,  
Straßenlauf 5 km und 10 km  
Sportzentrum Hardt

### TISCH-TENNIS

**Regionalliga Damen**  
Sa. 28.2.2009, 18:30  
DJK Rheydt – TuS Uentrop  
Sa. 21.3.2009, 18:30  
DJK Rheydt –  
TTC Schwalbe Bergneustadt  
Turnhalle Waisenhausr.

### TRAB-RENNEN

**Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e.V.**  
So. 8.2.2009, 14:00  
Do. 26.2.2009, 18:30  
Do. 12.3.2009, 18:30  
So. 29.3.2009, 14:00  
Trabrennbahn,  
Am Flughafen 5

## KARNEVAL 2009

**Prinzenbiwak**  
So. 1.2.2009, 11:10  
Marktplatz Rheydt

**MKV Sinfonie in Dur und Doll**  
Mi. 4.2.2009, 19:30  
Kaiser-Friedrich-Halle

**MKV Multi-Kulti-Sitzung**  
Fr. 6.2.2009, 15:00  
Mehrzweckhalle Eicken

**Karnevalistischer Jubiläums-Gottesdienst**  
Sa. 7.2.2009, 10:00  
City-Kirche, Alter Markt

**Euregionales Gardetreffen**  
So. 8.2.2009, 11:00  
City-Kirche, Alter Markt

**Seniorenitzung**  
So. 8.2.2009, 14:00  
Theater Mönchengladbach

**MKV Nostalgiesitzung**  
So. 8.2.2009, 16:30  
Palace St. George

**Prinzenbiwak**  
So. 15.2.2009, 11:10  
Biergarten Haus Erholung/  
Kapuzinerplatz

**Karnevalskirmes**  
19.2.2009 bis 24.2.2009  
Alter Markt und Kapuzinerplatz, Marktplatz  
Rheydt, Mühlenortplatz

**Möhnentreiben**  
Do. 19.2.2009, 15:00  
Friedrichstraße

**MKV Altweibertreffen**  
Do. 19.2.2009, 15:30  
Festzelt Rathaus Rheydt

**Kinder-Karnevalsparty**  
Fr. 20.2.2009, 14:00  
Festzelt Rathaus Rheydt

**MKV Seniorenitzung**  
Sa. 21.2.2009, 14:00  
Kaiser-Friedrich-Halle

**Prinzenbrunch der Prinzengarde**  
So. 22.2.2009, 11:10  
Best Western Crown Hotel

**Seniorenitzung**  
So. 22.2.2009, 14:00  
Kaiser-Friedrich-Halle

**„Von Hollywood nach Berlin“ – Karnevalskonzert des MKV**  
So. 22.2.2009, 20:00  
Theater Mönchengladbach

**Rathaussturm**  
Mo. 23.2.2009, 11:10  
Rathaus Rheydt

**Veilchendienstagsgug**  
Di. 24.2.2009, 13:11  
Innenstadt MG



**„Der Zimmermann von Dalen“**

So. 1.2.2009, 19:00

**BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit**

Aufführung des gleichnamigen historischen Hörspiels. Ein fürchterlicher Brand zerstört im Jahre 1645 die Stadt Dalen. Bis auf die Grundmauern brennt alles nieder. Auch der Kirchturm wird ein Opfer der Flammen. Zwanzig Jahre später soll ein neuer Turm errichtet werden – und der angesehene Zimmermann Peter Crys erhält den Auftrag. Aber da ist noch ein Kirchturm zu erneuern – in Beeck. Crys betraut seinen Gesellen Hendrik Fegers, der Stingche (Crys Tochter) ehelichen möchte, mit der Arbeit in Beeck, aber ... das Unheil nimmt seinen Lauf!



**„Avanti Dilettanti!“**

So. 8.2.2009, 16:00

**Theater Mönchengladbach**

Ein kleiner Campingplatz am Ufer des Gardasees. Fritz vom Niederrhein und sein Freund Francesco bereiten wie jedes Jahr den Höhepunkt der Saison vor: ihren bei Einheimischen und Touristen geliebten wie gefürchteten Abend teutonisch-italienischer Sangeskunst. Auch für dieses Jahr haben die beiden wieder ein treffendes Motto erdacht: „Avanti Dilettanti!“ heißt ihre Aufforderung an alle Sommerurlauber, sich ihrer Leidenschaft für die italienische Musik hinzugeben. Bis es soweit ist, träumen alle davon, das Publikum möge auch nur einen winzigen Augenblick glauben, Francesco wäre nicht Francesco, sondern Paolo Conte. Oder Eros Ramazzotti. Oder...

**So1 FEBRUAR**

**BÜHNE**

**„Othello“ / „Ein Sommer-nachtstraum“ (Matinee)**

Getanzte Shakespeare-Klassiker als zweiteiliger Ballettabend.

11:00 Theater Mönchengladbach

**„Der Zimmermann von Dalen“**

Ein historisches Hörspiel.

19:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

• siehe oben

**„Völlig ausgebucht“**

Komödie von Becky Mode.

19:00 Theater Spielplatz

**„Swinging St. Pauli“**

Musical. Musik: Martin Lingnau.

19:30 Theater Mönchengladbach

**PARTY**

**nach:spielzeit**

DJs Lars Haustein, Jackie Elles: Tekkhouse.

6:00 Spielplatz Club

**Super Bowl Party**

mit Live-Übertragung auf einer Großleinwand.

23:00 La Bougie

**SONSTIGES**

**Allgemeine Führungen durch die Sammlung**

stündlich von 11:00-16:00.

Städt. Museum Abteiberg

**Modellspielzeugmarkt**

11:00 Kaiser-Friedrich-Halle

**Schloss Rheydt – Haus Horst**

Wanderung mit dem Dt. Alpenverein Rheydt

11:00 Parkplatz Post Rheydt

**Di3 FEBRUAR**

**KIDS**

**Kinder-Kochkurs**

15:00 InfoCenter Ernährung u. Haushaltstechnik der NVV

**SONSTIGES**

**Informationsveranstaltung für werdende Eltern**

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

**Das Bauchortenaneurysma**

Vortrag von Dr. med. Frans Korsten.

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Mi4 FEBRUAR**

**BÜHNE**

**„Swinging St. Pauli“**

Musical. Musik: Martin Lingnau.

20:00 Theater Mönchengladbach

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**

DJ Rix:

HipHop – Funk – House.

23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**

6:00-16:00 Trabrennbahn

**Das jüngste Gericht im Hospiz von Beaune**

Roger van der Weyden (1399-1464).

16:30 VHS, Haus Berggarten

**Der Bunte Garten – gestern, heute, morgen**

Vortrag.

19:00 VHS, Haus Berggarten

**Do5 FEBRUAR**

**MUSIK**

**„Jazz im Linol“**

André Spajic präsentiert: Tilo Bunnies Trio – Tribute to Oscar Peterson.

19:30 Theatercafé Linol

**BÜHNE**

**„Die verkaufte Braut“**

Komische Oper von Friedrich Smetana.

20:00 Theater Mönchengladbach

**KIDS**

**„Die Sternengucker“**

Eine Geschichte über Liebe, Ängste, Perspektivlosigkeit, Vorurteile und Gewalt, die Gefahr von Sektentum, Okkultismus und über die Verführung. Für Jugendliche ab 14 Jahre.

11:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**

18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**LITERATUR**

**„Zeitlosigkeit – Gedichte aus Stein“**

Bernhard Petz liest Texte zum Thema Zeit und Zeitlosigkeit. Eintritt frei!

19:30 Stadtbibliothek Rheydt

**SONSTIGES**

**Geld regiert die Welt! Doch wer regiert das Geld?**

Vortrag.

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Fr6 FEBRUAR**

**MUSIK**

**GoMusic**

Martin Engeliens Niederrhein-Session-Wanderzirkus mit Sylvia Gonzalez Bolivar (voc), Schrader (git, voc), Felix Lehmann (drums).

20:00 Galerie Café Message

**BÜHNE**

**„Hotel Mama“ – Ein Muttersohn packt aus**

Kabarett mit Volker Diefes.

20:00 Theater Spielplatz

**KIDS**

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**

14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**Kastanienhof**

Hotel - Restaurant

Ü-35-PARTY

Fr. 6.2. + Fr. 6.3. ab 22 h

Ü-35-KARNEVALSPARTY

Sa. 21.2.

Ü-35-FRÜHLINGSERWACHEN

Sa. 20.3.

www.kastanienhof-hotel.de

Krefelder Str. 765 - Tel. 021 61-821 20 60

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Ü35-Party**

22:00 Kastanienhof

**Party-Freitag**

Blackmusic

22:00 Black & White

**SPÖ Party**

Rock & Classics

23:00 La Bougie

**Mini Rock**

DJ Domi Lama:

Rock – Classics.

23:00 Spielplatz Club

**Rossi Classix**

DJ Hejo:

Rock – OldSchool – Big Beat.

23:00 Herr Rossi (Club)

**Sound Survivor**

DJs Rix & Loopmann:

HipHop – Black Music – Dancehall.

23:00 Herr Rossi (Suite)

**Sa7 FEBRUAR**

**BÜHNE**

**„Swinging St. Pauli“**

Musical. Musik: Martin Lingnau.

20:00 Theater Mönchengladbach

**„Völlig ausgebucht“**

Komödie von Becky Mode.

20:00 Theater Spielplatz

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

23:00 Bar Plastique

**Ü30-Party**

20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

**Party-Samstag**

Blackmusic

22:00 Black & White

**Kunstgeschwister**

DJ Gregor Tresher:

Tekkhouse.

23:00 Spielplatz Club

**Trash Dance**

Meista Fader:

Trash Songs – 90's.

23:00 Herr Rossi (Club)

**Auf's Maul**

DJ Archetype:

Alternative – Indie – Hardcore.

23:00 Herr Rossi (Suite)

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**

6:00-16:00 Trabrennbahn

8:00-14:00 Parkplatz

Schlafhorst

**Vom Bahnhof Geneicken nach Wickrath**

Exkursion mit dem Verein Niederrhein.

13:30 Treffpunkt: Bahnhof Geneicken

**Mönchengladbach mit dem Bus entdecken**

Stadtrundfahrt.

15:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweiher

**Rheinische Hengstschau**

Hengstschau des Landesgestüts Warendorf.

18:00 Reitsportanlage

Schloss Wickrath

**Metropolitan Opera New York LIVE im Kino (in HD Dolby Digital)**

Gaetano Donizetti:

„Lucia di Lammermoor“, Dirigent: Marco Armillato.

19:00 Comet Cine Center

**So8 FEBRUAR**

**MUSIK**

**Kulturfrühstück mit „ballyhoo“ – tamtam mit Stil und Esprit**

Hochklassiger Gesang und gute Performance. Mit eigenwilligen und pffigen Arrangements dreht ballyhoo altbekannte Melodien auf links und kommt mal jazzig, mal soulig, rockig oder balladesk daher.

11:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**„Avanti Dilettanti!“**

Ein italienisch-deutscher Liederabend.

16:00 Theater Mönchengladbach

• siehe oben

**BÜHNE**

**„Völlig ausgebucht“**

Komödie von Becky Mode.

19:00 Theater Spielplatz

**LITERATUR**

**„Der Klang des Wortes, die Farbe des Tons“**

Lesung aus Ernst Blochs „Spuren“ und Johann Peter Hebels „Kalendergeschichten“. Ein literarisch-musikalischer Abend mit Jan Robert Bloch, Anne Monika Sommer-Bloch und Kenneth Duryea.

21:00 Theater Mönchengladbach (Studio)

**PARTY**

**nach:spielzeit**

Zinsicht: Tekkhouse.

ab 6:00 Spielplatz Club

**SONSTIGES**

**Briefmarkentauschtreffen**

Briefmarkenfreunde 1924 e.V.

9:30 Naturfreundehaus

**Zierfisch- und Wasserpflanzenbörse**

Verein für Aquarien- und Terrarienkunde.

10:00 Kleingartenanlage Pilatus Kall

**Trödelmarkt**

11:00 Hornbach, Künkelstr.

**Mo9 FEBRUAR**

**SONSTIGES**

**Ökologisches Gärtnern für Haus- und Kleingärtner**

Vortrag.

18:00 VHS, Haus Berggarten

**Di10 FEBRUAR**

**KIDS**

**Kinder-Kochkurs**

15:00 InfoCenter Ernährung und Haushaltstechnik der NVV

**SONSTIGES**

**Vollwertiger Genuss – schnell und einfach zubereitet**

Workshop für Erwachsene.

18:00 InfoCenter Ernährung und Haushaltstechnik der NVV

**Mi11 FEBRUAR**

**MUSIK**

**„Mathew James White“ – live**

20:00 Folk & More

Music Club

**BÜHNE**

**„Männer muss man schlagen“**

Ingo Appelt mit seinem neuen Programm.

20:30 Kunstwerk Wickrath/ Das Rote Krokodil

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**

DJ Brainbak & Luca:

Rock – HipHop – Funk.

23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**

6:00-16:00 Trabrennbahn



### Marcus Jeroch: „Baustelle Wort“

Fr. 13.2.2009, 20:00

#### Die Spindel

Ein Wortspektakel, zu dem es nicht anzuraten ist, den Geist an der Garderobe abzugeben! Sie finden Theater meist zu schwer, zu anstrengend und hätten lieber leichtere Unterhaltung? Sie hingegen finden, Varieté sei eigentlich unter Ihrer intellektuellen Würde, obwohl ... Sie lieben Lesungen, fürchten aber, immer der/die Einzige im Saal zu sein? Sie sind sowieso nur an Ballspielen interessiert. Und Sie lieben gar Lyrik! Aber das traut man sich wirklich nur leise vorm Einschlafen zu lesen.

Kabarett ja, Comedy nein ... Allerdings: Lachen ist gesund und ... Stop! Freuen Sie sich auf den Mann, der alle diese auseinanderstrebenden Vorlieben miteinander vereint: Marcus Jeroch, der Vielfachpreisträger der deutschen Kleinkunst, der fernsehfernhare und nahezu in ganz Deutschland bekannte Mitbegründer des Rockzirkus Gosh sagt nach: Worthes ater, Wowo und WoKlo: OB 8 und heißt Sie willkommen auf der „Baustelle Wort“, seinem vierten Programm.

#### Von Mönchen, Sagen und Legenden

Altstadt-Spaziergang, 19:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweier

#### Mittwochskino im BIS: „Saint Jacques...Pilgern“

Frankreich, 2005, 20:30 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

## Do12 FEBRUAR

#### KIDS

#### Jugend-Disco ab 13 Jahren

18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

#### SONSTIGES

#### Verkehrssicherheit für Senioren

Vortrag, 15:00 Hardterwaldklinik Informationsveranstaltung für werdende Eltern

#### „Schatten“

18:30 Elisabeth-Krankenhaus Vortrag und Diskussion mit Dipl.Des. Kathrin Tillmanns aus Anlass des Projekts END, 20:00 Städt. Museum Abteiberg

## Fr13 FEBRUAR

#### MUSIK

#### JAZZ VISIONS

„Kölsch-Jazz“ – live, Andrea Kaiser (Gesang), Klaus Delvos (Piano), Nils Imhorst (Bass), Robert Huraszky (Schlagzeug), Gerd Strasdas (Gitarre), Dragene Drenski (Saxophon), 20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

#### BÜHNE

#### „Othello“ / „Ein Sommernachtstraum“ (Premiere)

Getanzte Shakespeare-Klassiker als zweiteiliger Ballettabend, 20:00 Theater Mönchengladbach

#### • siehe Seite 48

#### „Baustelle Wort“

Wunderbare Verschmelzung von Varieté und Literatur mit Marcus Jeroch, 20:00 Die Spindel

#### • siehe oben

#### „Nu(h)r die Wahrheit“

Kabarett mit Dieter Nuhr, 20:30 Kunstwerk Wickrath/ Das Rote Krokodil

#### KIDS

#### Kinder-Disco bis 13 Jahren

14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

#### PARTY

#### Plastique

House – Chill House – Elektro – Soul, 20:00 Bar Plastique

#### Party-Freitag

Blackmusic, 22:00 Black & White

#### SPÖ Party

Rock & Classics, 23:00 La Bougie

#### FH Party

PoP Music – House – Rock – Classics, 23:00 Spielplatz Club

#### Rossi Classix

DJ Rokka: Pop – Classix, 23:00 Herr Rossi (Club)

#### Electronique Suite

DJ M-Rotation: Deep – Minimal – Techhouse, 23:00 Herr Rossi (Suite)

#### SONSTIGES

#### Krimidinner – die Hochzeit in Schwarz

Die Fortsetzung des kulinarischen Kerzenlichtdinner à la Edgar Wallace lädt ein zur mörderisch schönen Hochzeitsfeier! 19:00 Restaurant Kaiser Friedrich, Kaiser-Friedrich-Halle

## Sa14 FEBRUAR

#### MUSIK

#### „Avanti Dilettanti!“

Ein italienisch-deutscher Liederabend, 20:00 Theater Mönchengladbach

#### BÜHNE

#### „Renate CochT vor Liebe“

Kabarett-Comedy-Dating-Doku-Show mit Renate Coch, 20:00 Die Spindel

#### LITERATUR

#### „Wo kommen die Löcher im Käse her?“

Peter Rumpel rezitiert Texte von Kurt Tucholsky, 20:00 Scala

#### PARTY

#### Plastique

House – Chill House – Elektro – Soul, 20:00 Bar Plastique

#### Party-Samstag

Blackmusic, 22:00 Black & White

#### Hejo's Kultpalast

Rock – Alternative – Britpop – Crossover – 60's, 22:00 Galerie Café Message

#### Moloko

Kai Kyas and Friends: House – Electro, 23:00 Spielplatz Club

#### SMASH it up!

DJs Archetype & Loopmann: HipHop – Alternative, 23:00 Herr Rossi (Club)

#### Funky Tunes

Meista Fader: Funk – Hip Hop – Soul, 23:00 Herr Rossi (Suite)

#### Restaurant Haus Bey

#### Valentinstags-Menü

- Gambas im Knuspermantel
  - Feines Kartoffelsamtsüppchen
  - Gefüllte Poulardenbrust oder Knuspriger Zander auf Spitzkohl
  - Espresso Schaumtörtchen
- Menü für 59,- € pro Paar.

Bitte reservieren: 02153/9108790 An Haus Bey 16, Nettetal-Himsbeck www.restaurant-haus-bey.de

#### SONSTIGES

#### Trödelmärkte

6:00-16:00 Trabrennbahn, 8:00-14:00 Schlafhorst

#### Niersbrücke – Volksgarten

– Schloss Rheydt, Exkursion mit dem Verein Niederrhein, 12:50 Marienplatz, Linie 004

#### Texas Holdem Poker Turnier

18:00 Denk Mal (Geneickener Hof)

## So15 FEBRUAR

#### BÜHNE

#### „Die verkaufte Braut“

Komische Oper von Friedrich Smetana, 19:30 Theater Mönchengladbach

#### KIDS

#### „Kasper und ein Freund für's Leben“

Aufführung des Neknerf Kaspertheaters für Kinder von 3 bis 12 Jahre, 15:00 Die Spindel

#### SONSTIGES

#### Textile Vergangenheit von Mönchengladbach

Führung durch das Textilmaschinenepot des Museums Schloss Rheydt, 14:00 Boetzelen-Höfe

## Mo16 FEBRUAR

#### SONSTIGES

#### Vincent van Gogh

Vortrag mit Lichtbildern, 19:30 VHS, Haus Berggarten

## Di17 FEBRUAR

#### BÜHNE

#### „Der Liebestrank“

Komische Oper von Gaetano Donizetti, 20:00 Theater Mönchengladbach

#### SONSTIGES

#### Altersrenten – Wer? Wann? Wie(viel)?

Vortrag, 15:30 Deutsche Rentenversicherung Rheinland

#### Vollwertiger Genuss – schnell und einfach zubereitet

Workshop für Erwachsene, 18:00 InfoCenter Ernährung u. Haushaltstechnik der NVV

#### Der Bandscheibenvorfall

Vortrag, 19:30 VHS, Haus Berggarten

#### Welches Sternbild ist das?

Einführung in die Sternbilder mit und ohne Feldstecher. Veranstaltung findet nur bei wolkenlosem Himmel statt!

20:00 Sternwarte Rheindahlen

## Mi18 FEBRUAR

#### BÜHNE

#### „Dantons Tod“

Drama von Georg Büchner, 20:00 Theater Mönchengladbach • siehe Seite 48



## Jetzt auch im ABO

Verpassen Sie keine Ausgabe mehr und erhalten Sie den HINDENBURGER alle zwei Monate einfach direkt nach Hause in Ihren Briefkasten.

#### Weitere Vorteile für Abonnenten:

Automatische Teilnahme an allen Gewinnspielen des HINDENBURGER.

Einladung zu Events des HINDENBURGER und unserer Werbepartner.

## 6 AUSGABEN IM ABO, DIREKT NACH HAUSE FÜR 18,- €

Einfach Bestellcoupon ausfüllen, ausschneiden und per Post schicken an:

HINDENBURGER Abo Service  
c/o Marktimpuls GmbH & Co. KG  
Hindenburgstraße 56  
41061 Mönchengladbach

## HINDENBURGER ABO

Bestellcoupon

Ja, ich möchte den HINDENBURGER abonnieren. Schicken Sie mir die nächsten 6 Ausgaben per Post direkt nach Hause.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

18,- € liegen bar bei  bitte abbuchen:

Kontonummer

Bankleitzahl

Kreditinstitut

Datum, 1. Unterschrift (Kontoinhaber)

Ich erhalte den HINDENBURGER im Abonnement für 6 Ausgaben zum Preis von 18,- €. Das Abo verlängert sich automatisch um weitere 6 Ausgaben, wenn ich nicht kündige (per Post, Fax oder E-Mail). Ich kann jederzeit zum übernächsten Heft kündigen und erhalte zuviel gezahlte Beträge zurück.

Zur Kenntnis genommen und unterschrieben

2. Unterschrift



**„Die sieben Geißlein“**  
Mi. 18.2.2009, 10:30 + 15:00

**Die Spindel**  
Der Wolf und die sieben Geißlein Frei nach den Gebrüder Grimm. „Hurra, die Mutter geht einkaufen! Endlich haben wir das ganze Haus für uns alleine.“ Da beginnt ein Rennen und Toben, ein Streiten und Zanken, ein Singen und Lachen bis es an die Türe klopft, und wer ist da? Die Nachbarn? Die Mutter? Nein, der Wolf! Wie die sieben Geißlein dieses Abenteuer unbeschadet überstehen, und dabei auch noch jede Menge Spaß haben, erzählt diese turbulente Geschichte.



**„Eight Wheel Drive“ & „Pin Ball Rock'n'Roll Band“**  
Fr. 20.2.2009, 20:00

**Galerie Café Message**  
Das Karnevalsfreitagsdoppelkonzert im Message mit „Eight Wheel Drive“ und der „Pin Ball Rock'n'Roll Band“ darf man mittlerweile auch schon bald als Klassiker bezeichnen. Eine Pappnasen-Pflicht besteht hier nicht. Ist aber andererseits auch nicht streng verboten. Wir freuen uns, dass die beiden Bands und ihr Publikum sich bei uns offenbar gut aufgehoben fühlen.

**KIDS**

**„Die sieben Geißlein“**  
Aufführung des Seifenblasen Figurentheaters frei nach den Gebrüder Grimm für Kinder ab 3 Jahre.  
10:30 + 15:00 Die Spindel  
• siehe oben

**LITERATUR**

**LesARTen**  
Schreibkreative haben hier die Chance, selbstverfasste Texte zu präsentieren. Die Unterschiede in den Vorträgen aus Prosa, Lyrik, Kurzgeschichte, Fantasie und Comic lassen jeden LesARTen-Abend zum Literaturlerlebnis werden.  
20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique  
**Mittwochstanz**  
DJs Archetype & Freetz:  
Rock – Pop – HipHop.  
23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**  
6:00-16:00 Trabrennbahn  
**Vortrag: Heilfasten statt Apparatediagnostik**  
19:30 VHS, Haus Berggarten

**Do19**  
FEBRUAR

**KIDS**

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**  
18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**PARTY**

**Rossi Classix**  
DJ M-Rotation:  
Pop – House – 80's.  
23:00 Herr Rossi (Club)  
**Rossi Classix**  
DJ Vince W:  
Rock – Pop – Hip Hop.  
23:00 Herr Rossi (Suite)

**SONSTIGES**

**Die Evangelischen und der Karneval in Rheydt**  
Betrachtungen zu den unterschiedlichen Umgangsformen, Sichtweisen und Hintergründen eines traditionellen Volksfestes.  
19:30 Ev. Hauptkirche Rheydt

**Fr20**  
FEBRUAR

**MUSIK**

**„Eight Wheel Drive“ & „Pin Ball Rock'n'Roll Band“**  
Karnevalsfreitagsdoppelkonzert.  
20:00 Galerie Café Message  
• siehe oben

**BÜHNE**

**„Die verkaufte Braut“**  
Oper von Friedrich Smetana.  
20:00 Theater Mönchengladbach

**KIDS**

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**  
14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Party-Freitag**

Blackmusic.  
22:00 Black & White  
**SPÖ Party**  
Rock & Classics.  
23:00 La Bougie  
**playground hodge-podge**  
DJ Archetype und DJ Freetz:  
Rock & Classics.  
23:00 Spielplatz Club

**Rossi Classix**

DJ Marwin:  
Dance – Pop – Classix.  
23:00 Herr Rossi (Club)  
**Respect!**  
DJ Vince W:  
Hip Hop – Reggae – Soul.  
23:00 Herr Rossi (Suite)

**Sa21**  
FEBRUAR

**KIDS**

**Kinderschminken an Karneval**  
12:30-15:30 Mayersche Buchhandlung  
**Karneval, wat is dat?**  
Närrische Karnevalstour.  
15:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweier

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Karnevalsparty**

22:00 Kastanienhof  
**Party-Samstag**  
Blackmusic  
22:00 Black & White  
**This is Electro**  
Azzido Da Bass, Stevanez & Juls, Dave Munson:  
Electro.  
23:00 Spielplatz Club  
**Rossi Classix**  
DJ Hejo:  
Rock – OldSchool – Big Beat.  
23:00 Herr Rossi (Club)  
**„Auf's Maul“**  
DJ Archetype: Alternative – Indie – Hardcore.  
23:00 Herr Rossi (Suite)

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**  
6:00-16:00 Trabrennbahn  
8:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst

**So22**  
FEBRUAR

**PARTY**

**Diamond's and Trash**  
Paxi & Fixi:  
House – Hip Hop – Classics.  
20:00 Spielplatz Club

**SONSTIGES**

**Briefmarkentauschtreffen**  
Briefmarkenfreunde 1924 e.V.  
9:30 Naturfreundehaus

**Mo23**  
FEBRUAR

**PARTY**

**Rosenmontag Kostüm Party**  
mit DJ Andre Fossen.  
21:00 La Bougie

**Mi25**  
FEBRUAR

**BÜHNE**

**„Othello“/„Ein Sommernachtstraum“**  
Getanzte Shakespeare-Klassiker als zweiteiliger Ballettabend.  
20:00 Theater Mönchengladbach  
• siehe Seite 48

**Restaurant Haus Bey**

**Traditionelles Fischessen am Aschermittwoch**

Büffet für 27,50 € pro Person

Bitte reservieren: 02153/9108790  
An Haus Bey 16, Nettetal-Himsbeck  
www.restaurant-haus-bey.de

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**SONSTIGES**

**Mittwochskino im BIS: „An ihrer Seite“**  
Kanada, 2006.  
20:30 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**Do26**  
FEBRUAR

**BÜHNE**

**„Die Grönholm-Methode“**  
Hochaktueller Psychokrimi.  
19:30 Theater Mönchengladbach (Studio)  
**Jesus Christ Superstar**  
Rock-Oper.  
20:00 Theater Mönchengladbach

**KIDS**

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**  
18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**SONSTIGES**

**Informationsveranstaltung für werdende Eltern**  
18:30 Elisabeth-Krankenhaus  
**Abgefahren: von ganz unten – nach ganz oben!**  
Vortrag des Abenteurers Christoph Rohleder.  
20:00 Haus Erholung

**Fr27**  
FEBRUAR

**MUSIK**

**„HIT-BAR“**  
Ein amüsanter Abend mit frechen Liedern und Texten zum Thema Liebessehnsucht und Berufsträume.  
20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**„Phantom Rockers“ – live**

European Tour Kick Off.  
Support-Act: Vaago Weiland's „The Crackerjacks“.  
20:00 Galerie Café Message

**BÜHNE**

**„Romeo and Juliet“**

Von William Shakespeare.  
Aufführung in englischer Sprache.  
19:00 Kaiser-Friedrich-Halle  
**„Die verkaufte Braut“**  
Oper von Friedrich Smetana.  
20:00 Theater Mönchengladbach

**KIDS**

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**  
14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Party-Freitag**  
Blackmusic  
22:00 Black & White

**SPÖ Party**

Rock & Classics.  
23:00 La Bougie

**Pop-Shop**

Paxi & Fixi:  
PoP Music – House – Rock – Classics.  
23:00 Spielplatz Club  
**Rossi Classix**  
DJ Rix:  
Hip Hop – Pop – House.  
23:00 Herr Rossi (Club)

**Suite House**

DJ Vince W:  
Deep – Minimal – Techno.  
23:00 Herr Rossi (Suite)

**SONSTIGES**

**Beobachtungsabend mit dem Teleskop**  
Der Saturn in „Kantenlage“. 20:00 Sternwarte Rheindahlen

**Sa28**  
FEBRUAR

**MUSIK**

**„Tangolectrón“**  
Das neueste Projekt des Musikers und Soundtüftlers Nils Imhorst. Traditioneller Tango und elektronische Musik sind die Zutaten für ein Programm zwischen Melancholie und Lässigkeit.  
20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**BÜHNE**

**„Dantons Tod“**  
Drama von Georg Büchner.  
20:00 Theater Mönchengladbach  
• siehe Seite 48

**PARTY**

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique  
**Soul Center Revival Party**  
mit DJ Andre Fossen.  
21:00 La Bougie  
**Party-Samstag**  
Blackmusic  
22:00 Black & White  
**Generation Pop**  
DJ Hejo und DJ Tom D.:  
Pop – Alternative – Indie – Sixties.  
22:15 Galerie Café Message

**Special**

23:00 Spielplatz Club  
**Rossi Classix**  
DJ Ingo: Rock, Pop, Classix.  
23:00 Herr Rossi (Club)  
**Night of the 80's**  
DJ M-Rotation:  
Classic Hits – Electronic 80's.  
23:00 Herr Rossi (Suite)

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**  
6:00-16:00 Trabrennbahn  
8:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst  
**Nobelpreisträger in Mönchengladbach – Shirin Ebadi**  
Vortrag der Friedensnobelpreisträgerin 2003.  
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle  
• siehe Seite 48

**So1**  
MÄRZ

**BÜHNE**

**„Othello“/„Ein Sommernachtstraum“**  
Getanzte Shakespeare-Klassiker als zweiteiliger Ballettabend.  
19:30 Theater Mönchengladbach  
• siehe Seite 48

**SONSTIGES**

**Allgemeine Führungen durch die Sammlung**  
stündlich von 11:00-16:00.  
Städt. Museum Abteiberg  
**Vortrag: Albrecht Dürer und die betenden Hände**  
11:00 VHS, Haus Berggarten



### „Abba's Greatest“

So. 8.3.2009, 19:00

#### Kunstwerk Wickrath/Das Rote Krokodil

Keine andere Band in der Geschichte der Popmusik hat der Welt ein derartig fantastisches musikalisches Werk geschenkt wie die vier Schweden Agnetha Fältskog, Anni-Frid Lyngstad, Björn Ulvåus und Benny Anderson. Keiner anderen Band ist es gelungen, sage und schreibe vier Generationen an Fans und Musikliebhabern so zu fesseln und zu begeistern, wie die Band ABBA es tat.

Mit „Waterloo“ eroberte Abba die weltweiten Charts und die Teenagerherzen im Sturm! Der Sieg beim Grand Prix 1974 machte die sympathischen Musiker über Nacht zur bekanntesten Pop-Band dieser Zeit. Es folgte Hit auf Hit: „Mamma Mia“, „S.O.S.“, „Super Trooper“, „Knowing Me, Knowing You“, „Money, Money, Money“, „Voulez vous“ und viele weitere Klassiker!

**Trödelmarkt**  
11:00 Giesenkirchen,  
Kirmesplatz

## Mo2 MÄRZ

### SONSTIGES

#### Neuregelung der Erbschaftsteuer – was tun?

Vortrag.  
19:30 VHS, Haus Berggarten

## Di3 MÄRZ

### MUSIK

#### „Avanti Dilettanti!“

Ein italienisch-deutscher Liederabend.  
20:00 Theater Mönchengladbach

### SONSTIGES

#### Informationsveranstaltung für werdende Eltern

18:30 Elisabeth-Krankenhaus  
**Vortrag: Offene Beine, chronische Wunden**  
19:30 VHS, Haus Berggarten  
**Vortrag: Schillers Don Carlos und die Suche nach der dramatischen Einheit**  
Eine Veranstaltung des Wissenschaftlichen Vereins.  
20:00 Haus Erholung

## Mi4 MÄRZ

### BÜHNE

#### „Tempus Fugit“

Ballett von Robert North.  
20:00 Theater Mönchengladbach

### LITERATUR

#### LesARTen

Vorträge selbst verfasster Texte verschiedener Autoren.  
20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

### PARTY

**Plastique**  
House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**  
23:00 Herr Rossi

### SONSTIGES

#### Trödelmarkt

6:00-16:00 Trabrennbahn  
**Ritter, Reime und Romanzen**  
Hommage an Heinz Erhard zum 100. Geburtstag und 30. Todestag.  
16:30 VHS, Haus Berggarten  
**Bewegungsstörungen bei Kindern**  
Vortrag.  
18:30 VHS, Haus Berggarten



öffentliche  
*Dunkelessen*  
**04. März 2009**  
TEL. 02434-98220  
NUR AUF RESERVIERUNG

#### Von Mönchen, Sagen und Legenden

Altstadt-Spaziergang.  
19:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweier  
**Der Gladbach und seine Mühlen**  
Vortrag der Otto-von-Bylandt-Gesellschaft.  
19:00 Schloss Rheydt

## Do5 MÄRZ

### MUSIK

#### „Jazz im Linol“

André Spajic präsentiert: Martin Scholz Hammond Quartett.  
19:30 Theatercafé Linol

### BÜHNE

#### „Dantons Tod“

Drama von Georg Büchner.  
20:00 Theater Mönchengladbach

#### • siehe Seite 48

#### Horst Lichter: „Sushi ist auch keine Lösung“

Unterhaltsame und kuriosen Anekdoten aus der Geschichte des Essens.  
20:30 Kunstwerk Wickrath/Das Rote Krokodil

### KIDS

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**  
18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

### SONSTIGES

#### Wie funktioniert die Sonne?

Vortrag.  
19:30 VHS, Haus Berggarten

## Fr6 MÄRZ

### MUSIK

#### GoMusic

Martin Engeliens Niederrhein-Session-Wanderzirkus mit Musikern der Spitzenklasse.  
20:00 Galerie Café Message

### BÜHNE

#### „Dantons Tod“

Drama von Georg Büchner.  
20:00 Theater Mönchengladbach  
• siehe Seite 48

### KIDS

#### Kinder-Disco bis 13 Jahren

14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

### PARTY

#### Plastique

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique  
**Ü35-Party**  
22:00 Kastanienhof  
**Party-Freitag**  
Blackmusic  
22:00 Black & White  
**SPÖ Party**  
Rock & Classics  
23:00 La Bougie

## Sa7 MÄRZ

### MUSIK

#### „Dharma Bums“ und „Alaska“ – live

Doppelkonzert: Country – Folk – Alternative und Indie – Pop – Shoegaze.  
20:00 Galerie Café Message  
**„Three's a Crowd“ – live**  
20:00 Gasthof Loers

### BÜHNE

#### „Jesus Christ Superstar“

Rock-Oper von Andrew Lloyd Webber.  
20:00 Theater Mönchengladbach

#### „Kennt man mich?“

Komödie von Gerd Maria Zimmer.

20:00 Theater Spielplatz

#### „Das kleinere Übel sind Männer“

Kabarett mit Manfred J.P. Dudek.  
20:00 Die Spindel

### LITERATUR

#### „Fleckenteufel“

Heinz Strunk liest aus seinem neuen Roman.  
20:30 Kunstwerk Wickrath/Das Rote Krokodil

### PARTY

#### Plastique

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique  
**Party-Samstag**  
Blackmusic  
22:00 Black & White



### SONSTIGES

#### Trödelmärkte

6:00-16:00 Trabrennbahn  
8:00-14:00 Schlafhorst

#### Metropolitan Opera New York LIVE im Kino (in HD Dolby Digital)

Giacomo Puccini:  
„Madame Butterfly“.  
19:00 Comet Cine Center

## So8 MÄRZ

### BÜHNE

#### „Pique Dame“ (Matinee)

11:15 Theater Mönchengladbach (Studio)  
**Die Eugen-Roth-Revue – eine versehenliche Liebesgeschichte**  
Aufführung des Düsseldorfer Aurora Theaters.  
19:00 Theater Spielplatz

#### „Abba's Greatest“

Abba-Show von Waterloo bis Super Trooper.  
19:00 Kunstwerk Wickrath/Das Rote Krokodil

• siehe oben



10 JÄHRIGES JUBILÄUM

### Montags

Studententreff

Unter Vorlage des Studentenausweises auf Speisen & Getränke **20 %**

### Dienstags und Donnerstags

Offenes Buffet ab 18.00 Uhr (Suppe, verschiedene kalte & warme Vorspeisen, verschiedene Salate, verschiedene Hauptgerichte, Desserts) **12,90 €**

### Mittwochs & Freitags

Frische Fisch Börse

### Samstags & Sonntags

Frühstücksbuffet (Getränke separat) **7,90 €**

### Happy Hour

Cocktails in der Woche **4,90 €**



#### Restaurant Blue Angel

Marktstr. 3

41236 MG / Rheydt

Tel. 0 21 66 / 94 03 43

Fax 0 21 66 / 29 52 59

info@restaurant-blue-angel.de

www.restaurant-blue-angel.de

#### Öffnungszeiten:

Mo. – Do.

9.00 – 01.00 Uhr

Fr. + Sa.

9.00 – 02.00 Uhr

Sonn- & Feiertage

10.00 – 01.00 Uhr





**„Der Zapperdockel und der Wock“**

**Mi 11.3.2009, 10:30 + 15:00**

**Die Spindel**

Im Garten eines Wortzüchters und Buchstabenpflanzers wohnt ein Zapperdockel. Der ist nicht besonders groß, nicht besonders klein, nicht besonders dick und nicht besonders dünn und sein Schnurrbart hat genau die Zapperdockel'sche Mittellänge. Doch es gibt auch die Wocks. Ein Wock ist niemals freundlich und hat die meiste Zeit keine Zeit. Ein großer, blauer, griesgrämiger, grobianischer Wock verirrt sich in den Garten und trifft auf den kleinen, sensiblen Zapperdockel. Dem Wock ist es langweilig und er macht den Kleinen so lange fertig, bis dieser vor lauter Gram durchsichtig wird. Erst gibt es wilde Worte und Tränen, dann Freundschaft und Spaß.

**„Jesus Christ Superstar“**

Rock-Oper von Andrew Lloyd Webber.  
19:30 Theater Mönchengladbach

**KIDS**

**„Peterchens Mondfahrt“**

Turbulentes Märchen des Seifenblasen Figurentheaters mit Tisch-, Flach- und Schattenfiguren für alle Abenteuerer ab 4 Jahre.  
15:00 Die Spindel

**Kinder als Mönche**

Von Spiel zu Spiel durch die Altstadt.  
15:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweier

**SONSTIGES**

**Briefmarkentauschtreffen**  
Briefmarkenfreunde 1924 e.V.  
9:30 Naturfreundehaus

**Zierfish- und Wasserpflanzenbörse**

Verein für Aquarien- und Terrarienkunde.  
10:00 Kleingartenanlage Pilatus Kall

**Trödelmarkt**

11:00 Rheydt, Marktplatz  
**Durch den Hardter Wald**  
Exkursion mit dem Verein Niederrhein.

10:00 Treffpunkt: Parkplatz Rheydter Str. am DGB-Haus

**Mo9 MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Zeit u(h)rbar machen**

Vom Umgang mit der Zeit.  
19:30 VHS, Haus Berggarten

**Di10 MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Pioniere der Welt in Mönchengladbach – Bertrand Piccard**

Vortrag des Freiflug- und Ultraleichtflug-Pioniers und Sieger der ersten transatlantischen Ballonwettfahrt.  
19:30 Kaiser-Friedrich-Halle

**Mediation – was ist das?**

Vortrag.  
19:30 VHS, Haus Berggarten

**Mi11 MÄRZ**

**MUSIK**

**„Steve White“ – live**

Bluesgetränkte Songwriterperformance. Steve White hinterlässt bei seinen Shows den Eindruck, einer ganzen Band zuzuhören.  
20:00 Folk & More Music Club

**KIDS**

**„Der Zapperdockel und der Wock“**

Aufführung des FEX Figurentheaters für Kinder ab 4 Jahre.  
10:30 + 15:00 Die Spindel  
• siehe oben

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**

23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**

6:00-16:00 Trabrennbahn  
**Vortrag: Ärztliche Behandlungsfehler**

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Mittwochskino im BIS:**

**„Persepolis“**

Frankreich/USA, 2007.  
20:30 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**Kastanienhof**  
Hotel - Restaurant

Jeden Montag ab 21.00 Uhr  
**Salsa-Party**

Jeden Dienstag ab 21.00 Uhr  
**Disco Fox Party**

jeweils inkl. kostenlosen Tanzkursen

www.kastanienhof-hotel.de  
Krefelder Str. 765 - Tel. 021 61-8 21 20 60

**Do12 MÄRZ**

**KIDS**

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**

18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**SONSTIGES**

**Informationsveranstaltung für werdende Eltern**

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

**Fr13 MÄRZ**

**MUSIK**

**„New York Gospel Stars“**

Musikalische Leitung: Craig Wiggins  
Ev. Hauptkirche, MG-Rheydt  
**„Teletunes“ – live**  
Pop – Rock – Country.  
20:00 Galerie Café Message

**BÜHNE**

**„Dantons Tod“**

Drama von Georg Büchner.  
20:00 Theater Mönchengladbach

• siehe Seite 48

**Wenn Männer zu sehr 40 werden – the very best of Peter Voller**

Solo-Kabarett.  
20:00 Die Spindel

**KIDS**

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**

14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Party-Freitag**

Blackmusic  
22:00 Black & White

**SPÖ Party**

Rock & Classics  
23:00 La Bougie

**SONSTIGES**

**Krimidinner – die Hochzeit in Schwarz**

Edgar Wallace lädt ein zur mörderisch schönen Hochzeitsfeier!  
19:00 Restaurant Kaiser Friedrich, Kaiser-Friedrich-Halle

• siehe oben

**Vortrag: Die Brüder Himmeler – eine deutsche Familiengeschichte**

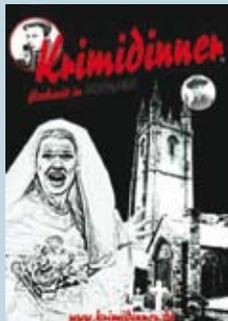
19:30 VHS, Haus Berggarten

**Sa14 MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Der Liebestrank“**

Oper von G. Donizetti.  
20:00 Theater Mönchengladbach



**Krimidinner – die Hochzeit in Schwarz**

**Fr. 13.3.2009, 19:00**

**Restaurant Kaiser Friedrich, Kaiser-Friedrich-Halle**

Kurz nach dem Tod ihres Vaters Lord Ashtonburry feiert Cora Tilling ihre lang ersehnte Hochzeit.

Einige Familienangehörige sind darüber gar nicht begeistert. Sie setzen alles daran, dem jungen Glück jede Menge Steine in den Weg zu legen. Und so trüben üble Verdächtigungen die Feier.

Wie kam der Bräutigam, der sonst all sein Geld verspielt, so überraschend zu Reichtum?

Welches Geheimnis verbirgt die mittellose Braut?

Und warum lässt der sonst so zuverlässige Pfarrer so lange auf sich warten?

**„Meine erste Ampel“**

Kabarett mit Matthias Jung.  
20:00 Theater Spielplatz  
**„Noch einmal – mit Gefühl“**

Kabarett mit FammFatal, der SPD-Frauenkabarettgruppe aus MG.  
Das Programm beschäftigt sich mit den Tücken des Alltags und dem Leben von Frauen im „Alter“.  
20:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Party-Samstag**

Blackmusic  
22:00 Black & White

**Hejo's Kultpalast**

Rock – Alternative – Britpop – Crossover – 60's.  
22:00 Galerie Café Message

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**

6:00-16:00 Trabrennbahn  
8:00-14:00 Schlafhorst

**Auktion Pfandhaus Brocker**

10:30 Kaiser-Friedrich-Halle  
**Mythos Borussia**

Deutsche Fußballroute NRW mit 11 Stationen, die untrennbar zur Borussia gehören.

11:00 Treffpunkt: Parkplatz am Geroweier

**Niersbrücke – Haus Horst – Baueschütte**

Exkursion mit dem Verein Niederrhein.  
12:50 Treffpunkt: Marienplatz, Linie 004

**So15 MÄRZ**

**MUSIK**

**„Orpheus with his lute“**

Musik für Altus und Laute vom 16. bis ins 21. Jahrhundert.  
17:00 Klosterkirche Neuwerk

**„Professor Bottle Neck“**

Live-Blues mit Harp.  
19:30 Fuchsbau

**BÜHNE**

**„Die verkaufte Braut“**

Komische Oper von Friedrich Smetana.  
16:00 Theater Mönchengladbach

**Jetzt ist Schicht!**

**(...und hier Ihr Saldo!)**

Kabarett mit „Kontoauszug“.  
19:00 Theater Spielplatz

**KIDS**

**„Die Werkstatt der Schmetterlinge“**

Nach der Erzählung von Gioconda Belli. Für Kinder ab 5 Jahre.  
15:00 Theater Spielplatz

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**

11:00 real-, Krefelder Str. 631  
11:00 Tedox, Feldstraße

**Textile Vergangenheit von Mönchengladbach**

Führung durch das Textilmaschinendepot des Museums Schloss Rheydt.  
14:00 Boetzellen-Höfe

**Di17 MÄRZ**

**LITERATUR**

**Eine philosophische Reise durch ausgewählte Werke der Literatur**

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Mi18 MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Glücksbringer“**

Kabarett mit Dr. med. Eckart von Hirschhausen. In seinem neuen Programm hilft der Berliner Arzt der Seele auf die Sprünge.  
20:30 Kunstwerk Wickrath/ Das Rote Krokodil

**KIDS**

**„Fridolin streifenfrei – ein Esel will aus seiner Haut?!“**

Aufführung des Neknerf Kasperltheaters.  
Eine lustige und streifenreiche Geschichte für kleine und große Eselfreunde ab 3 Jahre.  
10:30 + 15:00 Die Spindel

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.  
20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**

23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**

6:00-16:00 Trabrennbahn  
**Vortrag: Kulturhauptstadt Europas 2010**

16:30 VHS, Haus Berggarten  
**Schimmelpilz im Wohnungsbau**

Vortrag.  
19:00 VHS, Haus Berggarten

**Osttirol – zeitlos attraktiv**

Vortrag der VHS.  
19:30 Stift.-Hum. Gymnasium

**Vortrag: Faszination Mathematik**

Eine Veranstaltung des Wissenschaftlichen Vereins.  
20:00 Haus Erholung

**Do19 MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Ein bisschen Ruhe vor dem Sturm“ (Premiere)**

Schauspiel von Theresia Walsler.  
19:30 Theater Mönchengladbach (Studio)

**KIDS**

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**

18:00-21:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**SONSTIGES**

**Vortrag: Gleich und gleich gesellt sich gern**

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Tatort Gehirn**

Hirnforschung und Theologie im Gespräch über Schuldfähigkeit und Verantwortung des Menschen.  
19:30 Ev. Hauptkirche Rheydt

**Fr20 MÄRZ**

**MUSIK**

**„Schluff Jul“ – live**

Niederrhein-Westcoast-Sound.  
20:00 Galerie Café Message

**BÜHNE**

**„Dantons Tod“**

Drama von Georg Büchner.  
20:00 Theater Mönchengladbach  
• siehe Seite 48



**„Die verkaufte Braut“  
Mi. 25.3.2009, 20:00**

**Theater Mönchengladbach**

Bunt geht's zu in diesem böhmischen Dorf und das nicht nur, weil Heiratsvermittler Kezal geldgierig seinen Geschäften nachgeht.

So soll sich beispielsweise die schöne Marie zum Kirchweihfest mit Wenzel, dem stotternd-tölpelhaften Sohn des vermögenden Grundbesitzers Micha, verloben.

Da passt die Liebe zwischen Marie und Hans, einem zugewanderten Knecht von unbekannter Herkunft, ganz und gar nicht in Kezals Plan. Um den Störenfried aus dem Weg zu räumen, bietet er Hans 300 Gulden, wenn dieser auf Marie verzichtet. Und was macht Hans? Er nimmt tatsächlich das Geld...

**„Bei Müllerschön“**

Das Improvisationstheater „Müllerschön“ spielt auf Zuruf und verwandelt Wünsche und Sehnsüchte in Geschichten, die auf der Bühne lebendig werden. Es fehlen nur noch Vorschläge und dann kann es losgehen.

20:00 Theater Spielplatz

**„Stachelige Zeiten“**

Kabarett mit Monika Blankenberg zwischen Globalisierung und Küchenmesser, mit rheinischem Humor und spitzer Zunge.

20:00 Die Spindel

**„Strange Fruit“**

Theater mit Jazz über das Leben der Sängerin Billie Holiday.

20:00 Theater Spielplatz

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Party-Samstag**

Blackmusic

22:00 Black & White

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**

6:00-16:00 Trabrennbahn

8:00-14:00 Parkplatz

Schlafhorst

**Vom Bahnhof Geneicken nach Wickrath zum Café Gillrath**

Exkursion mit dem Verein Niederrhein.

13:30 Treffpunkt: Bahnhof Geneicken

**Basar zum Frühlingsanfang**

Marmeladenverkauf zugunsten des Astronomischen Arbeitskreises Mönchengladbach e. V.

14:00 Jugendheim Holt

**Metropolitan Opera New York LIVE im Kino (in HD Dolby Digital)**

Vincenzo Bellini:

„La Sonnambula“,

Dirigent: Evelino Pidò.

18:00 Comet Cine Center

**Frühlingsausstellung**

bis einschl. 29.03.2009

Messegelände Borussia Park



**KIDS**

**„Die Sternengucker“**

Eine Geschichte über Liebe, Ängste, Perspektivlosigkeit, Vorurteile und Gewalt und über die Verführung.

Für Jugendliche ab 14 Jahre.

11:00 BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**

14:30-17:00 Jugendclubhaus

MG-Westend

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Frühlingserwachen**

22:00 Kastanienhof

**Party-Freitag**

Blackmusic

22:00 Black & White

**SPÖ Party**

Rock & Classics

23:00 La Bougie

**Sa21  
MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Pique Dame“ (Premiere)**

Oper in drei Akten von Peter Tschaikowsky.

In russischer Sprache mit deutschen Übertiteln.

20:00 Theater Mönchengladbach

**So22  
MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Othello“/ „Ein Sommer-**

**nachtsstraum“**

Getanzte Shakespeare-Klassiker als zweiteiliger Ballettabend.

18:00 Theater Mönchengladbach

• siehe Seite 48

**„Herr Heuser vom Finanzamt“**

Kabarett mit Gernoth Voltz.

19:00 Theater Spielplatz

**SONSTIGES**

**Briefmarkentauschtreffen**

Briefmarkenfreunde 1924 e.V.

9:30 Naturfreundehaus

**Trödelmarkt**

11:00 Rheindahlen, Markt-

platz

**Mo23  
MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Vortrag: Duftöle, Räucher-**

**stäbchen und Räucherwerk**

19:00 VHS, Haus Berggarten

**Di24  
MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Vortrag: Rente und Steuern – was muss ich wissen?**

15:30 Deutsche Renten-

versicherung Rheinland

**Rezeptideen für das Osterfest**

Workshop für Erwachsene.

18:00 InfoCenter Ernährung

u. Haushaltstechnik der NVV

**Vortrag: Psychokinesiologie – Hilfe durch die Kraft der Seele.**

19:00 VHS, Haus Berggarten

**Welches Sternbild ist das?**

Einführung in die Stern-

bilder mit und ohne Feld-

stecher. Veranstaltung

findet nur bei wolkenlosem

Himmel statt!

20:00 Sternwarte Rhein-

dahlen

**Mi25  
MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Terrorprogramm“**

In einer grotesk-verspielten

Revue wird abgerechnet mit

30 Jahren „terror & error“.

Im Hintergrund lauert die

Frage: Wogegen soll man

heute noch rebellieren?

19:30 Theater Mönchen-

gladbach

**„Die verkaufte Braut“**

Komische Oper von

Friedrich Smetana.

20:00 Theater Mönchen-

gladbach

• siehe oben

**KIDS**

**„Zuckersüße Ostergrüße“**

Aufführung der Puppen-

bühne Bauchkribbeln für

Kinder ab 3 Jahre.

10:30 + 15:00 Die Spindel

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House –

Elektro – Soul.

20:00 Bar Plastique

**Mittwochstanz**

23:00 Herr Rossi

**SONSTIGES**

**Trödelmarkt**

6:00-16:00 Trabrennbahn

**Datenschutz –bürokratisches Übel oder Notwendigkeit?**

Vortrag.

18:00 VHS, Haus Berggarten

**Von Mönchen, Sagen und Legenden**

Altstadt-Spaziergang.

19:00 Treffpunkt: Parkplatz

am Geroweier

**Mittwochskino im BIS:**

„Ein ganz gewöhnlicher

Jude“

Deutschland, 2005.

20:30 BIS – Zentrum für

offene Kulturarbeit

**Do26  
MÄRZ**

**BÜHNE**

**„Der jüngste Tag“**

Drama von Ödön von

Horváth.

20:00 Theater Mönchen-

gladbach

**KIDS**

**Jugend-Disco ab 13 Jahren**

18:00-21:00 Jugendclubhaus

MG-Westend

**SONSTIGES**

**Informationsveranstaltung für werdende Eltern**

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

**Sturzprävention**

Vortrag:

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Fr27  
MÄRZ**

**MUSIK**

**„Amore e passione“**

In seinem neuen musika-

lischen Programm stellt

Konrad Beikircher erneut

sein musikalisches Können

unter Beweis.

20:30 Kunstwerk Wickrath/

Das Rote Krokodil

Die einzig wahre

**SUNRISE**  
SUNRISE REVIVAL PARTY

Vol.5

**Samstag  
28. März. 2009**

**DJ's  
Christoph Bovelet  
Markus Ludwig**

**Beginn: 21:30 Uhr**

**Eintritt: 6,- Euro**

**Einlass ab 21 Jahre**

Mit dem kostenlosen E-Mail Newsletter erhältst Du alle aktuellen Informationen rund um die Sunrise Revival Party und unsere anderen Party-Veranstaltungen.

Die Website zur Sunrise Revival Party

[www.sunriseparty-mg.de](http://www.sunriseparty-mg.de)

Bilder, Termine, Infos, Blog und mehr...

Jetzt bestellen unter

[www.sunriseparty-mg.de](http://www.sunriseparty-mg.de)



**Location:** Spielplatz Club  
Aachener Straße 17 - 19  
(ehem. 30 Carat)  
41061 Mönchengladbach  
[www.spielplatz-club.com](http://www.spielplatz-club.com)

**Termine:** Samstag, 28.3.2009  
Samstag, 27.6.2009  
Samstag, 26.9.2009  
Samstag, 12.12.2009

Den HINDENBURGER gibt es auch im Netz unter: [www.hindenburger.de](http://www.hindenburger.de)



**Sunrise Revival Party Vol. 5**

Sa. 28.3.2009, 21:30

**Spielplatz Club**

Auch dieses Jahr gibt es eine Fortsetzung der beliebten SUNRISE REVIVAL PARTIES in Mönchengladbach. Zusammen mit den beiden Resident DJs Christoph Bovelet und Markus Ludwig werden auch wieder wechselnde Guest DJs erwartet, die für musikalische Abwechslung mit Sounds aus den 80er- und 90er-Jahren, gemischt mit aktuellen Hits, sorgen werden. Mehr Informationen gibt es auf der Website zur Party unter [www.sunriseparty-mg.de](http://www.sunriseparty-mg.de).

**BÜHNE**

**„Pique Dame“**

Oper in drei Akten von Peter Tschaikowsky. In russischer Sprache mit deutschen Übertiteln. 20:00 Theater Mönchengladbach

**„Völlig ausgebucht“**

Komödie von Becky Mode. 20:00 Theater Spielplatz

**KIDS**

**Kinder-Disco bis 13 Jahren**

14:30-17:00 Jugendclubhaus MG-Westend

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul. 20:00 Bar Plastique

**Party-Freitag**

Blackmusic 22:00 Black & White

**SPÖ Party**

Rock & Classics 23:00 La Bougie

**SONSTIGES**

**Beobachtungabend mit dem Teleskop**

Die inneren Planeten Merkur und Venus. 20:00 Sternwarte Rheindahlen

**Sa 28 MÄRZ**

**MUSIK**

**„Avanti Dilettanti!“**

Ein italienisch-deutscher Liederabend. 20:00 Theater Mönchengladbach

**BÜHNE**

**„Völlig ausgebucht“**

Komödie von Becky Mode. 20:00 Theater Spielplatz

**KIDS**

**Lesung:**

**„Die Osterschildekröte“**

Eine spannende Osterhasengeschichte von Guido Kasemann für Kinder ab 8 Jahre. Eintritt frei! 14:00 Mayersche Buchhandlung (Theatergalerie)

**PARTY**

**Plastique**

House – Chill House – Elektro – Soul. 20:00 Bar Plastique

**Ü30-Party**

20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

**Sunrise Revival Party Vol. V.**

Hits der 80er und 90er präsentiert von den DJ's Christoph Bovelet und Markus Ludwig. 21:30 Spielplatz Club

**• siehe oben**

**Party-Samstag**

Blackmusic. 22:00 Black & White

**Generation Pop**

DJ Hejo und DJ Tom D.: Pop – Alternative – Indie – Sixties. 22:15 Galerie Café Message

**SONSTIGES**

**Trödelmärkte**

6:00-16:00 Trabrennbahn 8:00-14:00 Schlafhorst

**Wickrather Markt zum Broicher Hof und zurück**

Exkursion mit dem Verein Niederrhein. 14:00 Treffpunkt: Wickrath Markt

**So 29 MÄRZ**

**MUSIK**

**„Avanti Dilettanti!“**

Ein italienisch-deutscher Liederabend. 19:30 Theater Mönchengladbach

**BÜHNE**

**„Yvonne, die Burgunderprinzessin“ (Matinee)**

11:15 Theater Mönchengladbach (Studio)

**„Schöner wird's nicht“ oder „Das Leben beginnt mit 40 und andere Märchen“**

Mit umwerfender Mimik, schauspielerischem Talent und grenzenloser Lust an komischer Darstellung hat Rüdiger Höfken das Publikum im Handumdrehen auf seiner Seite. 20:00 Theater Spielplatz

**Kastanienhof**

Hotel - Restaurant

Tägliches Frühstücksbuffet inklusive Kaffee u. Saft 6,90  
Sonntags-Familien-Brunch von 11.00 bis 15.00 Uhr 14,90

[www.kastanienhof-hotel.de](http://www.kastanienhof-hotel.de)

Krefelder Str. 765 - Tel. 021 61-8 21 20 60

**KIDS**

**„Der Froschkönig“**

Ein Theaterstück für Kinder ab 3 Jahre. Das Niederrheintheater zeigt wieder eine ganz eigene, liebevolle, komische und die Kinderherzen begeisternde Version des bekannten Märchens. Mit Verena Bill und Michael Koehnen. 15:00 Theater Spielplatz

**SONSTIGES**

**Mit den Zugvögeln das Frühjahr begrüßen**

Führung des Naturschutzbundes (NABU). Die ersten Zugvögel kehren wieder zu uns zurück. Beste Zeit also, um im Bunten Garten langsam die vielfältigen Gesänge zu lernen. 7:00 Konzertmuschel Kaiser-Friedrich-Halle

**Trödelmarkt**

11:00 real,- Krefelder Str. 131

**Aufbruch und Krieg wurde zur Musik (1785-1793)**

Dekadenz des Adels am Versailler Hof, Erwachen des Dritten Standes, Geburt einer Nationalhymne, Ende eines Monarchen. Vortrag der Otto-von-Bylandt-Gesellschaft. 11:30 Schloss Rheydt

**Mo 30 MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Vortrag: Das eigene Haus als Rente?**

19:30 VHS, Haus Berggarten

**Di 31 MÄRZ**

**SONSTIGES**

**Rezeptideen für das Osterfest**

Workshop für Erwachsene. 18:00 InfoCenter Ernährung u. Haushaltstechnik der NVV  
**Informationsveranstaltung für werdende Eltern** 18:30 Elisabeth-Krankenhaus

**Forum Gesundheit: Vital altern – Altersmedizin**

Vortrag. 19:30 VHS, Haus Berggarten

**Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.**

Engelsholt 143, 41069 MG, 02161/573113 <http://astro-mg.de>

**Bar Plastique**

Waldhausener Str. 25, 41061 MG [www.bar-plastique.de](http://www.bar-plastique.de)

**Best Western Crown Hotel**

Aachener Str. 120, 41061 MG, 02161/3060 [www.crown.bestwestern.de](http://www.crown.bestwestern.de)

**Bezirkssportanlage Rheindahlen**

Mennrather Str. 37, 41179 MG

**BIS – Zentrum für offene Kulturarbeit**

Bismarckstr. 97-99, 41061 MG, 02161/181300 [www.bis-zentrum.de](http://www.bis-zentrum.de)

**Black & White**

Waldhausener Str. 34, 41061 MG [www.blackandwhite-mg.de](http://www.blackandwhite-mg.de)

**Briefmarkenfreunde 1924 e. V.**

Eisenacher Str. 2, 41069 MG, 02161/540038 [www.briefmarken-mg.de](http://www.briefmarken-mg.de)

**Citykirche**

Abteistr. 37, 41061 MG, 02161/46233243 [www.citykirche-mg.de](http://www.citykirche-mg.de)

**Comet Cine Center**

Viersener Str. 8, 41061 MG, 02161/8144-0 [www.comet-cine-center.de](http://www.comet-cine-center.de)

**Denk Mal (Geneickener Hof)**

Geneickener Str. 75 41238 MG, 02166/940572 [www.denkmal-geneickenerhof.de/](http://www.denkmal-geneickenerhof.de/)

**Deutsche Rentenversicherung Rheinland**

Lürriper Str. 52, 41065 MG, 02161/497-01 [www.deutsche-rentenversicherung-rheinland.de](http://www.deutsche-rentenversicherung-rheinland.de)

**Die Spindel**

Johann-Peter-Boelling-Platz 3, 41061 MG, 02161/14700 [www.die-spindel.de](http://www.die-spindel.de)

**DJK SF 08 Rheydt**

Augsteinstr. 30, 41179 MG [www.djk-rheydt.de](http://www.djk-rheydt.de)

**Ev. Hauptkirche Rheydt**

Hauptstr. 90, Marktplatz, 41236 MG, 02166/46557

**Folk & More Music Club**

02166/9509850 [www.folkandmore.de](http://www.folkandmore.de)

**FSC Mönchengladbach**

Mennrathschmidt 61, 41179 MG, 02161/3032820 [www.fsc-mg.de](http://www.fsc-mg.de)

**Fuchsbau**

Schlaaweg 18, 41069 MG, 02161/559307 [www.fuchsbau-mg.de](http://www.fuchsbau-mg.de)

**Galerie Café Message**

Sophienstr. 17, 41065 MG, 02161/6243156 [www.cafe-message.de](http://www.cafe-message.de)

**Galerie Löhrl**

Kaiserstr. 58-60, 41061 MG, 02161/200762, [www.galerieloehr.de](http://www.galerieloehr.de)

**Gasthof Loers**

Mürriegerstr. 17, 41068 MG, 02161/953920 [www.gasthofloers.de](http://www.gasthofloers.de)

**Gaststätte Am Döre Strüxke**

Hamerweg 140, 41068 MG, 02161/51392 [www.doerestruecke.de](http://www.doerestruecke.de)

**Grenzlandstadion**

Seminarstr. 20, 41236 MG

**Haus Erholung**

Johann-Peter-Boelling-Platz 1, 41061 MG, 02161/10094

**Herr Rossi**

Waldhausener Str. 57-61, 41061 MG, 02161/2473307 [www.rossi-mg.de](http://www.rossi-mg.de)

**InfoCenter Ernährung und Haushaltstechnik der NVV**

Odenkirchener Str. 201, 41236 MG, 02166/688-2252 [www.nvv-ag.de](http://www.nvv-ag.de)

**Jahnhalle**

Volksgartenstr. 165, 41065 MG, 02161/482740

**Jugend-Clubhaus Westend**

Alexianerstr. 6, 41061 MG, 02161/837005 [www.jugendclubhaus-westend.de](http://www.jugendclubhaus-westend.de)

**Kaiser-Friedrich-Halle**

Hohenzollernstr. 15, 41061 MG, 02161/10094 [www.kfh-mg.de](http://www.kfh-mg.de)

**Kastanienhof**

Krefelder Str. 765, 41066 MG, 02161/8212060 [www.kastanienhof-hotel.org](http://www.kastanienhof-hotel.org)

**Kleingartenanlage „Pilatus Kall“**

Neuwerker Str. 41, 41065 MG

**Klosterkirche Neuwerk**

Dammer Str. 165, 41066 MG, 02161/668-1014 [www.klosterkirche-neuwerk.de](http://www.klosterkirche-neuwerk.de)

**kunstraumno. 10**

Matthiasstr. 10, 41063 MG, 0177/6546963 [www.raum-fuer-kunst.de](http://www.raum-fuer-kunst.de)

**Kunstwerk Wickrath/ Das Rote Krokodil**

Wickrathberger Str. 18b, 41189 MG, 02166/133930 [www.kunstwerk-events.de](http://www.kunstwerk-events.de) [www.rotes-krokodil.de](http://www.rotes-krokodil.de)

**La Bougie**

Jahnplatz 10, 41236 MG, 02166-942727 [www.labougie.de](http://www.labougie.de)

**Leichtathletikgemeinschaft Mönchengladbach**

Karrenweg 202, 41169 MG, 02166/88440 [www.lg-moenchengladbach.de](http://www.lg-moenchengladbach.de)

**Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH**

Voltastr. 2, 41061 MG, 02166/252411 [www.mgm.de](http://www.mgm.de)

**Mayersche Buchhandlung**

Theatergalerie, Hindenburgstr. 75, 41061 MG, 02161/81194-0 [www.mayersche.de](http://www.mayersche.de)

**Mayersche Buchhandlung**

Galerie am Marktplatz, Stresemannstr. 1-7, 41236 MG, 02166/99863-0 [www.mayersche.de](http://www.mayersche.de)

**Mayersche Buchhandlung**

Stresemannstr. 43, 41236 MG, 02166/94977-0 [www.mayersche.de](http://www.mayersche.de)

**Mönchengladbacher Kamevalsverband e. V.**

Stahlend 1, 41189 MG, 02166/953770 [www.mg-mkv.de](http://www.mg-mkv.de)

**Museum Abteiberg**

Abteistr. 27, 41061 MG, 02161/252631 [www.museum-abteiberg.de](http://www.museum-abteiberg.de)

**Musikschule Mönchengladbach**  
Lüpertzender Str. 83,  
41061 MG, 02161/256433  
www.musikschule-  
moenchengladbach.de

**NABU Deutschland  
Stadtverband Mönchen-  
gladbach e. V.**  
Hoppersfeld 43,  
41189 MG, 02166/82900  
www.nabu-mg.de

**Naturfreundehaus  
Mönchengladbach**  
Oberheydener Str. 20,  
41236 MG, 02166/42652  
www.naturfreunde-  
rheydt.de

**NVV AG**  
Odenkirchener Str. 201,  
41236 MG, 02166/6882714  
www.nvv-ag.de

**NVV Lions  
Mönchengladbach**  
02161/207013  
www.nvvlions.de

**Palace St. George**  
Konrad-Zuse-Ring 10,  
41179 MG, 02161/549880  
www.palace-st-george.de

**Quartier XO**  
Künkelstr. 125,  
41063 MG, 02161/2932660  
www.quartierxo.com

**Restaurant Blue Angel**  
Marktstr. 3,  
41236 MG, 02166/940343  
www.restaurant-blue-  
angel.de

**Scala**  
Wätelstr. 2-4  
41236 MG, 02166/31486  
www.peterrumpel.npage.de

**Schloss Rheydt**  
Schlossstr. 508,  
41238 MG, 02166/928900  
www.schlossrheydt.de

**Schloss Wickrath**  
41189 MG  
www.wickrather-schloss.de

**Schulzentrum Hardt**  
Vossenbäumchen 50,  
41169 MG

**Sektion Mönchengladbach  
des Deutschen Alpen-  
vereins e. V.**  
Hauptstr. 172,  
41236 MG, 02166/43983  
www.alpenverein-mg.de

**Spielplatz Club**  
Aachener Str. 17-19,  
41061 MG  
www.spielplatz-club.com

**Stadion Borussia Park**  
Hennes-Weisweiler-Allee 1,  
41179 MG, 02161/92930  
www.borussia.de

**Städt. Kliniken  
Mönchengladbach**  
Hardterwald-Klinik  
Louise-Gueury-Str. 400,  
41169 MG, 02161/522-0  
www.sk-mg.de

**Städt. Kliniken  
Mönchengladbach**  
Elisabeth-Krankenhaus  
Rheydt,  
Hubertusstr. 100,  
41239 MG, 02166/394-0  
www.sk-mg.de

**Städt. Museum Abteiberg**  
Abteistr. 27,  
41061 MG, 02161/252631  
www.museum-abteiberg.de

**Stadtsporbund  
Mönchengladbach e.V.**  
Berliner Platz 19,  
41061 MG, 02161/294390  
www.mg-sport.de

**Stadtteilbibliothek Rheydt**  
Am Neumarkt 8,  
41236 MG, 02161/258281  
www.hbz-nrw.de/kunden/  
gast/Moenchengladbach

**Sternwarte Rheindahlen**  
auf dem Wasserwerks-  
gelände der NVV  
Mennrather Str. 80,  
41179 MG

**Stift.-Hum. Gymnasium**  
Abteistr. 17,  
41061 MG, 02161/8236070  
www.huma-gym.de

**St. Johannes**  
Urftr. 214,  
41239 MG, 02166/31513

**St. Maria**  
Mürriger Str. 6,  
41068 MG, 02161/6880220

**Theatercafé Linol**  
Odenkirchener Str. 78,  
41236 MG, 02166/456058

**Theater Mönchengladbach**  
Odenkirchener Str. 78,  
41236 MG, 02166/6151100  
www.theater-kr-mg.de

**Theater Spielplatz**  
Waisenhausstr./  
Stresemannstr. 70,  
41236 MG, 02166/623813  
www.theater-spielplatz.de

**Trabrennbahn**  
Am Flughafen 5,  
41066 MG, 02161/663083/87

**Turnhalle Waisenhausstr.**  
41236 MG

**Verein für Aquarien-  
und Terrarienkunde**  
Aachener Str. 144,  
41061 MG, 02161/836737  
www.aquarienverein-mg.de

**Verein Niederrhein**  
02161/644385  
www.verein-niederrhein.de

**Verein zur Förderung des  
Rhein. Trabrennsportes e. V.**  
Mühlenstr. 123 a,  
41236 MG, 02166/248666  
www.mg-auf-trab.de

**Vfl 1900 Borussia  
Mönchengladbach e.V.**  
Hennes-Weisweiler-Allee 1,  
41179 MG, 02161/92931000  
www.borussia.de

**Volkshochschule**  
Haus Berggarten,  
Lüpertzender Str. 85,  
41061 MG, 02161/256404  
www.vhs-mg.de

**Volkshochschule**  
City-Haus, Mühlenstr. 2-4,  
41236 MG, 02161/258300  
www.vhs-mg.de

**Volksverein  
Mönchengladbach e. V.**  
Kirchplatz 11,  
41061 MG, 02161/8189 3-0  
www.volksverein.de

**Wissenschaftlicher Verein**  
Schürenweg 84,  
41063 MG, 02161/182578  
www.wissenschaftlicher-  
verein.de

**BRENDAN FRASER**

**AB 5.2. IM CINE CENTER** **EXKLUSIV IN DIGITAL 3D**

**DIE REISE ZUM MITTELPUNKT DER ERDE**

**EIN PLANET. ZWEI WELTEN.**

COMET CINE CENTER (7) Comet Cine Center, Viersener Str. 8 Ticket-Hotline 02161-814418

**EIN SCHONUNGSLOSES DUELL, DAS GESCHICHTE SCHRIEB.**

**MICHAEL SHEEN FRANK LANGELLA**

**FROST/NIXON**

**EIN FILM VON RON HOWARD**

**AB 5.2. IM CINE CENTER**

KEVIN BACON  
REBECCA HALL  
TOBY JONES  
MATTHEW MACFADYEN  
OLIVER PLATT  
SAM ROCKWELL

COMET CINE CENTER (7) Comet Cine Center, Viersener Str. 8 Ticket-Hotline 02161-814418



# AUGEN AUF BEIM EINKAUF

## Klartext im HINDENBURGER

Reden Sie mit!  
[www.hindenburger.de/blog](http://www.hindenburger.de/blog)

tun wenigstens etwas für ihr Geld und man bekommt ja auch einen Gegenwert, nicht wahr? Ich könnte jetzt noch stundenlang über dieses Thema philosophieren, aber dafür reicht leider der Platz nicht, auch wenn das Thema ein ganzes Sonderheft verdient hätte.

Gehen Sie einfach beim nächsten Einkaufsbummel mal mit offenen Augen durch die Stadt und achten Sie dabei auf Ihre Mitmenschen und deren Verhalten gegenüber denjenigen unter uns, die es nicht so gut getroffen haben. Dann, wenn Sie abends nach geschafften Einkäufen zu Hause in Ihrer warmen Wohnung sitzen, sich in Ihre warme Decke auf dem Sofa kuscheln nachdem Sie mit Ihrer Familie zu Abend gegessen haben, denken Sie doch einfach einmal darüber nach, wie schnell es eigentlich auch Ihnen passieren kann, plötzlich ohne Job, ohne Wohnung, ohne soziale Sicherheit und Geborgenheit dazustehen, hoffnungslos, verarmt und ungeschützt. Dafür reicht schon genau so eine Krise, wie sie jetzt auf uns zukommt. Vielleicht reagieren Sie ja jetzt beim nächsten Mal anders, wenn man Sie um eine kleine Spende bittet, nächstes Jahr müssen Sie vielleicht um einen Euro betteln. Alternativ gibt es viele engagierte Menschen in unserer Stadt, die täglich daran arbeiten, zumindest die größte Not zu lindern. Egal für was Sie sich entscheiden, tun Sie etwas. Für sich selber, für uns und für die die schon jetzt nichts mehr haben.

### Die HINDENBURGER-Spendenaktion für Mönchengladbach

Ab der nächste Ausgabe des HINDENBURGER wird in jeder teilnehmenden Vertriebsstelle neben unserer Zeitschrift eine Dose stehen, in der Sie für Ihr kostenloses Exemplar einen Betrag von 1,- € spenden können. Die Gesamtsumme je Ausgabe wird wechselnden karitativen Einrichtungen und Vereinen zugute kommen, die daran arbeiten, die Not in Mönchengladbach zu lindern und bedürftigen Menschen zu helfen. Wir würden uns freuen, wenn Ihnen unser Heft diesen Euro wert ist.

In diesem Sinne  
**Ihr Bissmarc**

Sind Sie in der letzten Zeit mal mit offenen Augen durch die Stadt gelaufen? Wenn ja, ist Ihnen etwas aufgefallen? Ich meine nicht die ganzen Schilder in den Schaufenstern, die mir in diversen Sprachen, nur nicht auf Deutsch mitteilen, dass Ausverkauf ist. Auch meine ich nicht die prächtige, von der Stadt und allen ansässigen Händlern gleichberechtigt getragenen und gezahlten, ökologisch korrekte Weihnachtsverschönerungsmaßnahmen der Hindenburgstraße, und nein, ich meine auch nicht unseren mittlerweile in ganz NRW berühmten Weihnachtsmarkt.

Mir geht es diesmal nur um Menschen. Nicht die konsumbegeisterten, von einer bösen Krise bedrohten Menschen, sondern um diejenigen unter uns, die seit Jahren nicht mehr konsumbegeistert sein können, ihre persönliche Wirtschafts- (und Sinn-) Krise längst haben und meistens nicht einmal mehr wie Menschen behandelt werden oder wie solche leben können.

Mittlerweile kommen mir einige unserer Obdachlosen wie alte Bekannte vor, schließlich begegne ich ihnen täglich, wenn sie mich um eine kleine Spende anbetteln. Oft auch mehrmals täglich. Wie sollen sie sich denn auch ein Gesicht merken in der anonymen Masse der Vorbeigeher, Ignorierer und Vorurteilsträger. Sicher, Alkohol und Drogen sind meistens im Spiel – womit sonst kann denn der Lebens- und Leidenschmerz besser und günstiger betäubt werden? Gewalt und Aggression gibt es wohl auch. Wären Sie immer nett, wenn das Leben hoffnungslos ist und die Umwelt ablehnend und voller Vorurteile reagiert?

Haben wir eine gesellschaftliche Antwort auf dieses uns doch irgendwie alle bedrohende Problem der Armut? Außer vor Feiertagen und bei Anfällen von Mitleid wohl eher nicht. Mal ein Euro hier und da beruhigt das Gewissen – man hat ja jetzt etwas getan, das muss nun aber auch reichen für diesen Monat. Alternativ kann man ja auch die neue „Fifty-Fifty“ vom Stammverkäufer vor Sinn oder an der Theatergalerie kaufen. Die

**Verlag:**  
 HINDENBURGER – Zeitschrift für  
 Mönchengladbach und Rheydt erscheint bei:  
 Marktimpuls GmbH & Co. KG  
 Hindenburgstr. 56, 41061 Mönchengladbach  
 Tel. 02161/8278276, Fax 02161/8278297

info@hindenburger.de  
 www.hindenburger.de

Amtsgericht Mönchengladbach, HRA 5838  
 St.-Nr.: 121 5812 0774, Marktimpuls Verwaltungs GmbH,  
 Anschrift wie oben, HRB 11530

**Geschäftsführer:**  
 Sascha Broich, Marc Thiele

**Herausgeber:**  
 Marktimpuls GmbH & Co. KG  
 Sascha Broich (V.i.S.d.P.), Marc Thiele

**Redaktion:**  
 Chefredakteur: Sascha Broich (sb)  
 Tel. 02161/8278276  
 Fax 02161/8278297  
 E-Mail: redaktion@hindenburger.de

**Redaktionelle Mitarbeiter:**  
 Sascha Broich (sb), Esther Hürter (eh), Martin Huth (mh),  
 Corinna Ingenhaag (ci), Andrea Peters (ape), Alice Poloczec (apo),  
 Ingo Rütten (ir), Susanne Schnabel (sus), Julia Siegers (js),  
 Marc Thiele (mt), Myriam Topel (my), Stefan Völker (sv)

**Anzeigen/Vertrieb:**  
 Leitung: Marc Thiele  
 Tel. 02161/8278276  
 Fax 02161/8278297  
 E-Mail: media@hindenburger.de

**Anzeigenverkauf/Anzeigenberatung:**  
 Esther Hürter  
 Aktuelle Mediadaten unter  
[www.hindenburger.de/mediadaten.pdf](http://www.hindenburger.de/mediadaten.pdf)

**Grafik:**  
 Marktimpuls GmbH & Co. KG  
 Satz & Layout: Sandra Ophai, Sascha Broich, Stefan Voeller  
 Webdesign: Marc Thiele, Andreas Mohr

**Druck:**  
 Weiss-Druck GmbH & Co. KG  
 Hans-Georg-Weiss-Straße 7, 52156 Monschau  
[www.weiss-druck.de](http://www.weiss-druck.de)  
 Auflage: 35.000

**HINDENBURGER Abo:**  
 Ein Abo (6 Ausgaben, Inland) kostet 18,- € inkl. 7 % MwSt.  
 Mehr Informationen unter [www.hindenburger.de](http://www.hindenburger.de).

Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen, Geschäften und  
 Gastronomiebetrieben im Erscheinungsbereich.

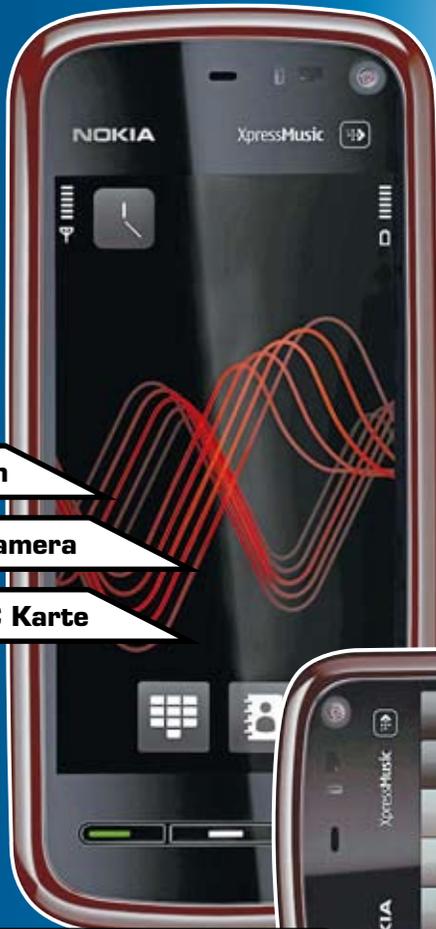
Für die Richtigkeit der Termine und Anzeigentexte kann der Verlag keine Gewähr übernehmen. Alle Berichte und Beiträge sind nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Autoren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte Unterlagen jeglicher Art übernimmt der Verlag keine Haftung. Satiren und Kolumnen verstehen sich als Satire im Sinne des Presserechts. Nachdruck des gesamten Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Freigabe des Verlages.  
 Alle Rechte liegen beim Verlag.

# DER SCHNELLSTE WEG!



[www.zepter-webshop.com](http://www.zepter-webshop.com)

# DIE MOBILSTE TECHNIK! GNADENLOS GÜNSTIG!



3,2" Touchscreen

3,2 Megapixel Kamera

8 GB microSDHC Karte

# 1

Preis ohne Vertrag: € 349.-



**debitel**  
Einfach S

**IHR VORTEIL:**

- **Attraktiver Mindestgesprächsumsatz für alle Gespräche, SMS und MMS verwendbar**

**€ 0,- Monatsgrundgebühr**

1 Einmaliger Anschlusspreis € 25,95. Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Gilt nur in Verbindung mit der Freischaltung einer debitel-card im T-Mobile Deutschland Netz im Tarif debitel Einfach S. Monatsgrundpreis € 0,-. Mindestumsatz € 19,95 gültig für Inlandsgespräche (ausgenommen sind Rufumleitungen, Verbindungen zu Sonderrufnummern und zu Kurzwahlen, Fax-, Daten-, HSCSD-, GPRS-/UMTS- und WAP-Verbindungen), SMS und MMS; inklusive Rechnung Online. Papierrechnung kostet monatl. 0,99 € Aufpreis, nachträglicher Wechsel auf Papierrechnung kostet einmalig € 5,95. Minutenpreise Inland € 0,39 - € 0,49 (Auszug aus der debitel Preisliste). Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Saturn.



## NOKIA 5800 XPRESSMUSIC ROT

Musik, Videos und andere Medien sind nur eine Berührung entfernt. Die Medienleiste ermöglicht einen besonders schnellen Zugriff auf unterschiedliche Medien. Videos werden auf dem breiten hochauflösenden Display brilliant wiedergegeben. Die integrierten Stereolautsprecher und ein leistungsfähiger Musik-Player bieten herausragende Klangqualität mit Surroundsound. Laden Sie neue Songs auf die 8 GB große microSDHC Speicherkarte und synchronisieren Sie Ihre Musiksammlung mit Nokia Music und Ihrem PC. Art. Nr.: 122 6365

**KEINE MITNAHMEGARANTIE. SOFERN NICHT VORHANDEN, GLEICH BESTELLEN.**

**Mönchengladbach-City**

Hindenburgstrasse 42, direkt neben P&C

Tel.: 02161/30950

[www.saturn.de](http://www.saturn.de)



# SATURN

**WIR HASSEN TEUER!**

Querschnitt  
Angebot gültig ab 01.02.09. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Irrtümer und technische Änderungen vorbehalten.