

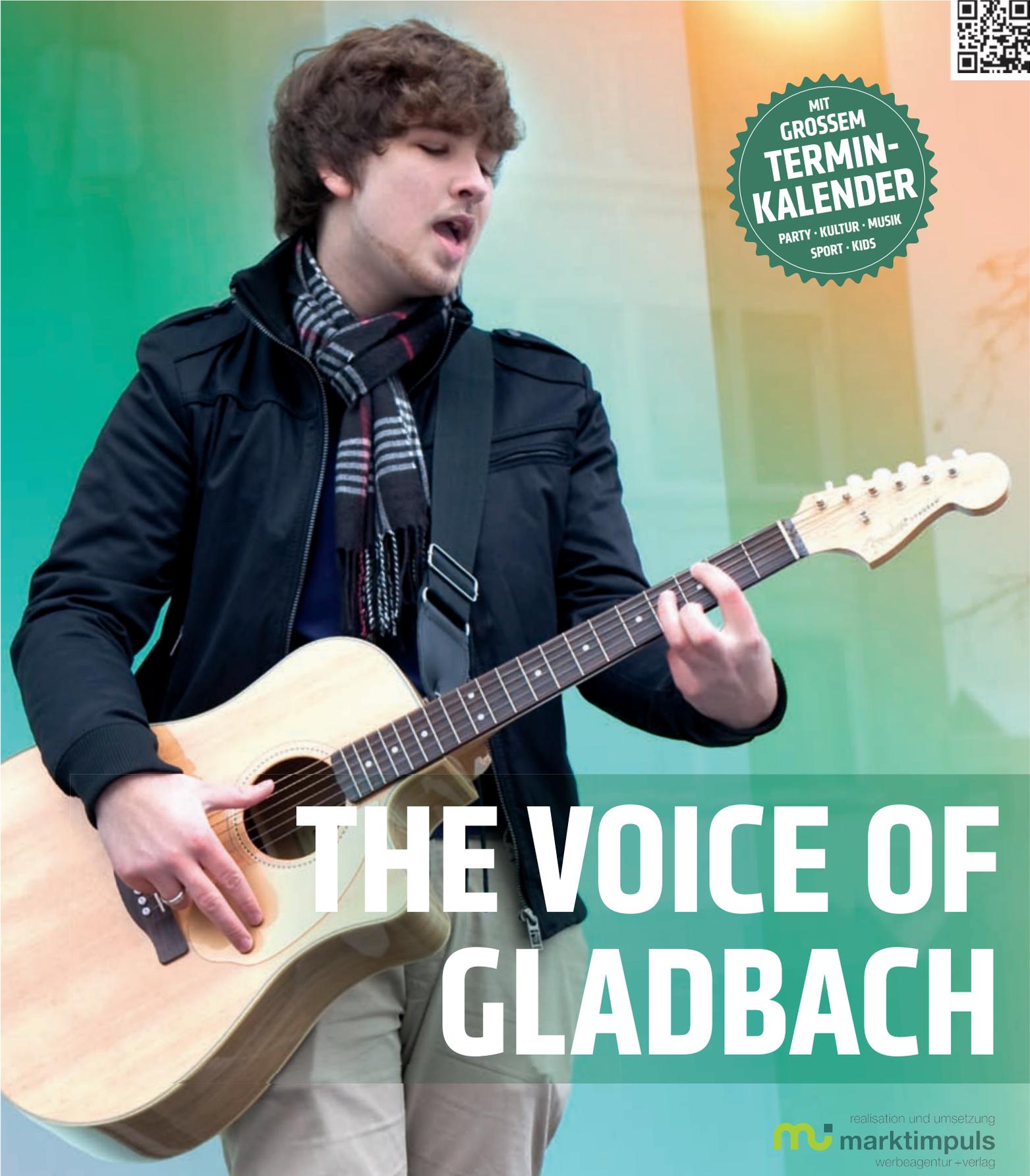
FEBRUAR 2013 · 7. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

HINDENBURGER

DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT



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



THE VOICE OF GLADBACH

realisation und umsetzung
m marktimpuls
werbeagentur + verlag



Niels und Platschi grüßen alle Jecken!

Natürlich lieben wir auch den Karneval. Darum kümmern wir uns auch in der fünften Jahreszeit um Energie, Trinkwasser, Mobilität und Bäder – damit Sie unbeschwert feiern können.

editorial

realisation und umsetzung
marktimpuls
 werbeagentur + verlag



Herausgeber Sascha Broich und Marc Thiele

Alles online:
www.hindenburg.de

Liebe Leserinnen und Leser,

unser Titelbild zielt in dieser Ausgabe der vielen Mönchengladbachern vor allem vom Hören bekannte Straßenmusiker Jeffrey Kolkman. Seit vier Jahren beschallt der erst 16 Jahre junge „Singer/Songwriter“ die Hindenburgstraße mit seiner außergewöhnlichen Stimme und hat viele Fans. Nicht nur die Ladenbesitzer drücken gerne mal ein Auge zu, wenn sich „The Voice of Gladbach“ etwas länger als erlaubt an der gleichen Stelle aufhält, selbst die Polizei ist begeistert und legte ihm einen „Recall-Zettel“ in den Gitarrenkasten. Was es damit auf sich hat, lesen Sie im Interview auf Seite 10.

Was liegt an im Februar? Für Feierlaunige hat die fünfte Jahreszeit längst begonnen: Der Karneval läuft auf Hochtouren und lockte die Narren bereits im Januar zu etlichen Festivitäten. Jetzt, kurz bevor sich

mit dem Veilchendienstag Gladbachs höchster Feiertag nähert, ist die Stadt voll närrischen Treibens. Jecken frönen dem klassischen Sitzungskarneval, andere verkleiden sich bis zur Unkenntlichkeit und feiern ausgelassen auf den vielen Partys, von denen Sie die meisten in unserem Terminkalender und auf Seite 16 finden. Wem das alles zuviel ist, der kann sich ja ein Nervenkostüm zulegen, aber bitte ein ganz dünnes.

Bissmarc geht aus und stellt die Altstadt auf den Kopf. Im ersten Teil seiner Tour, die in den nächsten Monaten fortgesetzt wird, zeigt der kritische Zeitgenosse, wo die Zeichen guter Gastlichkeit zu finden sind. Von Chill bis Thrill findet dabei nicht nur das junge Publikum seine Lieblingslocation, sondern auch der launische Mittwoch. Bitte verzeihen Sie

an dieser Stelle den Einsatz englischsprachiger Ausdrücke, aber die Übersetzungen ins Deutsche klingen einfach zu sehr nach Tattergreis.

Viel Spaß in Mönchengladbach wünschen Ihnen

Sascha Broich, Marc Thiele
 sowie die HINDENBURGER-Redaktion



Reden Sie mit!

Besuchen Sie den HINDENBURGER auch auf **Facebook!** Hier finden Sie ausgewählte Artikel zum Mitdiskutieren, tagesaktuelle Neuigkeiten aus der Stadt und Tipps zum Ausgehen und Feiern.

facebook.com/hindenburg

VERANSTALTEN · TAGEN · FEIERN



In der City und dennoch im Grünen finden Sie in großzügigem und elegantem Ambiente das Haus Erholung. In unmittelbarer Nähe zum Hans-Jonas-Park und gegenüber dem Museum Abteiberg liegt zentral das wunderschöne Haus.



Im Jahr 1861 gebaut, dient das imposante Bauwerk seither als erste Adresse für stilvolle Empfänge, Tagungen und Veranstaltungen in Mönchengladbach.

- 7 Tagungsräume für 10–300 Personen
- Schönes Ambiente zu guten Konditionen
- Exklusives Catering und bester Service
- Gewölbekeller für Partys



www.hauserholung.de
 oder **02161.10094**
 und **02161.2933639**



BROICH CATERING & LOCATIONS

HAUS ERHOLUNG

Inhalt

TITELBILD

Covermodel

Jeffrey Kolkman | Mönchengladbach | www.jeffreykolkman.de

Fotografie

Simone Stähn | Mönchengladbach | www.focus-s.de

Bildbearbeitung

Donna Schmelzer | Marktimpuls | www.marktimpuls.de

Interview



10 STADTGESPRÄCH
Jeffrey Kolkman

Damals



12 STADTGESCHICHTE
Die Albertuskirche

Lifestyle



30 HOCHZEIT 2013
Designer-Torten

Sport



42 BORUSSIA
Klangvolle Namen

Stadtleben

- 6 STADTGEFLÜSTER I**
Krefeld trifft Kölsche Karneval
Weinhaus Menrath
JeansPoint
- 7 BUCH VON SILVIA WEISE**
Glamour Gladbach
- 8 UMFRAGE**
Wilde Tiere im Zirkus?
- 8 LEBENSWEISHEITEN**
In Mönchengladbacher Platt
- 9 GLOSSE**
Vorsicht, Glatteis!
- 10 INTERVIEW**
Jeffrey Kolkman
- 12 STADTGESCHICHTE**
Die Albertuskirche
- 13 5 JAHRE BLUESTAR VERLAG**
Kleines Team, tolle Ideen
- 14 STADTGEFLÜSTER II**
Tiere suchen ein Zuhause
Eine-Welt-Laden
Theaterball 2013
- 15 JE OLLER, JE DOLLER**
Karneval bei der Caritas
- 16 KARNEVAL IN MG**
Die besten Termine
- 18 ATELYEAH**
Kreativwerkstatt

- 19 NACHHALTIGKEIT**
Der Elisenhof
- 20 STUDIEREN MIT KIND**
Teilzeit-Studium
- 22 LIVE IM AIRPORT**
Clubkonzerte im Terminal

Lifestyle

- 24 VALENTINSTAG**
Geschenk-Ideen
- 26 DURCHBLICK**
Die Brillenmode 2013
- HOCHZEIT 2013**
- 28 TIPPS UND TRENDS**
- 30 DESIGNER-TORTEN**
- 32 HOCHZEITSPLANER**
- 34 LOCATIONS**
- 36 BRAUTSTYLING**
- 37 HOCHZEITSMESSE**

Freizeit

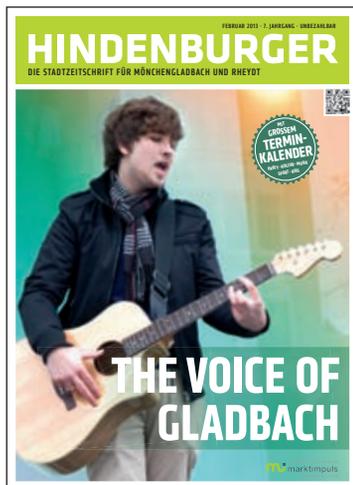
- 38 TIPPS FÜR KIDS**
Der Drache will heiraten
So ein Zirkus mit Puh Balluh ...
Museumsführung Schloss Rheydt
Basteln und Zeichnen
Kinderkarneval in MG
Buchtipp:
Rick Riordan - Diebe im Olymp
- 40 LITERATUR**
Von rasant bis positiv!
- 40 CDS UND DVDS**
Von schräg bis spannend!
- 41 KINO HIGHLIGHTS**
Kokowääh 2
Les Misérables
Cirque du Soleil
Die fantastische Welt von Oz
Klassik live aus der Met
Cine Arts live
Bolshoi Ballett

Sport

- 42 BORUSSIA**
Klangvolle Namen
- 44 MG WOLFPACK**
Aufstieg in die Verbandsliga
- 45 BOWLING**
Spaß und Fitness

Gesundheit

- 46 GESUND DURCH DEN KARNEVAL**
Schminke, Masken, Perücken & Co.
- 48 AUGENBLICK MAL!**
Farb- und Motivlinsen
- 49 HNO-ÄRZTE AM NIEDERRHEIN**
Droht ein Praxissterben?
- 50 IMPLANTATE**
Lösung bei Zahnverlust



Gesundheit



46 **GESUND DURCH DEN KARNEVAL**
Schminke, Masken etc.

Gastro



52 **BISSMARC GEHT AUS**
Wintertour, Teil 1

Gastro

52 BISSMARC GEHT AUS

Das Café
Gasthaus St. Vith
Mezcalito
Bar Plastique

Und sonst?

64 IMPRESSIONEN

Mezcalito
St. Vith
Messajero
Projekt 42
Café Kontor
Dead Guitars
The Pogs

66 IMPRESSUM

Termine

54 HIGHLIGHTS

Nachtglanz-Soiree
Pension Schöller
2. Chorkonzert

54 KONZERTE

55 AUSSTELLUNGEN

55 SPORT

56 TERMINE & EVENTS

im Februar

62 ADRESSEN

63 VERTEILSTELLEN

Hier erhalten Sie den
HINDENBURGER

medI-GYM
FITNESS HEALTHCLUB

ES IST VIERTEL VOR 12
FIT IN 2013 ZU SEIN !!!

39,-€*
NUTZEN SIE IHRE CHANCE
INCLUSIVE AUF 15.000 M²:
AUFNAHMEGEBÜHR

GESUNDHEITS-CHECK & TRAININGSPLANERSTELLUNG
1.500 M² TRAININGSFLÄCHE MIT MODERNSTEN KARDIO- UND
KRAFTGERÄTEN

ALLE POWER-PLATE-KURSE
ALLE KURSE VON CYCLING ÜBER ZUMBA BIS PILATES
NORDIC-WALKING & CIRKEL TRAINING
ALLE MINERALGETRÄNKE AUF DER FLÄCHE
ZUSATZANGEBOT: AQUA-FIT KURSE GEGEN AUFPREIS
NUTZUNG DER KOMPLETTEN 15.000 M² THERMENLANDSCHAFT
DER ASIA-THERME INKL. WHIRL- & SOLEPOOLS, SOWIE ALLER SAUNEN

WWW.MEDI-GYM.DE
FITNESS & HEALTHCLUB
HOLZKAMP 5-7, 41352 KORSCHENBROICH
TEL: 02161 - 67608

* MONATSBETRAG INKL. ALLER LEISTUNGEN BEI JAHRESVERTRAG / POWER PLATE INKL. BEI 2 JAHRESVERTRAG

BOWLING XXL
www.bowlingxxl.de

Einfach besser!

TAUSEND GRÜNDE ZU FEIERN
Weihnachtsfeiern, Firmenfeiern, Geburtstage
(auch für Kids) u.v.m.

Gastro- und Restaurantbereich bis 120 Personen,
NEU: Kult-Weinhaus für Ihre Sonderveranstaltungen

BILLARD **BADMINTON**

SPORT ARENA FACTORY

Wehnerstraße 1-7, 41068 Mönchengladbach (Waldhausen)
info@bowlingxxl.de, www.bowlingxxl.de
Tel.: 02161 - 837 083 Fax.: 02161 - 831 150

TICKER

Götterboten im Vitus Center

Sie kommen aus den Tiefen des Weltraums und stürzen in feurigem Flug auf unsere Erde herab: Meteorite! Von antiken



Kulturen wurden sie ehrfurchtvoll als Sendboten der Götter betrachtet und häufig gegessen sie religiöse Verehrung. Wir Menschen des 21.

Jahrhunderts sehen diese Himmelssteine etwas nüchterner, aber ihre unbeschreibliche Faszination haben sich die Meteoriten über alle Zeiten bewahrt. Eine besondere Ausstellung unter dem Titel „Götterboten – Feuer vom Himmel“ ist noch bis zum 9. Februar 2013 während der Öffnungszeiten (9:00-19:00 Uhr) im Vitus Center in Mönchengladbach zu sehen. Die Ausstellung wurde in mehrjähriger Arbeit vom Planetarium im süddeutschen Laupheim in Zusammenarbeit mit namhaften Meteoritenexperten entwickelt. Dabei wurde größter Wert auf eine allgemeinverständliche Darstellung gelegt.



Die Schlager-Hits des Jahres

Das wird eine mitreißende Live-Party mit Hits am laufenden Band: Am 20. Februar 2013 stehen die Superstars des deutschen Schlagers gemeinsam im KönigPALAST auf der Bühne. Einen Abend lang liefern bekannte Künstler und talentierte Newcomer Musikgenuss der Extraklasse. Michelle, Bernhard Brink, Nik P., Andreas Martin, Claudia Jung oder Fantasy – sie alle haben ihre beliebtesten Songs und viele tolle Überraschungen im Gepäck. Zusammen mit dem Publikum verwandeln die Lieblinge der Schlagerszene schlichte Konzerthallen mal in eine ausgelassene Feiermeile, mal in ein romantisches Lichtermeer. Bei diesem Mix aus tanzbaren Disco-Hits und gefühlvollen Balladen kommt jeder Fan deutscher Musik auf seine Kosten. Ein vielversprechendes Schlagerspektakel!

Mittwoch, 20. Februar 2013, Beginn: 19:30 Uhr

Eintrittspreise: von 45,35 € bis 59,15 €

Tickets erhältlich unter www.koenigpalast.de oder

Ticket-Hotline: 01805/570075

(14 ct. Mobilfunkpreise können abweichen)

Krefeld trifft Kölsche Karneval



Über 350 Mitwirkende, darunter zwei große Orchester, sorgen seit 2007 alljährlich bei der schon legendären großen Prunksitzung im KönigPALAST in Krefeld für Stimmung und ausgelassenes Feiern bei Närrinnen und Narren. Die Elite des Rheinischen Karneval lädt am 1.2.2014 (!) zum „Lachenden KönigPALAST“ ein. Es feiern unter anderem mit die Top-Bands Bläck Fööss, Höhner, Brings, De Räuber, De Paveier sowie Bernd Stelter, Marie L. Nikuta, Marita Köllner u. v. m.

„Wir finden es prima, dass seit sieben Jahren die Spitzenkünstler der Kölner Karnevalsszene nach Krefeld kommen. Beim „Lachenden KönigPALAST“ bringen wir den Straßenkarneval in die Halle“, so Veranstalter E. Bauer-Hofner, Konzert- und Gastspieldirektion Otto Hofner GmbH, Köln. Einmal im Jahr herrscht bei uns dann der Ausnahmezustand. Es wird geschunkelt, gebüzt und gelacht, es wird einfach wieder eine Mega-Party. Die Veranstaltung ist die beste originale Karnevalsparty am Niederrhein. Man muss diese Veranstaltung selbst erleben“, so Inge Kläßen vom KönigPALAST. Das Besondere an dieser Veranstaltung: Jeder Besucher kann seine Getränke oder seine Verpflegung selbst mitbringen. Alternativ können die Gäste ganz bequem auf das gastronomische Angebot im KönigPALAST zurückgreifen.

Tickets sind an allen bekannten CTS-Vorverkaufsstellen erhältlich. Karten kosten von 37,- € bis 46,50 €, VIP-Paket inklusive Buffet, Getränke und VIP-Parkplatz: 129,- €. www.koenigpalast.de

Wein aus aller Herren Länder

In einer ehemaligen Gärtnerei an der Herrenshofer Straße in Korschenbroich finden Weinliebhaber und Gourmets einen geschmackvollen Treffpunkt. Weine aus zwölf verschiedenen Ländern, feine Brände, edle Liköre und Whiskys finden sich im kulinarischen Sortiment ebenso, wie Essige und Öle sowie ausgewählte Feinkost-Produkte. Im Treibhaus der alten Gärtnerei befindet sich ein Weinbistro, in dem die Gäste abends in gemütlicher Atmosphäre aus einer zweiwöchentlich aktualisierten Speisekarte wählen können. Serviert werden saisonale Gerichte und internationale Spezialitäten. Begleitet werden die Köstlichkeiten von einer umfangreichen Weinkarte mit über 60 offenen Weinen. Den passenden Wein zu den Gerichten empfiehlt der freundliche Service gerne. Ein besonderer Kundendienst sind die individuell und liebevoll zusammengestellten Präsentkörbe für jeden Anlass. Dabei übernimmt das Weinhaus auch die Betreuung von Geschäftskunden und den Versand der Firmenpräsentate.



Weinhaus Menrath, Herrenshofer Str. 60, 41352 Korschenbroich, Tel. 02161/077655
www.weinhaus-menrath.de

Tschüss Hindenburgstraße!

Seit nunmehr 36 Jahren gibt es den „JeansPoint“ in Mönchengladbach. Jetzt schließen sich die Pforten in der Filiale an der Hindenburgstraße. Hauptgrund sind laut Inhaberin die erschwerten Bedingungen, die durch die Großbaustelle entstanden sind. Außerdem sei das Stadtbild durch die vielen leerstehenden Ladenlokale zunehmend unattraktiver geworden, was sich auch auf den Umsatz auswirke. Grund zur Trauer gibt es aber nur bedingt: Die „Jeans sind wir“-Familientradition von JeansPoint wird fortgesetzt. In der Rheydter Filiale können sich die Kunden wie gewohnt weiterhin in familiärer und gemütlicher Atmosphäre vom fachkundigen Team bei einem leckeren Kaffee beraten lassen und tolle Angebote finden. (sk)



JeansPoint Rheydt, Markt 5
41236 MG, Tel. 02166/9985959

Menschen, die den Tag bunt machen

Silvia Weise stellt in ihrem Buch „Glamour Gladbach“ Leute vor, die ihr bei ihrer 20-jährigen Tätigkeit als Lokaljournalistin aufgefallen und in Erinnerung geblieben sind.



Autorin Silvia Weise **ließ sich von den Menschen im Buch dazu inspirieren**, ihr Leben zu ändern.

Meine Artikel für den Stadtspiegel hinterließen Druckerschwärze an den Fingern, landeten ungefragt im Briefkasten und waren am nächsten Tag schon wieder vergessen. Ich wollte endlich etwas Schönes schaffen, das bleibt und vielleicht auch deshalb einen Wert hat, weil man es gerne kauft“, sagt Silvia Weise zum Grund für den beruflichen Wechsel von der Lokalredakteurin zur Buchautorin. Nach der Idee zum Buch machte sie kurzerhand eine Liste mit Menschen, die sie im Zuge ihrer Arbeit kennengelernt hatte. Charaktere, die sie in irgendeiner Art und Weise beeindruckten oder anspornten. Leute, die zwar nicht im Rampenlicht stehen, aber etwas Besonderes ausstrahlen. Der Titel fürs Buch stand direkt fest.

Silvia Weise: „Glamour bringt man normalerweise nicht mit Mönchengladbach in Verbindung und doch gibt es hier Menschen, die hervorstechen, die Besonderes schaffen oder besonders sind. Ich wollte sie in meinem Buch wie Promis behandeln und darstellen.“ Schon auf dem Cover ist zu sehen, was die Autorin meint. Eine ältere Dame posiert hier im schicken Outfit und stemmt selbstbewusst den Arm in die Taille. Silvia Weise: „Ich habe Thekla Vaassen, die in meinem Buch porträtiert wird, bei einem „Kurs für schönes Gehen“ kennengelernt. Sie hat nach ihrem Berufsleben als

Verwaltungsangestellte ihren Traum verwirklicht und ist heute Seniorenmodel. Mir war sofort klar, dass Thekla aufs Cover soll.“ In „Glamour Gladbach“ finden sich viele weitere Persönlichkeiten, die von ihren Träumen, Ansichten oder Tätigkeiten erzählen und den Leser mitreißen in die Welt der Möglichkeiten, sein Leben zu gestalten. Zwischendrin gibt es Bilder von Streetmodels, die eigentlich keine Models sind, sondern Leute, die Silvia Weise auf dem Spaziergang durch die Stadt getroffen hat. Bei den Fotos wurde sie von den befreundeten Pressefotografen Andreas Baum und Markus Rick unterstützt. Dass die Geschichten in „Glamour Gladbach“ zum Nachdenken anregen, beweist die Autorin selber. Nachdem das Buch fertig war, kündigte sie beim Stadtspiegel, um ihr Leben zu ändern, und stürzt sich nun ins berufliche Abenteuer. Silvia Weise: „Ich habe zwei Romane in Planung und werde demnächst in meinem Blog Artikel veröffentlichen. Auch das Konzept von „Glamour Gladbach“ würde ich gerne fortführen. Hier schwebt mir vor, ein paar Monate nach Lille in Frankreich zu fahren und über die Menschen zu schreiben, die mir dort begegnen.“



Covermodel Thekla Vaassen wird in Glamour Gladbach porträtiert.

Text: Sabrina Kinnapri

NEU!

AB FEBRUAR IM KIOSK

GASTRO GUIDE

LINKER NIEDERRHEIN



Mönchengladbach

Krefeld

Viersen

Heinsberg

Neuss

Konzeption und Realisation

HINDENBURGER
DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT

marktimpuls
werbeagentur + verlag

NACHGEFRAGT

Manege frei!

Sind wilde Tiere im Zirkus noch zeitgemäß?
Wir haben Mönchengladbacher Bürger nach ihrer Meinung gefragt.

Der Zirkus Universal Renz gastierte im Januar im Nordpark. Auf den vielen bunten Plakaten sah man Elefanten Männchen machen und Pferde mit aufwändigem Schmuck in der Manege posieren. Allerdings rückt das Tierschutzbewusstsein immer mehr in die Mitte der Gesellschaft und deshalb wollten wir in unserer Umfrage wissen: Ist der Zirkus überhaupt noch zeitgemäß? Das Ergebnis war eindeutig. Alle Befragten sprachen sich für ein Auftrittsverbot auf öffentlichen Flächen für Zirkusse mit Wildtieren in Mönchengladbach aus und wiesen auf vielfältige Alternativen mit Akrobaten und anderen Künstlern hin. Also höchste Zeit für unsere Stadt, etwas an diesem Missstand zu ändern und sich den mittlerweile fast 30 anderen deutschen Städten sowie 14 EU-Staaten anzuschließen, die bereits Verbote oder starke Einschränkungen durchgesetzt haben.

Text: Livia Hilgers



Irmgard Kehr, 51

Als Kind fielen mir schon die Verhaltensstörungen bei Tieren im Zirkus auf, das so genannte „Weben“. Die Kunststücke, welche die Tiere machen müssen, sind absolut nicht artgerecht. Ich finde auch, dass der Zirkus den Kindern vollkommen falsche Werte bezüglich des Umgangs mit Tieren vermittelt.



Friedrich Becker, 70

Tiere sollten dort bleiben, wo sie hingehören: in der Natur. Auch Zoos haben oft zu wenig Platz und die Haltung ist nicht artgerecht. Ich würde ein deutschlandweites Auftrittsverbot begrüßen. Auch kleine Wanderzirkusse haben oft nicht genug Geld, um ihre Tiere zu versorgen.



Andreas Schüller, 27

Als Kind habe ich schon den Zirkus besucht und war auch begeistert. Heute sehe ich das aber kritischer und glaube, dass Konzept „Zirkus“ ist veraltet und wird wahrscheinlich auslaufen. Für die Tiere ist auf den Reisen eine artgerechte Versorgung nicht gewährleistet, weil das Geld fehlt.



Friederike B., 60

Ich habe das letzte Mal den Zirkus Roncalli in Düsseldorf besucht und der kommt ja zum Glück schon immer ohne große Tiere aus, nur Haustiere wie Hunde und Pferde treten auf. Ich bin gegen die langen Transporte von Wildtieren, da diese puren Stress für sie bedeuten.



Paula Häusler, 14

Für meinen kleinen Bruder wäre ein Zirkus ohne Tiere unvorstellbar und langweilig. Ich selbst würde ein Verbot aber begrüßen, aber ich habe selbst auch nie großes Interesse am Zirkus gehabt. Wenn es schon ein Besuch im Zirkus sein muss, dann mit menschlichen Artisten wie im Zirkus Flic Flac zum Beispiel.



Barthel Swiadek, 27

Ich bin auch absolut für ein Verbot, da ich nicht glaube, dass ein Zirkus großen Tieren den nötigen Platz und artgerechte Verpflegung und Umgang bieten kann, die sie aber brauchen. Haustiere wie Ziegen oder Hunde sehe ich weniger problematisch, da sie weniger Ansprüche haben. Außerdem gibt es zum Glück ja Alternativen ohne Tiere.



ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

Lebensweisheiten in Mönchengladbacher Platt

Von Ärbeet on Brasselej – von Arbeit und sich abmühen.

Von de Peck op li-ere – von der Pike auf lernen, denn wenn man alles von Anfang an in vollem Umfang erlernt, bringt es den höchstmöglichen Erfolg.

Früher musste man Li-erjald betaa-le – Lehrgeld bezahlen, und zwar an den Meister, bei dem man die Ausbildung machte. Im übertragenen Sinn wird der Spruch heute ge-

nutzt, wenn jemand Erfahrungen sammeln muss, auch wenn sie einmal negativ sind.

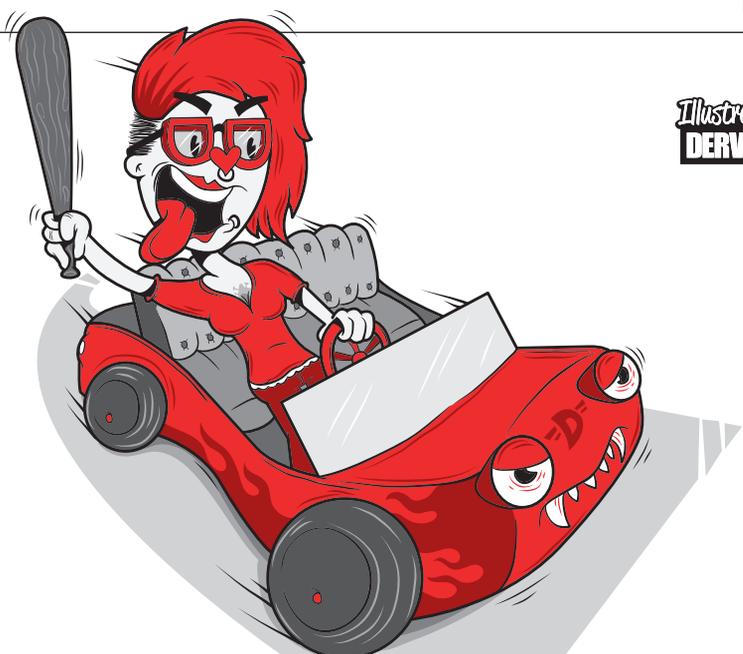
Als Vorbedingung einer Meisterprüfung mussten die Handwerksburschen **op Walz jonn** – auf Walz (Wanderschaft) gehen, um in der Fremde von Handwerksmeistern möglichst viel zu lernen.

Dabei musste aber keiner **et Rad nöj erfenge wol-le** – das Rad neu erfinden wollen, wenn bereits Bewährtes vorhanden war. Da jeder Mensch anders ist, sollte man **net all övver eene Liiß schlaare** – nicht alle über einen Leisten (aus dem Schuhmacher-Handwerk) schlagen. Es sei denn **eener dri-ende**

am Rad – einer drehte am Rad, drehte durch und konnte sein Verhalten nicht mehr steuern.

Wenn bei der Arbeit mal etwas Schlimmeres passierte hieß es: **Doh öß en Popp vom Daak jefalle** – Da ist eine Puppe (Strohuppe zur Dachabdichtung) vom Dach gefallen. Wir wünschen, dass Ihnen bei der Arbeit oder beim Heimwerken in der Hinsicht nichts passiert.

Zusammengestellt von **Helmut Schrammel**.
Verwendete Literatur: **Oss platte Schprock – wi die Alde kallde**, von Kurt P. Gietzen



Vorsicht, Glatteis!

Text: Donna Schmelzer

Ich erinnere mich noch gut an meine erste Fahrstunde – liegt ja auch erst fünf Jahre zurück. Ich habe das Auto abgewürgt, hatte Angst vor zu schnellem Lenken, war verzweifelt und Gaspedal und Bremse durften nur unter absoluter Vorsicht getreten werden.

Mittlerweile komme ich sicher von einem Ort zum nächsten. Leider habe ich das Gefühl, als wäre „sicher“ nicht für jeden Autofahrer das richtige Wort, besonders im Winter. Beruflich bedingt, hatte ich das Vergnügen, montagmorgens von Mönchengladbach nach Krefeld zu fahren. Nachdem es bereits Samstag und Sonntag geschneit hatte, kam es mehr als überraschend, dass auch am Montag Schnee auf der Straße lag. In dem festen Glauben, nicht auf den Kopf gefallen zu sein, versuchte ich die Stadt zu meiden und fuhr über die Autobahnen – nicht meine beste Idee. Da der Wintereinbruch scheinbar auch für die Räumdienste vollkommen unerwartet kam (Wer rechnet schon mit Schnee im Januar?), waren die Fahrbahnen immer noch weiß und ich hatte zwei volle Stunden Zeit, mir das Chaos auf der Straße in Ruhe anzusehen. Während ich also meine Kupplung quälte und mich in einem permanenten „Stop-and-go“ befand – wobei das „Stop“ an dieser Stelle besonders hervorzuheben ist – konnte ich mir nicht nur die friedliche Umwelt und die dekorativen Rastplätze neben der Autobahn ansehen, nein, auch die Autofahrer in meiner Umgebung boten mir einen unvergleichliches Winterschauspiel.

Während ich auf der linken Autobahnspur herumstreichlich, konnte ich zu meiner Rechten verängstigte Senioren beobachten, die so stark vorn über gebeugt saßen, dass sie sich die Vergrößerungsgläser am besten direkt in die Windschutzscheibe montiert hätten. Als wäre das nicht unheimlich genug, befand sich in dem überdurchschnittlich großen Geländewagen vor mir eine Frau mittleren Alters: Blinker links, Blinker rechts, was sucht die Frau denn in ihrem Fußraum? Ah, der Scheibenwischer vorne wurde betätigt. Das hektische Gesuche hörte auf. Vermutlich keine Zeit mehr gehabt, das eigene Auto vom Schnee zu befreien und sich am Wagen des Gatten bedient. Hinter mir im Auto sah es übrigens nicht besser aus: Dort saß

eine komplett entnervte Mutter, eine Hand am Steuer, die andere Hand in regelmäßigen Abständen nach hinten streckend. Offensichtlich um Süßigkeiten an die Schreihälse auf der Rückbank zu verfüttern, in der Hoffnung, sie würden endlich Ruhe geben. Froh darüber, gut sehen zu können, mein Auto zu kennen und keine Kinder zu haben, schob ich mich weiter. Kleiner Tipp an die Autofahrer: Auch bei Schnee ist der Schaltvorgang vom ersten in den zweiten Gang kein unüberwindbares Hindernis! Es ist es tatsächlich möglich, das Gaspedal zu bedienen und die irrsinnige Geschwindigkeit von 20 km/h zu überschreiten, auch wenn die Autobahn noch nicht geräumt ist. Dass nicht allein der Niederheimer bei winterlichen Temperaturen an seine Grenzen stößt, wurde mir bewusst, als im Radio die Moderatorin die SMS eines Autofahrers vorlas: „Grille gerade Wurstschnecken im Stau auf meinem Kühler. Bei Bedarf dreimal hupen“.

Zwei Stunden Stau, ein fünfminütiges Gespräch in Krefeld und schon war ich auf dem Weg zurück ins Büro. Um 10 Uhr morgens waren die Autobahnen immer noch nicht frei, wo bleibt der Räumdienst? Vielleicht zugeschnitten? Noch am Schlafen?

Also versuchte ich mein Glück durch die Stadt. Gerade in der Gladbacher Innenstadt sollte man natürlich nicht schneller als Schrittgeschwindigkeit fahren, denn hinter jeder Kurve könnte plötzlich eine von diesen tückischen Schneeverwehungen auftauchen – weiß doch jeder! Während ich also auf gerader Strecke von einem Fußgänger überholt wurde, kam mir der Gedanke, mir ein Schneemobil zuzulegen. Aber wo sollte ich damit fahren? Auf dem Bürgersteig der Bismarckstraße, auf den bereits die Fahrradfahrer ausweichen, weil sie – und das meiner Meinung nach vollkommen zu Recht – befürchten, auf der Straße einfach umgefahren zu werden? Auf dem Streifen der Autobahn? Dort würde ich wenigstens die LKW-Fahrer wecken, die hinterm Steuer beim Lesen der „Bild“ eingeschlafen sind. Vielleicht sollte ich aber auch gänzlich umdenken: Kann mir einer unserer Leser irgendetwas über das Flugverhalten eines Helikopters bei diesem Wetter berichten?



SAISON FINALE

Markenschuhe
zum Sonderpreis:

**Rabatte von
30% - 50%!**

(auf Rest- und Einzelpaare)

%

%

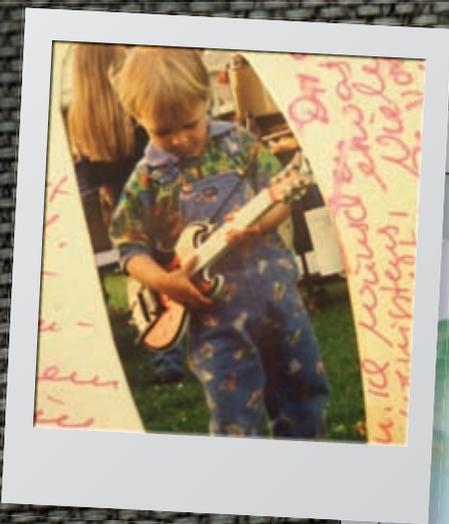
ERMERT SCHUHE
... die passen!

Bismarckstr. 19-21
Mönchengladbach
Tel.: 02161-10923

DU BIST IM RECALL!

Vor knapp zehn Jahren bekam Jeffrey Kolkman seine erste Gitarre. Heute ist er 16 Jahre alt und fast jeder Mönchengladbacher kennt seine Stimme. Seit fast vier Jahren begeistert der Gymnasiast die Passanten auf der Hindenburgstraße mit seinen selbstkomponierten Songs und seinem gefühlvollen Gesang. Wir sprachen mit ihm über seine Musik und seine Ziele.

Das Interview führten Helen Ophei und Sabrina Kirnapci (Text).



Wie bist Du zur Musik, speziell zur Straßenmusik gekommen?

Ich komme aus einer musikalischen Familie und habe eigentlich schon immer gerne gesungen. Als Kind war ich mal auf dem Nikolausmarkt in Rheindahlen und habe dort gesehen, wie Kinder öffentlich Blockflöte gespielt haben. Ich habe mich dann auch einfach hingestellt, Weihnachtslieder gepfiffen und sogar von Passanten ein bisschen Geld bekommen. Das ist mir in Erinnerung geblieben. Jahre später habe ich im Fernsehen einen Bericht über ein Mädchen gesehen, das Straßenmusik macht. Das wollte ich auch ausprobieren.

Heute gehörst Du schon beinahe fest zum Stadtbild auf der Hindenburgstraße. Wie sind die Reaktionen, wenn Du Musik machst?

Einige Leute sagen natürlich „Geh mal arbeiten!“ oder „Such Dir 'nen Job“ – obwohl ich ja noch zur Schule gehe – aber auch wenn ich mir mal einen dummen Spruch anhören muss, verfliegt das Gefühl schnell wieder, weil ich so viele andere positive Reaktionen bekomme. Das Tolle ist, dass man seine Musik spielt und es bleiben Leute stehen und hören zu. Am besten sind kleine Kinder. Die kommen immer sofort und fangen einfach an zu tanzen. Schön ist auch, dass man durch die Straßenmusik viele Leute kennenlernt, die einem Feedback geben. Einmal fuhr ein Polizeiwagen ganz langsam vorbei. Da habe ich mir schon Sorgen gemacht. Man darf ja

weile habe ich etwa 600 Likes. Außerdem hat mir ein Freund dabei geholfen, Flyer zu entwerfen, die wir dann im Stadtgebiet verteilt haben. Es gibt inzwischen zwei Youtube-Videos von mir. Auch hierbei haben mir Freunde geholfen. Ich möchte mein Gitarrenspiel verbessern, vielleicht noch Klavier lernen und seit kurzem nehme ich auch regelmäßig Gesangsunterricht. Schön wäre es, wenn ich zum Beispiel mal auf dem Horst-Festival spielen könnte. Langfristig will ich natürlich irgendwann von der Musik leben können. Ich habe vor, ein Jahr mit der Schule zu pausieren und will in dieser Zeit schauen, wie es mit der Musik so läuft. Toll wäre es auch, meinen Traum zu verwirklichen, einmal in Berlin, London und Paris Straßenmusik zu machen, nachdem ich ja schon auf Madeira und der Aida gespielt habe. Wenn es mit der Musik nicht so gut läuft und es nicht weitergeht, habe ich vor, aufs Berufskolleg zu gehen. Ich habe auch schon mit dem Gedanken gespielt, Musik zu studieren.

Was sagt Deine Mutter zu Deinen Plänen?

Meine Mutter hat mich immer unterstützt. Schon als ich 12 Jahre alt war ist sie mit mir in die Stadt gefahren, damit ich Straßenmusik machen kann. Sie hat mal gesagt: Wenn man etwas will, dann kann man das auch schaffen! Daran glaube ich.



MEIN TRAUM IST ES, AUCH EINMAL IN BERLIN, LONDON ODER PARIS STRASSENMUSIK ZU MACHEN.

nur eine bestimmte Zeit an einer Stelle Musik machen und ich hatte eine Viertelstunde überzogen. Der Wagen hielt tatsächlich an und es stieg eine Polizistin aus. Ich rechnete mit einem Bußgeld, aber sie legte mir einen Zettel in den Gitarrenkasten. Darauf stand so ungefähr: „Du bist im Recall, denn Du hast echt eine super Stimme. Mach weiter so! Deine Polizei Mönchengladbach.“ Einmal war ich bei Heinemann, um ein Geschenk für meine Tante zu kaufen. Die Verkäuferin wünschte mir noch viel Glück mit meiner Musik, obwohl wir vorher gar nicht darüber gesprochen hatten. So etwas passiert mir öfter. Und einmal sprach mich eine Frau an, ob ich ihr ein Autogramm für ihre Kollegin geben könnte. Die fände meine Musik so toll.

Was ist denn mit einem richtigen Recall? Hast Du Dich schon mal bei einer Casting Show beworben?

Ja, ich war mal bei „Das Supertalent“ in Köln. Dort wollte ich „Blowin' in the Wind“ von Bob Dylan spielen. Ich war allerdings so aufgeregt, dass ich den Text vergessen habe – das ist mir übrigens auch beim ersten Mal, als ich in der Stadt gespielt habe, passiert. Ich hab mir nichts draus gemacht, ich war ja auch erst 12. Jetzt kam eine Einladung von einer anderen Casting Show, die ich aber abgelehnt habe. Die einzige Show, die mich interessieren würde, ist „The Voice of Germany“, aber da kann man sich erst mit 18 bewerben.

Was ist Dein nächstes Ziel? Du möchtest ja sicher nicht für immer Straßenmusik machen.

Das Ziel ist zunächst, etwas bekannter zu werden. Ich habe jetzt eine Webseite und ein Facebook-Profil. Das hat sich wirklich gelohnt, mittler-

Wer unterstützt Dich noch auf Deinem Weg?

Durch die Musik habe ich viele Leute kennengelernt, die mir irgendwie weitergeholfen haben. So bin ich beispielsweise auch zum Gesangsunterricht gekommen oder habe Leute getroffen, die mich jetzt bei der Webseite oder anderer Werbung unterstützen. Ein zweites Zuhause habe ich im Offenen Atelier gefunden. Dort werde ich auch am 23. Februar ein Konzert geben. Es gibt dort ja viele Künstler aus verschiedenen Bereichen, mit denen man sich unterhalten kann – nicht nur über musikalische, sondern auch über persönliche Sachen. Meine Freundin, die ich auch bei der Straßenmusik kennengelernt habe, unterstützt mich ebenfalls.

An welches Erlebnis in Bezug auf Deine Straßenmusik erinnerst du Dich besonders gerne?

Ich habe mal in Köln am Rhein meinen Song „Rainy Days“ gespielt, als es tatsächlich anfang zu regnen, weshalb ich schnell den Stecker von meiner Halbakustik-Gitarre ziehen musste. Ich habe trotzdem weitergespielt und nach und nach haben sich die Paare unter die Bäume um mich herumgestellt und mir zugehört. Die Gitarre ist jetzt zwar kaputt, aber ich denke, ich werde sie nicht reparieren lassen, weil ich sie als Andenken an diesen Moment behalten möchte.

Mehr Informationen über Jeffrey Kolkman gibt es im Internet unter: www.jeffreykolkman.de

LIVE IN CONCERT

Am 23. Februar wird Jeffrey Kolkman im „Blauen Haus“ in der Waldhausener Str. 14 ein Konzert geben. Einlass ist um 19:00 Uhr. Der Eintritt kostet 5,- €.



Kaiser Wilhelm I. blickt über den Kaiserplatz auf die Kirche, um 1930.



Die zerstörte Albertuskirche 1945.

Die Albertuskirche

Nach der Grundsteinlegung am 23. April 1873 wurden die Bauarbeiten im Jahr 1875 aufgrund des Kulturkampfes der Bismarckzeit zunächst eingestellt.

Keimzelle der heutigen Albertuskirche ist das Stift der Dernbacher Schwestern auf dem Grundstück der Caritas in der Albertusstraße. 1868 wurde hier ein Heim errichtet, um (katholischen) Arbeiterinnen Wohnung und Kost, aber auch Erziehung und Unterricht zu geben. Schnell kam der Plan auf, hier eine Kapelle zu errichten, die auch für die in der Nähe wohnenden Katholiken offen sein sollte.

Dazu erwarb ein 1871 gegründeter Verein die Grundstücke für den Bauplatz. Ursprünglich sollte die Kirche längs der Straße errichtet werden, erst später gelang es auch ein weiteres Grundstück zu erwerben, wodurch eine größere, auf den Platz ausgerichtete Kirche gebaut werden konnte. Um die Baukosten im Rahmen zu halten, wurde eine Ausführung in Ziegelsteinen gewählt. Während des Baues wurde auch die Höhe des Turmes aus Spargründen gekürzt. Die Kirche lag fast ebenerdig, lediglich eine Treppenstufe trennte Straßen- und Kirchenraum.

Am 23. April 1873 wurde der Grundstein gelegt, und man hoffte, zwei Jahre später die Kirche zu vollenden. Im Vorgriff auf die Heiligsprechung des Albertus Magnus (die erst 1931 erfolgte) sollte sie diesem geweiht werden. Nicht nur die Heiligsprechung verzögerte sich, auch der Kirchenbau kam ins Stocken. Der Kulturkampf der Bismarckzeit führte dazu, dass die Bauarbeiten 1875, nachdem der Rohbau ein Dach erhalten hatte, eingestellt werden mussten. Erst 1883 konnten die Fertigstellung des Gewölbes und das Einsetzen der Glasfenster fortgeführt werden. In der Folge wurde der Innenraum gestaltet. 1885 wurde die Kirche eingesegnet und 1887 konsekriert. Da Albertus noch nicht heilig gesprochen war, erhielt sie (vorläufig) den Namen „Kreuzerhöhung“.

Entstanden war eine neugotische Hallenkirche, in Backstein ausgeführt, mit Hauptschiff und zwei Seitenschiffen. Der Umfang entsprach weitgehend dem

der heutigen Kirche, die auf den Grundmauern errichtet wurde. Dieser erste Bau fiel im September 1944 den Bomben zum Opfer.

Nach der Trümmerbeseitigung gründete sich ein Kirchenbauverein, der 1949 ein Notdach errichten ließ, so dass die stehen gebliebene Bausubstanz nicht dem weiteren Verfall preisgegeben war. Im November 1954 kam es zu einer zweiten Grundsteinlegung und keine zwei Jahre später wurde die Kirche erneut konsekriert. Nun war der Kirchenraum schlichter gehalten, die Stirnwand bestand aus Ziegelmauerwerk, die sonstigen Wände waren in Trierer Kalkwandputz ausgeführt. Die Front zum Platz wurde mit weißem Spaltklinker verkleidet.

Nach dem Anbau der Kreuzkapelle 1983 wurde im Herbst 1985 die neue schönere Fassade angebracht.

Text: Dr. Christian Wolfsberger



Die Nachkriegsfassade der Kirche bis 1985.



Der Altarraum im Juli 1936.



Blick auf Albertus und das Altersheim 1958.



Die Kirche Anfang der 1930er Jahre.

Ein kleines Team mit tollen Ideen

Der BlueStar Verlag aus Mönchengladbach feiert in diesen Tagen seinen fünften Geburtstag. Wir haben zwischen die Zeilen geschaut und eine bemerkenswerte Erfolgsgeschichte gefunden, bei der man sich auf die Fortsetzung freut.

Text: Sabrina Kirnapci



Verlagsgründerin **Kirstin Grabowski** auf der Leipziger Buchmesse.

Als unbekannte Autorin hat man es in Deutschland schwer, einen Verlag zu finden, der Interesse am Manuskript zeigt. Das wusste auch Kirstin Grabowski, als sie ihre Geschichte von Lara und Leo „Grenzsteine einer Liebe“ in den Händen hielt. Deshalb versuchte die selbstständige Unternehmerin und Diplomkauffrau gar nicht erst, Lektoren zu überzeugen. Sie gründete 2008 kurzerhand ihren eigenen Verlag. Zum Glück, denn sonst hätten die Mönchengladbacher Kinder vielleicht niemals das Wassergespenst Arthur von Autorin Nicola Grosch kennengelernt, das zusammen mit Paul auf Schloss Rheydt spannende Abenteuer erlebt. Auch Kirstin Grabowskis Chihuahua „Cooper“ wäre möglicherweise nicht durch Europa gereist und „Banshee Scharfzahn“, erdacht von Inge Jansen, hätte niemals von seiner anstrengenden Zeit als Hund in der Drogenszene berichten und zum Nachdenken anregen können.

Tatkräftige Unterstützung

Seit der Gründung des BlueStar Verlags vor fünf Jahren sind sieben Titel erschienen. Fünf Autoren haben ihre Geschichten veröffentlicht: Inge Jansen, Nicola Grosch, Vera Anders, Ulrich Schmalenberg und Dr. Moritz E. Wigand. Im vergangenen Jahr konnte der BlueStar Verlag außerdem eine Premiere feiern: Zum Kinderbuch „Algenspaghetti. Paul & Arthur auf Schloss Rheydt“ gibt es seit Oktober 2012 das dazugehörige Hörbuch, gelesen vom Mönchengladbacher Carsten Steenbergen. Bald sollen die Bücher des BlueStar Verlags auch als E-Books verfügbar sein. Kirstin Grabowski: „Im multimedialen Angebot liegt die Zukunft. Zur Vorstellung der CD in der Buchhandlung Degenhardt sind über 40 Kinder gekommen.“ Und nicht nur diese Veranstaltung war ein voller Erfolg. Das kleine Team um Kirstin Grabowski organisiert immer wieder abwechslungsreiche Veranstaltungen, um den Lesern die Bücher ans Herz zu le-

gen. So gab es im Rahmen einer Spendenaktion für die NRW-Stiftung Aktion Lichtblicke die Frisur „Arthur Style“ exklusiv bei Friseur Hairdefinition. Außerdem konnten Kinder im Purino auf Schloss Rheydt ihre eigenen Algenspaghetti kreieren. Auf der Leipziger Buchmesse 2011 war der BlueStar Verlag erstmals mit einem eigenen Stand vertreten. Hier feierte der Cooper-Song, gesungen von Luca Baumgart aus Mönchengladbach, seine Weltpremiere. Luca kann übrigens nicht nur singen, sondern auch schreiben und wird auf der Verlags-Webseite im Bereich „Talentförderung“ unterstützt. Doch auch der Verlag selber freut sich über Unterstützung aus der Region: „Ich bin insbesondere den Buchhandlungen Wackes und Degenhardt sehr dankbar, denn sie haben uns von der ersten Veröffentlichung an geholfen, unsere Bücher publik zu machen, ebenso Schloss Rheydt, regionale Schulen und natürlich die Autoren, die tatkräftig mitgewirkt haben.“

Gut gerüstet für die Zukunft

In diesem Jahr wird es weitere spannende Veröffentlichungen geben. Am 25. Februar erscheint das Buch „Dancing Queen a. D.“ von Vera Anders. Schnörkellos, witzig und anregend erzählt die Autorin in ihrem Debüt-Roman von dem Umgang mit der Lebensmitte. Außerdem sind Fortsetzungen von „Coopers Reise durch Europa“ und „Algenspaghetti“ sowie ein Fachbuch für die Friseurbranche in Arbeit. Inzwischen sind Bücher aus dem BlueStar Verlag deutschlandweit in den Buchhandlungen erhältlich und das Team freut sich auch in diesem Jahr über einen Stand auf der Leipziger Buchmesse. Angst, dass Bücher in Zeiten von Internet und E-Books irgendwann nicht mehr gefragt sein könnten, hat Kirstin Grabowski nicht: „E-Books sind nur Zusatzangebote. Bücher wird es in 100 Jahren noch geben. Ein Buch zum Anfassen mit persönlicher Widmung ist und bleibt ein schöneres Geschenk als ein Gutschein für digitale Formate.“

BlueStar Verlag, Roermonder Str. 52, 41068 MG
www.bluestar-verlag.de



**GEWINN
SPIEL**

Wir verlosen **fünf signierte Exemplare** „Grenzsteine einer Liebe“ von Kirstin Grabowski. Schreiben Sie einfach bis zum 28.2.2013 eine E-Mail mit dem Betreff **„BlueStar Verlag“** an gewinnspiel@hindenburger.de. Viel Glück!

Theaterball 2013 Stars & Stripes

**Mit Tanz auf der
Bühne, Broadway-Flair
und Hollywood-Buffer!**

Unter dem Motto *Stars & Stripes* lässt das Theater Mönchengladbach beim Ball für einen Abend nicht nur den berühmten Broadway auferstehen! Ob *Freiheitsstatue*, *Hollywood Hills* oder *Big Apple*: Mit dem diesjährigen Theaterball wagen wir den Sprung über den großen Teich.

Seien Sie dabei, wenn unsere Künstlerinnen und Künstler zusammen mit den Niederrheinischen Sinfonikern ihren ganz eigenen *Walk of Fame* interpretieren und sichern Sie sich jetzt Ihre Karten für das Ballvergnügen 2013!

Erstmals dürfen sich die Gäste des Hauptprogramms zusätzlich auf ein **erlesenes und mehrgängiges Buffet à la Hollywood** freuen. Auf die Flaneure warten indes **feine Mitternachtshäppchen**.

**SAMSTAG, 2. MÄRZ 2013,
AB 19 UHR
(Einlass 18 Uhr)**

im Theater Mönchengladbach
Karten ab 33,- Euro

Bestellungen unter
Theaterkasse,
Tel. 02166 – 61 51 100
www.theater-kr-mg.de

TICKER**Das Einzige, was stört,
ist der digitale Kunde**

„Das Internet ist die größte schlafende Reserve für Unternehmen, was den Vertrieb anbelangt“, zu diesem Fazit gelangt Edgar K. Geffroy, den das Magazin WirtschaftsWoche als einen der zehn führenden Business-Motivatoren einstuft. In seinem Vortrag „Das Einzige, was stört, ist der digitale Kunde“, erklärte er den



Mitgliedern und Gästen des Marketingclubs am 11. Dezember 2012, wo er im Netz die größten Verkaufslücken für Unternehmen sieht. Außerdem zeigte er, warum mit den neuen Technologien, wie zum Beispiel Google TV, Unternehmen es nicht nur zu Verkäufern, sondern zum eigenen Fernsehsender bringen können. In den 90er-Jahren hatte der Düsseldorfer Unternehmer Geffroy sich einen Namen gemacht mit der Clienting-Lehre, einem Kundenorientierungs-Konzept. Damals war sein einfacher Rat an Firmen, sich an ihren Kunden zu orientieren. Noch heute ist sein Buch „Das Einzige, was stört, ist der Kunde“ auf dem Buchmarkt bekannt. Die meisten Unternehmen sind im Internet mit einer „klassischen“ Homepage unterwegs, was Edgar K. Geffroy aus Kunden- wie Vertriebs-sicht bemängelt. Unternehmen sollten vermehrt auf den Einsatz von Video-Content setzen. Videos werden zum Medium der Zukunft, immerhin klicken Nutzer sie im Internet siebenmal häufiger an als einen reinen Text. Geffroys Fazit: „Im Internet schlummert das größte Wachstumspotenzial für Unternehmen, welches nicht ignoriert werden sollte.“

Marketingclub Mönchengladbach e. V.
Postfach 101604, 41016 MG, Sekretariat:
Conny Wangemann, Tel. 02166/9905811
E-Mail: info@marketingclub-moenchengladbach.de

Marketingclub Mönchengladbach e. V.
Postfach 101604, 41016 MG, Sekretariat:
Conny Wangemann, Tel. 02166/9905811
E-Mail: info@marketingclub-moenchengladbach.de

**„Deine Bibliothek –
wilder als Du denkst!“**

Die nächste „Nacht der Bibliotheken“ findet in Nordrhein-Westfalen am 1. März 2013 statt. Fast 200 Bibliotheken machen mit, darunter auch die Stadtbibliothek Mönchengladbach. Das Motto diesmal: „Deine Bibliothek – wilder als Du denkst!“



Zurzeit laufen die Vorbereitungen der Stadtbibliothek auf Hochtouren. Über Details wird in Kürze auf der Homepage, über Facebook sowie auf Plakaten und Flyern informiert. Eins steht aber schon jetzt fest: Die Gäste sollen vor allem Spaß haben, Neues entdecken und die Stadtbibliothek aus ganz anderer Perspektive kennenlernen. Natürlich kann auch den ganzen Abend „wild“ in den Medien der Bibliothek gestöbert und Entdecktes gleich ausgeliehen werden.

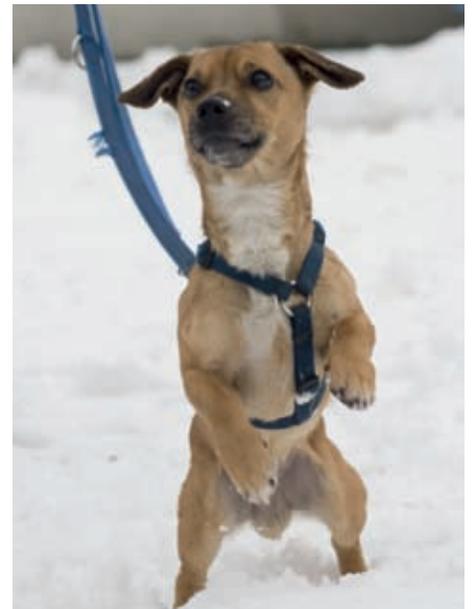
**Stadtbibliothek Mönchengladbach, Zentralbibliothek
Blücherstr. 6, 41061 MG, 18:00-22:00 Uhr, Eintritt frei!**
www.stadtbibliothek-mg.de

**Stadtbibliothek Mönchengladbach, Zentralbibliothek
Blücherstr. 6, 41061 MG, 18:00-22:00 Uhr, Eintritt frei!**
www.stadtbibliothek-mg.de

TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE**Wirbelwind Charly**

Der kleine Wirbelwind wurde letztes Jahr von seinen Vorbesitzern ins Tierheim gegeben, da sie mit dem selbstbewussten und temperamentvollen Hund nicht zurecht kamen. Charly wurde ca. 2009 geboren und sucht Menschen, die Spaß daran haben ihm die Grundkommandos beizubringen und lange Waldspaziergänge mit ihm zu machen, bei denen er die Welt erkunden kann. Der kleine Jack Russel Terrier Mix braucht viel geistige und körperliche Betätigung, um ausgelastet zu sein. Allerdings sollte Charly nicht in eine Familie mit Kindern.

Tierheim MG, Hülserkamp 74
41065 MG, Tel. 02161/602214
www.tierschutz-moenchengladbach.de

**FAIRSCHENKT, FAIRFÜHRT, FAIRKOSTET****Auf ins närrische Fairnügen!**

An Karneval wird jebützt, jefieert und jesonge, was das Zeug hält. Dabei kommt man ganz schön ins Schwitzen. Das BioNaty Deodorant mit natürlichen Extrakten aus weißem Tee und Kardamom leistet hier Abhilfe, ganz ohne Alkohol und Antitranspirantien. Das Entfernen von Konfetti und Farbe aus dem Haar wird mit dem milden Pflegeshampoo der Serie, das die Wirkstoffe der Aloe Vera enthält, zum Fairnügen. Wie bei allen Produkten der fair gehandelten Naturkosmetikserie BioNaty kommt das Shampoo ganz ohne Silikone, Parabene, Farbstoffe, künstliche Duftstoffe oder Erdölnebenprodukte aus. Preis: jeweils 9,90 €.

Eine-Welt-Laden Mönchengladbach, Abteiberg 2, 41061 MG
Tel. 02161/21766. **Öffnungszeiten:** Mo., Mi., Fr. 15:00-18:00 Uhr,
Di., Do. 10:00-18:00 Uhr, Sa. 10:00-14:00 Uhr

2. MÄRZ 2013**Stars & Stripes – der Theaterball 2013**

Unter dem Motto „Stars & Stripes“ lässt das Theater Mönchengladbach am Samstag, 2. März 2013 für einen Abend nicht nur den berühmten Broadway auferstehen! Ob Freiheitsstatue, Hollywood Hills oder Big Apple: Mit dem diesjährigen Theaterball wird der Sprung über den großen Teich gewagt. Seien Sie dabei, wenn unsere Künstlerinnen und Künstler zusammen mit den Niederrheinischen Sinfonikern ihren ganz eigenen Walk of Fame interpretieren und sichern Sie sich jetzt Ihre Karten für das Ballvergnügen



2013! Erstmals dürfen sich die Gäste des Hauptprogramms zusätzlich auf ein erlesenes und mehrgängiges Buffet à la Hollywood freuen. Auf die Flaneure warten indes feine Mitternachtshäppchen.

Termin: 2. März 2013 ab 19 Uhr im Theater Mönchengladbach. Der Eintritt beträgt inkl. Buffet und Mitternachtshäppchen zwischen 55,- € und 88,- €. Eine „Flanierkarte“ ist ab 33,- € erhältlich. Reservierungen nimmt die Theaterkasse unter Telefon 02166/6151-100 entgegen. Info: www.theater-kr-mg.de

Je oller,
je doller!



Auch für Senioren geht es an Karneval in Mönchengladbach hoch her. Die Sozialen Dienste des Caritasverbandes haben in diesem Jahr wieder ein buntes Programm für ältere Narren organisiert.

Am 3. Februar heißt es im Caritaszentrum Rheydt für alle Besucher „Hereinspaziert!“ Ab 14:11 Uhr startet ein lustiger Nachmittag mit abwechslungsreichem Programm. Das Prinzenpaar der Stadt Mönchengladbach kommt mit Gefolge, die Showtrompeter aus Odenkirchen bringen wieder Schwung ins Haus, die Juniorengarde der Prinzenengarde schwingt das Tanzbein und auch die „Lolipops“, die Tanzgarde der KG Dorfbroich, zeigt ihr tänzerisches Können. Musikalisch wird der Nachmittag von Herrn Könzgen sen. begleitet. Für das leibliche Wohl ist natürlich auch gesorgt: Kartoffelsalat, Würstchen und diverse Getränke stärken alle Jecken und Narren. Der Eintritt beträgt 6,- €. Das Caritaszentrum Rheydt in der Preystr. 65 freut sich auf bunte Kostüme, ausgelassene Stimmung und viele Gäste!

„Bei der Caritas geht's heute rund, wir treiben's gerne kunterbunt.“ Das ist das Motto der Karnevalsveranstaltung, die am 7. Februar ab 14:11 Uhr im Caritaszentrum Holt stattfindet. Bewohner, Mitarbeiter und Ehrenamtliche gestalten das Programm mit Büttensreden, Sketchen, Tanz und Musikeinlagen zum Mitsingen und Schunkeln. Außerdem sind traditionell die KG „Immer Lustig“ Holt 1935 e. V. und das Kinderprinzenpaar aus Rheindahlen vor Ort. Am 9. Februar gibt es im Caritaszentrum Holt von 15:00 bis 16:30 Uhr einen karnevalistischen Nachmittag mit Musik und guter Laune und am 10. Februar zieht der Veddelszooch am Haus vorbei, was natürlich gemeinsam beschunkelt wird. Die Teilnahme von Gästen ist im Einzelfall nach Anmeldung möglich.

Im Caritaszentrum Neuwerk ist am 9. Februar ein kunterbuntes Altweibertreiben angekündigt. Es gibt eine Karnevalssitzung mit Büttensreden, Live-Musik und karnevalistischen Showeinlagen der KFD Frauengemeinschaft Hardt in wunderschönen selbstgeschneiderten Kostümen. Weil der Platz begrenzt ist, können hier leider nur Bewohnerinnen, Bewohner, Angehörige und Ehrenamtler teilnehmen.

Das Caritaszentrum Giesenkirchen wird am 6. Februar vom Stadtprinzenpaar und vom Stadtkinderprinzenpaar besucht. Es werden Orden an die Bewohner verteilt, die dem Heimbeirat angehören. Die Musik kommt von DJ Willi, der seit Jahren bei Festen ins Haus kommt und für Stimmung sorgt. Dazu gibt es Auftritte von Angehörigen und Mitarbeitern. Am 10. Februar zieht dann der Giesenkirchener Karnevalszug am Haus vorbei.

TIPP

Seniorensitzung in der Kaiser-Friedrich-Halle am 9. Februar um 14:00 Uhr. Moderiert von Hermann Schnitzler. Mit Gesang, Tanz, Büttensreden, dem Kinderprinzenpaar und dem Prinzenpaar der Stadt Mönchengladbach. Geboten wird ein buntes Programm. Eintrittspreis 7,- €.

JETZT BEI UNS:

Markenhörssysteme zum Nulltarif



Moderne Hörgeräte
ohne Zuzahlung*!

DAS GEHT? JA! WIR BERATEN SIE GERNE.

Mit unseren Markenhörssystemen zum Nulltarif* können Sie einfach nichts falsch machen: Namhafte Hörgerätemarken, zum Beispiel **SIEMENS**, voll-digitale Technik und individuelle Anpassung an Ihre Bedürfnisse lassen Sie schnell wieder gut hören.

Marken-
Hörgeräte

Voll-
dig.tal

Sehr guter
Trage-
komfort

Kostenloses
Probetragen
möglich

Weiterhin erhalten Sie bei uns auch Premium-Hörssysteme für die unterschiedlichsten Ansprüche. Besuchen Sie uns einmal!

*Das Angebot gilt nur für Mitglieder einer gesetzlichen Krankenkasse mit ohenärztlicher Verordnung – zzgl. 10,- € gesetzlicher Zuzahlung pro Hörgerät.

Hörzentrum

HZ Hörzentrum MG GmbH · 41061 Mönchengladbach

Croonsallee 29 · Tel. 021 61.247 41 13 · Mo. bis. Fr. 8-18 Uhr · Sa. 10-13 Uhr

Kaiserstraße 88 · Tel. 021 61.2940787 · Mo. bis. Fr. 9-13 Uhr und 14-18 Uhr

infohoerzentrum-mg.de · www.hoerzentrum-mg.de



Nicht nur im Karneval:
Gut gelaunte Möhnen bei der Caritas.

Das Leben der Bewohnerinnen und Bewohner in unseren Caritas-Altenzentren ist bunt. Einzel- und Gruppenangebote, Teilnahme an Freizeit- und Kulturveranstaltungen und das Feiern der Feste im Jahreskreis sorgen dafür, dass bei uns keine Langeweile aufkommt. In diesem Sinne: „Halt Pohl“, „All Rheydt“ und eine schöne Karnevalszeit!

Wir sind für Sie da!
Telefon 02161 81020
www.caritas-mg.de

Herzlich gern.



caritas

GOLDANKAUF

gibt



KARNEVALS

Bargeld



Rein Gold

MG - Rheydt
Marktstraße 13

Mo-Fr: 09.30 - 18.00 Uhr | Sa: 09.30 - 14.00 Uhr
www.reingold.eu © 0 21 66 / 14 71 558



KönigPALAST
KREFELD - WESTPARKSTRASSE 111

Sa 01.02.2014 19.00 Uhr
Ende? etwa 1.00 Uhr

Lachender KönigPALAST

**GROSSE KARNEVALSPRUNKSITZUNG
SELBSTVERPFLEGEUNG GESTATTET**

Präsidium: Rainer Küsters und der
Elferrat der „Prinzengarde der Stadt Krefeld 1914 e.V.“

BLÄCK FÖÖSS HÖHNER DE RÄUBER DE PAVEIER BRINGS BERND STELTER UND VIELE MEHR

VERANSTALTER: KONZERT- UND GASTSPIELDIREKTION OTTO HOFNER GMBH, KÖLN

Tel.: 0 21 51 - 78 10 - 0
Mail to: info@koenigpalast.de • www.koenigpalast.de
KönigPALAST Krefeld • Westparkstraße 111 • D-47803 Krefeld
Ticket-Hotline: 0 18 05 - 57 00 75
(0,14 €/Min. Mobilfunkpreise können abweichen)



Zirkus Gladbach- hereinspaziert!

Manege frei zur fünften Jahreszeit in Mönchengladbach! Noch bis Veilchendienstag regieren die Jecken die Vitusstadt und bieten ein buntes stimmungsvolles Programm.

Text: Martin Huth

Freitag, 1.2.2013

Damensitzung
KG Uehllöcker Neuwerk
18:00 Krahnendonkhalle Neuwerk
Allemansjeck-Sitzung KG Potz op
20:00 Schulzentrum Rheindahlen

Samstag, 2.2.2013

2. Hausfrauensitzung
KG Immer lustig Holt
15:00 Festzelt Immelmannstraße
Damensitzung
KG Uehllöcker Neuwerk
16:00 Krahnendonkhalle Neuwerk
Volldampf mit Puff-Puff-Puffer
KG Blau-Weiß-Eisenbahner
20:00 Gemeindesaal St. Johannes
Gala-Kostümsitzung KG Roer möt
20:11 Sporthalle Zeppelinschule

Sonntag, 3.2.2013

Herrensitzung
KG Uehllöcker Neuwerk
11:00 Krahnendonkhalle Neuwerk
Herrensitzung KG Hau ruck
11:11 Mehrzweckhalle Eicken
Seniorenitzung
KG Alles onger ene Hoot
15:00 Pfarrheim Hardterbroich
Hausfrauen-Nachmittag
KG Schwarz Gold Rheydt
15:00 Turnerheim Nordstraße

Freitag, 8.2.2013

Seniorenachmittag
KF Schwarz-Gold Odenkirchen
14:30 Burggrafenhalle
Jecke Fridach im Döre
KG Poether Pothäepel
19:00 Gaststätte Am Dörestrück
17. FUN-tastische Nacht
KG Immer lustig Holt
20:00 Festzelt Immelmannstraße

Samstag, 9.2.2013

Kostümsitzung KG Uehllöcker
19:00 Krahnendonkhalle Neuwerk
Kostümball KG Roer möt
19:00 Sporthalle Zeppelinschule
Karnevalsparty KG Die Kreuzherren
20:00 Adolf-Kempken-Halle
Kostümball
KG Rot Weiß Rheydt Dorfbroich
20:11 Haus Bresges
Kostümsitzung
KG Spönnradsbeen Hardt
20:11 Festzelt Birkmannsweg

Sonntag, 10.2.2013

Karnevals-Frühshoppen
KG Immer lustig Holt
11:11 Festzelt Immelmannstraße
Frühshoppen KG Schöpp op
12:00 Mehrzweckhalle Eicken
Tulpensonntagsparty
KG Poether Pothäepel
13:00 Gasthof Loers
Buntes Karnevalstreiben
KG Botterblom
15:33 Mehrzweckhalle Giesenkirchen
Buntes Karnevalstreiben KG Potz op
16:00 Schulzentrum Rheindahlen

Montag, 11.2.2013

Rosenmontagstreiben
KG Schwarz Gold Rheydt
12:00 Turnerheim Nordstraße
After Zoch Party
KG Spönnradsbeen Hardt
13:00 Festzelt Birkmannsweg
Karneval Total
KG Poether Pothäepel
13:00 Gasthof Loers

Dienstag, 12.2.2013

Veilchendienstagszug
13:11 Innenstadt Mönchengladbach



Die besten Termine

Prinzenbiwak

Die Prinzengarde der Stadt Mönchengladbach e. V. lädt am Sonntag, 3. Februar ab 11:00 Uhr zum Prinzenbiwak auf den Kapuzinerplatz. Mit dabei sind die Gelb-Blauen Funken, das Prinzenpaar – Prinz Rolf III. und Prinzessin Niersia Dagmar – das Kinderprinzenpaar Prinz Mirco I. und Prinzessin Sonja, die Große Rheydter Prinzengarde, das Tanzcorps der Prinzengarde u. v. m. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt, der Erlös wird einem guten Zweck zugeführt.



Altweiber-Möhnetreffen

Möhnen und Freunde des Straßenkarnevals treffen sich am Altweiber-Donnerstag, 7. Februar ab 16:00 Uhr bei buntem Karnevalsprogramm und Möhnenprämierung auf der Langengasse in Rheydt. Hier wird geschunkelt, gefeiert und natürlich gebüzt. Anschließend geht es weiter im Karnevalszelt, bei bester Stimmung feiern die Narren in die tollen Tage.

20 Jahre, Karneval und noch viel mehr

Das Graefen tischt auf! Zum Jubiläum sorgt der beliebte Club am Alter Markt in den nächsten Monaten regelmäßig für Highlights im Gladbacher Nachtleben. Los geht es direkt am ersten Tag des Monats, da legt Micha Moor zusammen mit Pablo Kaah auf. Halbzeit – „240 Minuten Knallgas“ heißt der neue Mittwoch im Graefen und spricht Studenten und Freunde an. Zum 20-jährigen gilt freier Eintritt für alle. Weiberfastnacht (7.2.) wird das nächste Fass aufgemacht – Mit Finger & Kadel kommt die richtige Abrisskombo zur richtigen Zeit. Momentan machen sie zusammen mit Roberto Blanco und „Ein bisschen Spaß muss sein“ Karnevals- und Après-Ski-Stimmung. Hörsaal 22, die Studentenparty feiert einen Tag später den Semesterabschluss. Motto: Karneval meets Trash mit den BaMiBoys. Hot Clubbing vervollständigt das Wochenende (9.2., Special: freier Eintritt für alle), bevor am Veilchendienstag traditionell „Zuch gucken“ mit DJ Rokka angesagt ist. Weitere Highlights des Monats: Amnesie mit Vogue, Timbo und Thai-D (16.2.) und Helm-DJs von Klik Klak (22.2.).



Eine Anwendung
und Sie sind
Nichtraucher!

das
laserinstitut
Zentrum für Gesundheitsförderung

Rauchfrei in die Fastenzeit?



Aktionspreis
Raucherentwöhnung
statt 179€
für nur **129€**
gültig bis 01.05.2013



daslaserinstitut
Mönchengladbach
Steinmetzstraße 34-36
41061 Mönchengladbach
Telefon 02161 - 24 78 620
besozzi@daslaserinstitut.de
www.daslaserinstitut.de



St.Vith
GASTHAUS

Karneval im St. Vith

Altweiber

Jeckes Treiben im St. Vith. Ab 13 Uhr Party unter der Fuchtel von DJ Marcel.

Freitag

Normales Treiben. Wir sind ab 17 Uhr für euch da.

Samstag

Von 12 bis 16 Uhr regulär geöffnet (Küche bis 15 Uhr).

Ab 20 Uhr huldigen wir dem schlechten Geschmack: BAD TASTE PARTY. Einfach nur mal abspacken und Spaß haben. Freak Out mit Herrn Kühlen an der Schaltzentrale.

Sonntag und Montag

bleibt das St. Vith geschlossen.

Veilchendienstag

Ab 11:11 Uhr noch einmal volle Kanne. Der DJ wie gehabt.

Wir freuen uns auf Euch!

Gasthaus St. Vith
Alter Markt 6
41061 Mönchengladbach
Tel. 02161 / 2473760
www.st-vith.de

Unsere Räume gehören den Gästen

In einer herrlichen Stadtvilla in der Lützowstraße lädt das „Atelyeah“ Anfänger, Fortgeschrittene und Profis zum Nähen, Sticken, Stricken und Häkeln ein.

Text: Sabrina Kirnapci

Prächtige Stuckarbeiten schmücken die Decken und Türrahmen im lichtdurchfluteten Altbau, in dem das „Atelyeah“ untergebracht ist. An den Decken drehen sich große Ventilatoren. Die Tische mit den Nähmaschinen werden einzeln angeleuchtet. Über dem alten Kamin hängt ein Schwarz-Weiß-Bild auf Leinwand aus dem Jahr 1947, das junge Damen beim Nähen zeigt. „Unsere Räume gehören den Gästen. Wir sind nur der Service“, sagt Atelyeah-Inhaberin Michaela Drosten, die die alte Stadtvilla liebevoll renoviert hat, bevor sie im Oktober 2012 die Kreativwerkstatt eröffnete: „Auch die Terrasse wurde ausgebaut, damit man im Sommer draußen sitzen kann. Ich wollte, dass das Atelyeah an normale Wohnräume erinnert, in denen man sich wohlfühlt.“

Dieses Vorhaben ist offensichtlich gelungen, denn jeden Tag kommen mehr Handarbeit-Fans. Michaela Drosten ist gelernte Damenschneiderin, Bekleidungsingenieurin und hat lange Führungspositionen innegehabt, in denen sie vom Produktmanagement über die technische Leitung und die Qualitätssicherung bis zur Entwicklung alle Aufgaben bestritt, die der Beruf hergibt. Michaela Drosten: „Ich hatte fast nur noch mit Zahlen zu tun. Irgendwann kam mir der Gedanke, dass ich lieber das teilen möchte, was ich einst gelernt habe, zumal der Bedarf an kreativen Angeboten steigt. Wenn man sich in unserer technisierten Welt nur noch durch Internet, Fernsehen und andere Angebote bespaßen lässt, geht einem viel Lebensqualität verloren. Viele Menschen erkennen das und suchen nach Möglichkeiten, selber etwas zu erschaffen.“

Im Atelyeah ist es ganz einfach, etwas zu erschaffen. Ob Vorhang, Hosenanzug oder Hundekissen, man erklärt kurz die Idee, spricht ab, wann man vorbeikommen möchte, und dann geht es – auf Wunsch unter Anleitung – los. Vorkenntnisse braucht man keine. Michaela Drosten: „Es gab eine besonders schöne Idee für ein Weihnachtsgeschenk. Einem Herrn passten Lieblingsjeans und Lieblingsanzug nicht mehr. Familienmitglieder nähten aus diesen Stücken eine iPad-Hülle. So kann er die Lieblingskleidung weitertragen.“ Im Atelyeah kann man sticken, stricken, häkeln, seine Lieblingskleidung nachnähen, aus alten Stoffen Neues machen, Kurse belegen, Geburtstagspartys mit kreativer Einlage feiern, Gruppentermine vereinbaren oder auch einfach nur den Maschinenpark nutzen. „Zu uns kommen auch Profis, deren Nähmaschinen in Reparatur sind oder für bestimmte Projekte ungeeignet sind. Auch die Studenten der Fachhochschule weichen hierher aus, wenn sie im Uni-eigenen Nählabor keinen Platz mehr bekommen“, so Michaela Drosten, die schon weitere Ideen für die Kreativwerkstatt plant. Am 9. März beispielsweise heißt es zum ersten Mal „Stick-n-Listen“. Bei diesem kostenlosen Event handelt es sich um einen Mix aus „Stick-n-Zahlen“ und „Hörspiel-Rätsel-Lösen“. Im Atelyeah herrscht also auch bei der Angebotsgestaltung große Kreativität. Michaela Drosten: „Es wird noch viele weitere spannende Sachen zu entdecken geben und wir freuen uns auch immer über Anregungen und Vorschläge seitens der Gäste.“

Michaela Drosten hilft dabei, kreative Ideen umzusetzen.

.....

Atelyeah, Kreativwerkstatt, Lützowstr. 1
Eingang Regentenstr., 41061 MG, www.atelyeah.info



Ob in großer Runde oder alleine: In gemütlicher Atmosphäre macht Handarbeit besonders Spaß.



Stoffe, Wolle, Accessoires, Schmuck und andere kreative Schätzchen gibt's im Atelyeah-Shop.



Das Atelyeah bietet regelmäßig **Workshops für Anfänger und Fortgeschrittene an.**



Der Elisenhof wird nachhaltig und ökologisch zukunftsweisend geführt. Das haben Hotelchef Peter Jost und Tagungsleiterin Liane Funken nun schriftlich: in Form des Gütesiegels „Certified Green Hotel“:

Der Elisenhof ist ausgezeichnet nachhaltig!

Immer mehr Gäste legen bei der Wahl des Hotels neben einem schönen Ambiente und einem guten Service großen Wert auf ökologische, gesellschaftliche und zukunftsfördernde Aspekte.

Moderne LED-Geräte statt der herkömmlicher Röhrenfernseher, Mineralwasser aus der Region sowie eine Optimierung der Mülltrennung. Im Mönchengladbacher Elisenhof tut sich viel in Sachen „Nachhaltigkeit“. Belohnt wurde dieses Engagement jetzt mit dem Gütesiegel „Certified Green Hotel“ vom Verband Deutsches ReiseManagement (VDR). „Reisende und Veranstaltungsteilnehmer stellen nicht nur hohe Ansprüche an ihre Unterkunft. Immer häufiger erwarten sie auch, dass ihr Hotel nachhaltig und ökologisch zukunftsweisend geführt wird“, sagt Hotelchef Peter Jost. Um dieses Engagement auch nach außen sichtbar zu machen, hat er sein Haus jetzt erfolgreich im Bereich Nachhaltigkeit zertifizieren lassen.

Für die Auszeichnung musste ein 65 Punkte umfassender Kriterienkatalog erfüllt werden. Berücksichtigt wurden dabei die Bereiche Energie, Wasser, Müll, Essen und Trinken, Anreise und Verkehr, gesellschaftliche Verantwortung sowie Information und verantwortungsvolles Handeln. Im Rahmen des Zertifizierungsprozesses wurden nicht nur die Fernseher ausgetauscht, auch die Leuchtmittel im Hotel wurden durch LED-Lampen ersetzt. „Mit dieser Maßnahme senken wir den CO₂-Ausstoß und sparen zusätzlich Energie“, berichtet Jost.

Im gastronomischen Bereich des Hotels wird schon seit langem Wert darauf gelegt, regionale Produkte aus der näheren Umgebung zu verwenden. „Das spart unnötige Transportwege und sorgt für mehr Frische.“ Inzwischen kommt auch das Mineralwasser nicht mehr aus Italien, sondern ebenfalls aus der Region. Des Weiteren wurden die Mitarbeiter in speziellen Schulungen für einen verantwortungsvollen Umgang mit den vorhandenen Ressourcen sensibilisiert. „Alle sind hochmotiviert und übertragen das Thema Nachhaltigkeit inzwischen auch auf den privaten Bereich“, freut sich Hotelchef Jost.

Auch von den Gästen erhält das Team des Elisenhof viel Lob für sein ökologisches Engagement. „Das Schöne an dieser Zertifizierung ist, dass viele Kriterien, die wir erfüllen, direkt vom Gast selbst wahrgenommen werden“, findet Jost. „Man merkt, dass das Thema Nachhaltigkeit bei vielen Menschen zunehmend an Bedeutung gewinnt.“

Hotel Elisenhof, Klusenstr. 97, 41239 MG, www.elisenhof.de

TECHNIK TRENDS

DER NEUE IMAC

Apple hat sich mit der Runderneuerung der iMacs viel Zeit gelassen. Fast 20 Monate lagen zwischen dem Verkaufsstart der letzten Generation und der Auslieferung der ersten Geräte der neuen Baureihe. Das Warten hat sich aber gelohnt: Wunderschönes Design, nur 5 mm dünnes, brillantes Display mit 75 % weniger Spiegelung und deutlich schnellere Intel-Quad-Core-Prozessoren und eine innovative Datenspeicherfunktion namens „fusion drive“ machen den neuen iMac zu Apples bestem Rechner aller Zeiten. Erhältlich in 21,5 und 27 Zoll ab 1.299,- €. Gesehen bei Saturn



JBL ON BEAT VENUE

Die Docking Station mit Lightning Anschluss für iPhone 5, iPad mini und iPad ist eine schicke Ergänzung für das multimediale Zuhause. Per Bluetooth bekommen die Mobilgeräte nun eine satte Soundwiedergabe bei Videos, Musik und Games. Auch das Abspielen auf dem Fernseher ist möglich. Mit der passenden MusicFlow-App von JBL wird das Paket komplett.

Gesehen bei Saturn für 199,- €



SAMSUNG GALAXY KAMERA 3G

Die kompakte Kamera mit 16,3 Megapixeln und 21-fach optischem Zoom speichert Fotos direkt via WiFi oder 3G im Netzwerk, in der Cloud oder beispielsweise auf Facebook. Fotos können dank „Share Shot“ im Moment der Aufnahme sofort an andere Nutzer mit WiFi-Direct-kompatiblen Geräten in Reichweite übertragen werden. Die Android™ 4.1-Plattform und der 1,4 GHz Quad-Core Prozessor ermöglichen schnelles Internet mit HSPA+ und WLAN.

Gesehen bei Saturn für 479,- €





Der Hochschule Niederrhein wurde 2010 das offizielle Zertifikat „familiengerechte Hochschule“ überreicht. Nadine di Blasi nutzt das Angebot der Kinderbetreuung in der Kita „Campus-Zwerge“.

Teilzeit-Studium: nicht grübeln, einfach machen!

Studieren mit Kind, geht das überhaupt? „Klar geht das“, sagt Nadine di Blasi (33), Mutter von drei Kindern (20 Monate, 5 Jahre, 8 Jahre), die im September 2012 mit dem Teilzeit-Bachelorstudiengang „Soziale Arbeit“ an der Hochschule Niederrhein in Mönchengladbach begonnen hat. Wir sprachen mit ihr über ihre Erfahrungen im ersten Semester.

Text: Sabrina Kirnapci

Als Mutter von drei Kindern hat man sicher keine Langeweile. Wie bist Du auf die Idee gekommen, nebenher noch zu studieren?

Ich habe schonmal „Soziale Arbeit“ studiert. Als ich Mutter wurde, habe ich diese Ausbildung auf Eis gelegt. Mir war es aber wichtig, das Studium irgendwann zu Ende zu führen, auch mit Blick auf die Vor-

bildfunktion für meine Kinder. Kurz nach dem Abitur – beim ersten Studium – erschien mir das Thema sehr abstrakt. Es hatte nicht viel mit meinem Leben zu tun. Heute nehme ich die Inhalte ganz anders wahr. Mit drei Kindern habe ich jetzt erst die Lebenserfahrung, um die Lehrinhalte wirklich zu begreifen.

In Mönchengladbach bietet die Hochschule Niederrhein den Studierenden mit der Kita „Campuszwerge“ eine Kinderbetreuung an. Deine Tochter geht in diesen Kindergarten. Hat das Angebot dazu beigetragen, dass Du dich für ein Studium entschieden hast?

Auf jeden Fall! Von der Kita war ich total begeistert. Die Atmosphäre dort ist sehr angenehm und den Kindern wird große Aufmerksamkeit geschenkt. Ich musste allerdings etwas mit mir kämpfen, weil ich nicht wusste, ob es richtig ist, ein Kind schon mit 16 Monaten in die Betreuung zu geben. Wie sich jetzt zeigt, waren die Zweifel unbegründet. Heute kann meine Tochter es morgens gar nicht erwarten, in den Kindergarten zu kommen. Ich hole sie allerdings am frühen Nachmittag wieder ab. Regelmäßigkeit ist wichtig, deshalb geht sie täglich in die Kita, unabhängig davon, ob ich eine Vorlesung besuche oder nicht.

Worin unterscheidet sich das Teilzeitstudium vom Vollzeitstudium?

Inhaltlich unterscheidet es sich gar nicht. Man muss die gleichen Kurse und Module durcharbeiten wie Vollzeitstudenten. Man erhält aber einen Verlaufsplan, in dem aufgezeigt wird, wie man das normale Studium auf ein Teilzeitstudium über zehn Semester verteilt. Zunächst waren einige der Teilzeitstudenten irritiert. Sie dachten, das Studium sei genau auf ihre Situation zugeschnitten, was natürlich nicht möglich ist, weil jeder Student andere Voraussetzungen mitbringt. Die einen gehen arbeiten und haben nur nachmittags Zeit, andere haben kleine Kinder zu betreuen und können nur am Vormittag. Es gibt aber keine Sonderveranstaltungen extra für Teilzeit-Studenten. Da ist das eigene Organisationstalent gefragt.

Wenn Du nach Hause kommst, warten drei Kinder auf Dich. Wie sieht es mit dem Lernen aus?

Das ist in der Tat etwas problematisch, schließlich möchte ich nicht, dass meine Kinder Nachteile dadurch haben, dass ich studiere. Ich lege Wert darauf, mich auch allen dreien einzeln zu widmen, mich zu kümmern und mit ihnen zu spielen. Zum Lernen nutze ich kurze Ruhephasen und alle Gelegenheiten, die



Das Lernen zuhause ist mit drei Kindern nicht leicht. **Man muss jede Gelegenheit nutzen.**

sich zwischen den alltäglichen Aufgaben bieten. Man wird beim Lernen natürlich immer wieder herausgerissen und muss dann in der Lage sein, schnell wieder zum Stoff zu finden. Jetzt in der Prüfungsphase hat sich mein Mann eine Woche frei genommen, damit ich mich in Ruhe vorbereiten kann.

Wie wichtig ist die Unterstützung durch die Familie, speziell durch Deinen Mann?

Ich bin wirklich dankbar für die Hilfe, etwa bei der Kinderbetreuung. Ich glaube aber, dass man das Teilzeit-Studium im Notfall auch alleine organisiert bekommt. Viel wichtiger ist mir der emotionale Rückhalt. Es ist ein schönes Gefühl, zu wissen, dass mein Mann stolz auf mich ist, das Vorhaben unterstützt und mir keine Vorwürfe macht, weil ich neben der Rolle als Mutter auch persönliche Ziele verfolgen und mich weiterentwickeln möchte.

Wie sieht Dein persönliches Resümee nach dem ersten Semester aus?

Lernen macht Spaß! Ich war auch vor dem Studium ein glücklicher Mensch und meine Kinder haben mich erfüllt, aber jetzt hat sich so ein gewisser Flow eingestellt. Es geht weiter und ich genieße den Weg. Ich bin froh, dass ich vom Teilzeit-Studium erfahren habe. Der Begriff „Vollzeitstudium“ hätte mich abgeschreckt.

Was würdest Du am Teilzeit-Studium verbessern?

Es wäre prima, wenn mehr Blockveranstaltungen angeboten würden, so dass man mit dem Lernstoff schneller durchkommt. Es ist wesentlich einfacher, die Teilnahme an einer Blockwoche – vielleicht sogar in den Semesterferien – zu organisieren als jede Woche für ein Modul vier Stunden in die Uni zu kommen. Vielleicht lassen sich die Lehrbeauftragten ja irgendwann mal auf so eine Art „Somerschule“ für uns ein.

Was rätst Du Müttern, die mit dem Gedanken spielen, ein Teilzeit-Studium in Mönchengladbach zu beginnen?

Nicht so lange nachdenken, einfach machen! Das ist alles zu schaffen. Am Anfang ist man ziemlich überwältigt von der Organisation des Studiums. In der Einführungswoche wird man aber von Tutoren begleitet, die einem helfen, und auch die Professoren haben immer ein offenes Ohr für die Studenten. Man findet sich da schnell rein. Das ist alles kein Drama, solange man sich die Freude an dem, was man tut, bewahrt.

INFO

Zum Wintersemester 2012/2013 hat die Hochschule Niederrhein insgesamt 15 Teilzeitstudiengänge angeboten, darunter sieben Master- und acht Bachelorstudiengänge. In den vergangenen Jahren hat die Hochschule ihr Teilzeit-Angebot wesentlich erweitert. Folgende Fachbereiche bieten Teilzeitstudiengänge an: Chemie, Elektrotechnik & Informatik, Sozialwesen, Wirtschaftswissenschaften, Wirtschaftsingenieurwesen und Gesundheitswesen. In den Teilzeitstudiengängen sind derzeit 1.678 Studierende eingeschrieben, davon sind 948 Frauen und 730 Männer. Die meisten Teilzeit-Studenten verzeichnet der Fachbereich Wirtschaftswissenschaften. Teilzeitstudiengänge beinhalten stärkere Präsenzphasen. Zwei Tage pro Woche sollten Sie für Präsenzveranstaltungen an der Hochschule aufwenden. Voraussetzung für ein Teilzeitstudium ist der Nachweis, dass die Studierenden Kinder in einem Alter haben, in dem sie betreut werden müssen oder der Nachweis, dass sie eine Stelle mit einem Arbeitsvertrag über mindestens 50 Prozent haben. Außerdem gilt der Numerus Clausus genauso wie in den identischen Vollzeitstudiengängen. Nicht zu verwechseln ist das Teilzeit- mit dem dualen Studium. Denn duale Studiengänge finden in Kombination mit einer Ausbildung in einem Unternehmen statt.

Tag der offenen Tür

Der nächste „Tag der offenen Tür“ an der Hochschule Niederrhein in Mönchengladbach findet am 27. April 2013 statt. Wie jedes Jahr ermöglicht er Schülerinnen und Schülern, Eltern, Lehrerinnen und Lehrern, Berufstätigen und Interessierten einen Einblick in die Fachbereiche und deren Studienangebote. Neben den vielfältigen Projekten in Lehre und Forschung bietet der Tag der offenen Tür umfassende Informationen zum Studienangebot, zahlreiche Schnuppervorlesungen sowie ungewöhnliche Experimente und Aktivitäten. Weitere Infos unter www.hs-niederrhein.de

MEZCALITO

STUDI NIGHTS

JEDEN MITTWOCH UND DONNERSTAG

GASTHAUSSTR. 30 • 41061 MG-ALTSTADT • TEL. 02161 - 176640

GEÖFFNET VON **MI.** BIS **SA.**

2013 live im Airport

Mit der Verpflichtung von The Fixx und Uriah Heep für Clubkonzerte im Airport-Terminal dürfen sich Musikbegeisterte aus der Region auf die ersten beiden Top-Acts des Jahres am Flughafen freuen.



Der charismatische Sänger **Cy Curmin** von **The Fixx** begeisterte die Fans bereits 2012 am Flughafen.

The **Fixx** und **Plexiphones**

The Fixx kommen in Originalbesetzung und spielen das Auftaktkonzert Ihrer aktuellen Tournee 2013 in Mönchengladbach. Die britische New Wave-Band hatte ihre größten Erfolge in den Achtziger Jahren. Vor allem in den USA war sie zeitweise berühmter als im eigenen Land. Die bekanntesten Stücke sind unter anderem One Thing Leads to Another, ein Nummer-4-Hit in den USA, Red Skies, Less Cities More Moving People und Built for the Future. Prägend für den Sound von The Fixx sind die ätherischen Stratocaster-Gitarrenriffs von Jamie West-Oram, eine präzise und sparsam arbeitende Rhythmusgruppe sowie die farbliche Untermalung mit ungewöhnlichen Synthe-Klängen. In den teils anspruchsvollen Texten von Cy Curmin drückt sich gesellschaftliches und politisches Bewusstsein aus. Obwohl einige ihrer Alben vom damals sehr erfolgreichen Produzenten Rupert Hine produziert wurden, gelang der Band kein Durchbruch in die kommerzielle Oberliga.

Will man den Sound der Mönchengladbacher Band **Plexiphones** beschreiben, passen am ehesten Vergleiche mit britischen Bands der 80er-Jahre. Doch wird man damit der klanglichen Komplexität und dem kraftvoll-rockigen Appeal der Songs nicht wirklich gerecht. Denn bei näherem Hinhören fühlen sich die Songs der Plexiphones dann doch weniger retro an, sondern präsentieren sich eigenständig auf der Höhe der Zeit: tanzbar, schweißtreibend, hoch emotional, zuweilen hypnotisch und stets unverkennbar eigen. So langsam kommen die ersten Erfolge: Der Londoner Musikproduzent Tom E. Morrison, der schon mit Musik-Größen wie Underworld, Rupert Hine und Bonnie Tyler zusammengearbeitet hat, entdeckte das Elektro-rock-Kollektiv Ende 2011 und nahm es auf seinem neuen Indie Label Big Sky Song Records unter Vertrag. Im Oktober 2012 gelang es dem Label, den Titel „Hideaway“ auf dem neuen CD-Sampler „Celebrate!“ des Modelabels s.Oliver zu platzieren. Seit November 2012 stehen die beiden digitalen Plexiphones EPs „The London Tapes“ und „The Electric Remixes“ weltweit in allen großen Online-Portalen zum Download bereit.

Plexiphones aus Mönchengladbach.

.....
Doppelkonzert: The Fixx und Plexiphones am Samstag, 4. Mai 2013.

Uriah Heep

Uriah Heep ist eine britische progressive Hardrock-Band, deren Gründung bereits in den späten 60er-Jahren erfolgte. Gemeinsam mit Black Sabbath, Deep Purple und Led Zeppelin zählen Uriah Heep zu den frühen und erfolgreichsten Vertretern des Hardrock. Im Unterschied zu vielen anderen Interpreten des Genres gewichten Uriah Heep in einem Teil ihrer Werke die melodische und romantische Seite des Hardrocks durch ihren ausgefeilten, oft mehrstimmigen Gesang stärker. Uriah Heep haben bis heute über 30 Millionen Tonträger verkauft.



Bühne statt Ruhestand: **Uriah Heep** trotzen dem Rentnerdasein.

2011 veröffentlichte die Band das 22. Studioalbum „Into the Wild“ sowie die Auskoppelung „Nail On the Head“. Zudem erschien ein „Official Bootleg Volume 4“ von einem Konzert in Brisbane.

Veranstalter Frajo Kromeich freut sich wie ein kleiner Junge darüber, dass Uriah Heep bei ihrer Deutschlandtour, in der sie normalerweise in Hallen ab 1.000 Zuschauer aufwärts spielen und diese auch spielend ausverkaufen, einen Zwischenstopp in seiner Heimatstadt Mönchengladbach einlegen und sich für ein Clubkonzert für maximal 400 echte Fans begeistern konnten. An diesem Abend werden sie ihren alten Idolen so hautnah auf die Finger schauen können, wie es sonst nirgendwo auf der ganzen Tour der Fall sein wird.

.....
Uriah Heep spielen am Freitag, 3. Mai 2013.

TERMINE UND INFO

- Fr. 22.3.2013: **Snakewater** Abschlusskonzert Deutschland-Tournee
- Fr. 5.4.2013: **Jutta Weinhold & Ihre Akustik Randle**
- Sa. 13.4.2013: **Todd Wolfe** Premiere Deutschland-Tournee
- So. 28.4.2013: **Große Oldtimer-Rallye** (MSC Wickrath)
- Fr. 24.5.2013: **Pat Travers**
- Fr. 14.5.2013: **Ryan McGarvey**

Info und Tickets über www.airport-event.de

SOO!

MUSS TECHNIK

419,-

Bis zu 10 Stunden
Akkulaufzeit

7,9" IPS LED Display

Dual-Core A5 Prozessor



**IPAD MINI
TABLET**

7,9" IPS Display, Multitouch mit Gestensteuerung, Dual-Core A5 Prozessor, bis zu 10 Stunden Akkulaufzeit, Wi-Fi + 4G, Front- und Rückkamera mit Full HD Auflösung, Siri-Sprachsteuerung, Gewicht ca. 312g, Art. Nr. weiß 1629651 / schwarz 1629650

Alle Angebote ohne Dekoration. Angebote gültig vom 01.02. bis 28.02.2013. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Irrtümer und technische Änderungen vorbehalten.

1,-¹

Je

iOS 6

4 Zoll Retina Display

Schnelles LTE-Internet



**IPHONE 5 16GB WHITE (TELEKOM)
VERTRAGS HANDY**

Benutzerfreundliche Sprachsteuerung per Siri (Sie können mit Ihrer Stimme Nachrichten senden, Telefonnummern wählen, Termine machen und mehr), der neue A6 Chip sorgt für schnellere CPU-Leistung und flüssiges Spielen, iSight 8-Megapixel-Kamera mit HD-Videoaufnahmefunktion (Panoramabilder mit bis zu 240 Grad aufzeichnen + verbesserte Bildstabilisierung). Art. Nr. 1619822



49,90¹

Monatlich



¹ Nur gültig bei Buchung eines Flat All-Star mH 10 Tarifs. Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Aktion gültig vom 01.02. bis 28.02.2013. Alle Tarif-Infos in Ihrem Saturn und auf www.saturn.de/debitel

KEINE MITNAHMEGARANTIE. ANGEBOT GILT NUR, SOLANGE DER VORRAT REICHT.

Saturn Techno-Markt Electro-
Handelsgesellschaft mbH
MG-CITY direkt neben P&C

Hindenburgstrasse 42
41061 Mönchengladbach
Tel.: 02161/30950

Ab 20 €
Einkauf
1 Stunde
kostenlos parken



Saturn Techno-Markt Electro-
Handelsgesellschaft mbH **MG-RHEYDT**
in der Galerie am Marienplatz

Stresemannstr. 1-7
41236 Mönchengladbach
Tel.: 02166/6225-0




SATURN

SOO! MUSS TECHNIK

Valentinstag
14. FEBRUAR



Das Schönste für deine Prinzessin

Schatzinsel
SILBERSCHMUCK

WALLSTRASSE 8 · MG
INH. JUTTA KAISER · TEL. 206605

RESTAURANT
FOUR SENSES
schwarz is(s)t bunt



AM 14.2. IST
VALENTINSTAG
CANDLE-LIGHT-DINNER
MIT IHREM LIEBSTEN
IM „FOUR SENSES“

JETZT RESERVIEREN: 02161-967726
REYERSTRASSE - KOENIGSKARREE, 41065 MG
>> NEUE ÖFFNUNGSZEITEN <<<
SO-FR AB 18 UHR · SA AB 12 UHR
WWW.FOUR-SENSES.DE · INFO@FOUR-SENSES.DE

Herzliche Geschenke zum Valentinstag

Rosen sind Ihnen zu gewöhnlich? Wir haben Ihnen romantische und kreative Ideen für eine gelungene Valentinstags-Überraschung zusammengestellt.

Text: Helen Ophei und Sabrina Kirnapci

72 Gedichte von der Liebe

Erich Fried ist einer der meistgelesenen deutschsprachigen Lyriker. Wenn Sie bereits ein Valentinstagsgeschenk haben, aber noch keine Idee, welcher gefühlvolle Spruch auf Ihrer Karte stehen soll, kann Ihnen Fried garantiert helfen. In seinem Buch „Als ich mich nach dir verzehrte“ finden Sie 72 romantische Gedichte, mit denen Sie Ihrem Partner eine Freude machen können. ISBN: 3803111196

Gesehen bei Buchhandlung Wackes für 13,90 €.



Süße Verführung

Marc de Champagne brut Café Royal: Allein der Name zergeht auf der Zunge! Der durch einen Schuss Kaffee verfeinerte Trüffel-Sahnelikör ist ideal, um auf weitere süße gemeinsame Jahre anzustoßen. Das Herz an der Flasche weist dabei die Richtung.

Gesehen bei Teelikatesse für 15,- € (200 ml)



Stilvolle Frühstücks-Deko

Zum Frühstück am Valentinstag gehört ein besonderes Ambiente. Kerzen und Blumen lassen sich mit diesen Designerstücken aus dem Hause Stelton stilvoll platzieren. Der Name der Serie unterstreicht den Anlass: EMBRACE heißt nämlich „Umarmung“.

Gesehen bei Tellmann, Vase: 44,95 €, Windlicht: 16,50 €.



Romantisches Verwöhnpaket

Riechen, fühlen, genießen und entspannen – ein Verwöhnpaket für alle Sinne bietet Finlantis als Valentinstag-Special an. Im Sonderpreis inbegriffen sind der Tageseintritt in die Saunalandschaft, ein Glas Prosecco oder Bier und eine 25-minütige Aromaöl-Massage. Eine ideale Möglichkeit für Paare, schöne gemeinsame Erinnerungen zu sammeln.

Gesehen bei Finlantis, Preis für 2 Personen: 70,- €, Preis für 1 Person: 37,- €.

Ein Herz aus Rosenquarz

Wenn Ihre Liebste immer etwas von Ihnen bei sich tragen möchte, wäre dieser in Silber gefasste Rosenquarz-Herzanhänger eine gute Wahl. Das romantische Schmuckstück wurde in Indonesien handgefertigt.

Gesehen bei der Schatzinsel für 98,- € (Silberkette: 78,- €).

Leuchtende Herzensbotschaft

Diese Kerze birgt eine Überraschung, denn je länger sie brennt, desto mehr Worte Ihrer Liebeserklärung werden sichtbar. Die Wortlicht-Kerze zaubert zudem eine romantische Atmosphäre.

Gesehen bei www.artundform.de für 14,90 €.



Elegante Schmuckbox

Diese herzförmige Schmuckbox eignet sich hervorragend dazu, einen Verlobungsring oder anderen Schmuck zu verpacken. Wer die Sache langsam angehen möchte, kann natürlich auch nur die formschöne Schatulle schenken und auf der Valentinskarte ankündigen, dass sie sich auf dem gemeinsamen Weg füllen wird.

Gesehen bei Galeria Kaufhof für 19,95 €.



Spiegelei von Herzen

Eine leckere Liebeserklärung für den Partner gelingt Ihnen mit dieser gusseisernen Herzchen-Pfanne. Besonders beim Frühstück können Sie mit herzförmigen Spiegeleiern und Pfannkuchen begeistern.

Gesehen bei www.skeppshult-onlineshop.de für 67,95 €.



Zündstoff Liebe

Frisch verliebt? Dann ist dieses Spiel vielleicht genau das richtige. Mit den 300 verschiedenen Fragen rund ums Thema Liebe, können Sie in lustige - manchmal sicher auch in recht aufschlussreiche - Gespräche mit Ihrem Partner einsteigen und neue Seiten an ihm entdecken.

Gesehen bei Buchhandlung Degenhardt für 14,95 €.



Finlantis *Sauna-Special*



Magische Stimmung

Nacht des Lichts
16.2.2013, 18.00 bis 24.00 Uhr

Geheimnisvolle Lichter und Kerzenschein überall. Wir zelebrieren am 16. Februar die Nacht des Lichts mit aromatischen Aufgüssen und besonderen FinSpa-Angeboten. Genießt zwischen den Saunagängen frische Gerichte in der FinLounge. Nacktbadefans haben den ganzen Abend lang freien Eintritt ins NetteBad.

Egal ob Sauna oder Massagen – bei Finlantis findest du genau das Richtige!

Öffnungszeiten:
Mo: 14-22 Uhr · Di und Mi: 10-22 Uhr · Do, Fr und Sa: 10-23 Uhr
So: 10-20 Uhr · Ladies' Spa: Damentag immer am 1. Montag im Monat (außer in den Ferien)

Buschstraße 22 · 41334 Nettetal · Tel. 0 21 57 895 95 70



Nistkästen: Ein Zuhause für die Natur



Geben Sie unseren heimischen Vogelarten ein Zuhause!

Mit unseren Nisthilfen für:

- Kohl- und Blaumeise
- Mauer-, Rauch- und Mehlschwalbe
- Star oder Fledermaus



Auch für Bienenvölker haben wir das richtige Zuhause - unsere Bienenbeute!!!



www.aviami.de

Aviami ist eine Produktlinie des



WIR BAUEN FÜR SIE UM ...

... SIE STAUBEN DABEI AB!



Unseren Räumen in Glehn geben wir einen neuen Look und dafür brauchen wir Platz. Während der Baustellenphase haben wir bis zum 06.02.2013 für Sie alle

Fassungen um bis zu
75%* reduziert!

* Nicht mit anderen Aktionen oder Sonderangeboten kombinierbar. Pro Person und Kauf nur ein Rabatt gültig.

Bis zum 06.02. ist unser Geschäft wie gewohnt für Sie geöffnet.

Während der Umbauphase sind wir weiterhin mit unserem Service für Sie da und auch die fertigen Brillen können Sie abholen.

Sie erreichen uns über die Hofseite, die Sie vom Parkplatz der „Post Apotheke“ finden.

Ab dem 16.02. freuen wir uns auf Ihren Besuch in frischem Ambiente.

Marktstraße 8
41236 MG-Rheydt
Tel.: 02166/40885

**Optik
Neeten**

Hauptstraße 59
41352 K'broich-Glehn
Tel.: 02182/50062

Beratung für gutes Sehen

www.neeten.de

OPTIK
Schiffer

DIE AKTUELLE KOLLEKTION
GROSSE AUSWAHL AN PREMIUM EYEWEAR

MARKUS T

Intelligente Brillenkonstruktionen
100 % Handmade in Germany



Hauptstraße 63 · 41236 MG-Rheydt

Tel. 02166 / 40197 · info@optikschiffer.de

Durchblick 2013

In der Brillenmode 2013 dominieren weiterhin eine klare reduzierte Formensprache und schlichte Farben. Dominante Vollrandbrillen wechseln sich ab mit technisch ausgefeilten und sehr leichten Gestellen.



RED BULL

Die Stainless Steel Fassungskollektion von Red Bull Racing Eyewear ist in ihrer Formensprache sportlich und klassisch zugleich. Das Farbdesign orientiert sich an Farben aus der Welt des Motorsports. Schwarz, Gold, Silber sowie Rot-, Braun- und Blau-Töne mit verschiedenen Oberflächenbearbeitungen. Die Acetat-Kollektion ist eine Mischung aus Sportlichkeit und Dynamik. Hochwertiges Acetat für die Front und die Bügel verspricht einen angenehmen Tragekomfort und Leichtigkeit. Gesehen bei Optik Schrämmes, Liebfrauenstr. 51, 41066 MG



LACOSTE & CK

Korrektionsbrillen von Lacoste (Reihe oben) sind alltagstauglich, originell und ausgefallen. Von unauffällig-seriös bis imponierend reicht die Formenvielfalt der französischen Traditionsmarke. Calvin Klein (Reihe unten) setzt seit jeher auf Purismus und Minimalismus in der Mode. Dieser Anspruch setzt sich auch in der Brillenkollektion des Modemeisters durch. So sind viele Brillenmodelle von ck klassische Vollrandbrillen, die eher dezente Farben tragen.

Gesehen bei Optik Pleines, Friedrichstr. 2, 41061 MG und Friedrich-Ebert-Str. 13, 41236 MG



MARKUS T

Der Designer Markus Temming, entwirft seit 1999 exklusive Brillenfassungen mit intelligenten technischen Konstruktionen. Das Ziel, Brillen zu 100 % in Deutschland zu produzieren, wird mit 60 Mitarbeitern in Gütersloh verwirklicht. Die Fassungen aus Titan oder Synthetikwerkstoffen wiegen nur zwischen 5 und 12 Gramm.

Gesehen bei Optik Schiffer, Hauptstr. 63, 41236 MG

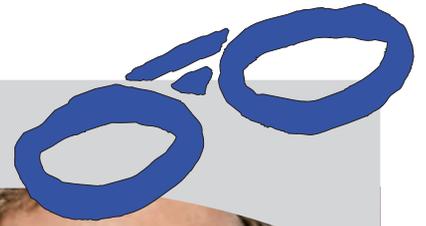


RAY BAN

Lange Zeit stand der Name Ray Ban nur für hervorragende Sonnenbrillen. Mittlerweile erweitert Ray Ban jedoch Jahr für Jahr die Anzahl der verfügbaren Korrektionsbrillen. Neben einfarbigen oder zweifarbigen Brillengestellen aus Kunststoff oder Titan sind einige leichte Brillenfassungen aus Metall in der neuen Kollektion von Ray-Ban verfügbar.

Gesehen bei Optik Neeten, Marktstr. 8, 41236 MG

BRILLENMODE &
KONTAKTLINSEN



Rasend gute
Brillenmode



OPTIK
SCHRÖMGES

Optik Schrömgès GmbH · Liebfrauenstraße 51
41066 Mönchengladbach · Telefon (02161) 99 44 20
www.schroemges.de · HR B 4011 AG Mönchengladbach

„ICH BIN
GLEITSICHTIG“

„ICH BIN
STYLESICHTIG“



Unsere Kunden sind vielseitig – unser Angebot passt für ALLE.

Glasoffensive 2013

50% auf alle Gläser*

* Gilt für alle Einstärken- und Gleitsichtgläser. Nur bis zum 23. Februar 2013. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.

Friedrichstr. 2 · MG · 02161/207454
Friedrich-Ebert Str. 13 · Rheydt · 02166/255669
Hindenburgstr. 33 · Korschenbroich · 02161/644764
Weitere Niederlassungen unter www.pleines.de

pleines
fashion optik

Liebe jeden Augenblick

Hochzeit 2013: Tipps und Trends

Glamour, Glanz und Gastgeschenke: Aufwändige Do-it-yourself-Dekorationen und Materialmixe liegen 2013 im Trend.



Hochzeitstisch im Vintage-Look.

Die Dekobranche und Brautmodewelt orientiert sich 2013 an all den Stilen, die eine tolle Atmosphäre schaffen: 20er-, 50er- und 60er-Jahre sowie das 19. Jahrhundert. Teil der Themenwelt ist der zwanglose Landhausstil, der mit Vintage-Elementen besonders romantisch wirkt. Feste nach klassischem Vorbild werden mit Glamour und Glanz so in Szene gesetzt, dass die Gäste aus dem Staunen nicht mehr herauskommen.

Bei der Planung wählt das Brautpaar ein zentrales Motto, das kann auch eine Farbe sein. Die komplette Feier wird dann danach ausgerichtet. Um den Festtag so persönlich wie möglich zu gestalten, wird vieles selbst kreiert und gemacht. Es gilt als Megatrend, Einladungs-, Menü-, Tisch- und Dankkarten nach eigenen Ideen zu basteln, ebenso die Gastgeschenke und Teile der Tischdekoration. Dabei werden eigene Entwürfe umgesetzt oder man holt sich Tipps und Anregungen von Hochzeitsprofis wie etwa auf dem Hochzeitsportal weddix, das für das Thema Do-it-yourself eine eigene Seite entwickelt hat. „Mit Anleitung ist die Ausführung denkbar einfach“, so die Geschäftsführerin Sylke Mann. Umgesetzt werden die Vorbereitungen bei Kreativtagen oder „Bridal-Showers“ mit Freundinnen, wo das Nützliche mit dem Angenehmen verbunden wird: Bei Prosecco und feinen Häppchen wird gelacht und gewerkelt, bis alles steht, was noch fehlt.

Solche Aktionen ersetzen oft sogar den Junggesellinnenausschied.

Einladungen mit Wow-Effekt

Exklusive Blankoeinladungskarten werden mit Edlem und Auffälligem gestaltet: helle oder kräftig-farbene Spitze, Bordüren und Bänder aus Satin oder transparentem Stoff – vorzugsweise mit Stickereien –, glitzernde Steinchen, Pailletten, Perlen, Sticker, Glitter und Naturmaterialien wie getrocknete Blüten und unbehandelte oder gefärbte Federn. Bei den Motiven rückt alles Verspielte wie Schmetterlinge, Vögel und florale Muster in den Vordergrund.

Der Vorhang öffnet sich Bühne frei für die Dekoration

Nachdem die letzten Jahre getreu dem Motto „Weniger ist mehr“ dekoriert wurde, werden jetzt überladene und eigenwillige Tisch- und Raumdekorationen den Gästen faszinierte „Ohs“ entlocken. Vogelvolieren und andere witzige oder – je nach Stil – nostalgische Elemente werden mit Streumaterial kombiniert. Frei drapierte Voiles und transparente Tischläufer aus schimmerndem Material mit edlen Mustern auf der

Tischwäsche bilden die passende Basis. Blumenvasen in erfinderischen Formen ersetzen das traditionelle Tischgesteck. Die Blütenstängel werden auf verschiedene Längen geschnitten, so entsteht ein lockerer Effekt. An Blumensorten kommt auf die Festtafel, was gefällt. Für Kerzen werden allerhand unterschiedliche Ständer und Behältnisse angeboten: Shabby-Chic-Lampen mit ausgestanzten Herzen machen sich besonders bei Hochzeiten im Landhausstil gut. Bei der Menükartenvariante sind der Fantasie ebenfalls keine Grenzen gesetzt. Eine Idee: Das Menü als „Flaschenpost“. Hierfür wird die Speisenfolge auf hübsches Papier gedruckt, das dann aufgerollt in dekorative farbige Reagenzgläser oder Flaschen gesteckt wird. Das Glas kann mit speziellen Stiften beschrieben werden und so gleichzeitig als Tischkarte dienen. Alles in allem auch ein wunderbar individuelles Give-away, das später zuhause als Blumenvase dient. Als Tischkartenvariante eignen sich außerdem Lebkuchen(-herzen) mit Zuckergussaufschrift und beschreibbare Schiefertafeln – einfach in Herzform oder eingefasst in Barockrahmen. „Gastgeschenke gelten als fester Bestandteil der Tischdekoration. Zu den Favoriten gehören Einmachgläschen, die mit selbstgemachter Marmelade gefüllt sind, sowie Glasfläschchen mit Korkverschluss, die ein besonderes Öl enthalten. Symbolisiert der Inhalt eine Anekdote aus dem Leben der Frischvermählten, wirkt das Geschenk noch persönlicher. Wurde der erste gemeinsame Urlaub beispielsweise in Italien verbracht, wäre feines italienisches Olivenöl eine gute Wahl. Als Füllung für dekorative Organzasäckchen und Kartonaugen eignen sich Teemischungen mit bunten Blüten, Gewürze oder Hochzeitsmandeln“, so Sylke Mann. Bei der Raum- und Außendekoration sorgen auffallende (Riesen-)Lampions und Holzlaternen im Used Look in allen Größen für Furore – sie geben Stehempfängen und Festen unter freiem Himmel den entsprechend festlichen Touch. Was die Farben anbelangt: Es ist in, was dem Brautpaar gefällt. Neue Töne sind Koralle, Pastelltöne von Rosa über Aquamarin bis zu Hellgrün sowie die Juwelenfarben Smaragdgrün, Rubinrot und Safirblau. Weiterhin haben Silber und Gold sowie Glitzersteine ihren großen Auftritt.

Filmreifer Auftritt

In noch keinem Jahr gab es so viel Materialmix und Farben bei den Brautkleidern wie 2013. Bei den Schnitten hat sich insgesamt nicht viel verändert, getragen wird, was der Figur schmeichelt – gleich ob schlicht, klassisch oder extravagant. Neu ist, dass völlig unterschiedliche Stoffe – meist an sich schon gewagte Kreationen – üppig mit Spitzen und Federn kombi-



Voll im Trend – Do-it-yourself-Gastgeschenke.

niert werden. Es funkelt und glitzert und Stickereien haben Hochsaison. Was Bräutigam und Gäste vor Bewunderung den Atem stocken lassen wird: die Braut im hellblauen, hellgrünen oder apricotfarbenen Rauscheckleid mit Wellendrapierungen aus Tüllstoff oder mit Volants. „Mit Reizen wird nicht gegeizt“, so ein weiteres Credo. Tiefe Ausschnitte, vor allem am Rücken, werden verzaubern. Die Accessoires setzen dann noch eins drauf. Bunt und auffällig müssen sie sein. Die Taille soll mit großen Stoffblumen oder Stoffgürteln betont werden, farblich abgestimmt auf den roten Faden der Hochzeit. Ein Revival erleben Broschen. Gut, wenn man noch ein mit wertvollen Steinen besetztes Erbstück im Schmuckkästchen hat. In der Bräutigam-Mode spielen Accessoires in auffallenden Farben und Mustern eine tragende Rolle: Manschettenknöpfe, Einstecktücher, Handschuhe, Krawatten oder – lange Zeit out – Fliegen setzen Akzente zu den ansonsten eher unauffälligen Anzügen in Schwarz-, Grau-, Erd- oder Blautönen. Bei den Schnitten setzen die Modeschöpfer auf eine schlanke Silhouette. In punkto Individualität ziehen nun auch namhafte Trauringdesigner nach: Ringe lassen sich im Online-konfigurator per Mausklick als Wunschmodell „kreieren“ – bisher war das selten möglich. Ob sich ein Paar für das beliebte Weißgold, das beständige Platin oder

das etwas günstigere Palladium entscheidet, hängt vom Budget ab. Was viele freut: FairTrade-Material ist jetzt fast überall erhältlich.

Starverdächtige Bilder

Völlig neu ist das Verständnis von Hochzeitsfotografie: Bereits in der Zeit vor der Hochzeit lassen die Verliebten Paarfotos von sich machen – im „normalen“ Outfit, aber geschminkt und gestylt versteht sich. Impressionen mit dem Titel „Hinter den Kulissen“ ergänzen die Fotoreportage am Hochzeitstag. Dies können Motive vom Schminken und Anziehen sein – der Fotograf ist überall mit dabei. Bei Stilhochzeiten hat sich die „Photobooth“ durchgesetzt. Diese Aufnahmen werden zum Motto passend verkleidet gemacht. Zunehmend beliebter ist das After-Wedding-Shooting, das meist erst Wochen nach der Trauung stattfindet. Hier kann der Fotokünstler leichter mit Outfit und Szenen spielen, zum Beispiel die Frau im Brautkleid und mit Turnschuhen über die Wiese laufen lassen. An so einem Tag ist es nicht tragisch, wenn die Frisur verrutscht, ein Fleck auf dem Anzug ist oder der Saum vom Brautkleid beschmutzt wird. Ist eine Stylistin mit dabei, lässt sich das Make-up immer wieder verändern.

Text: www.weddix.de



Eine Umfrage auf weddix.de ergab, **dass sich 85 Prozent der sich Vermählenden am meisten über Bares freuen.**



**JEWELIER
hartung**



Der Trauringspezialist

Gelbgoldringe schon ab
299,- €/Paar

Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.juwelier-hartung.de

Hindenburgstraße 35
41061 Mönchengladbach
Tel. 021 61 - 1 28 88

**Wir machen Sie fit
für Ihren großen Tag!**

Wir tanzen aus dem Rahmen!

TOMMY'S

Tanzstudio

Tanzkurse für
Brautpaare
Trauzeugen
Schwiegere Eltern
& andere Mutige



Mitglied im
 ADTV
 ZUMBA fitness
 Linsellesstr. 142-156
47877 Willlich
02154 - 816644
info@tommys-tanzstudio.de



Tortendesignerin Ute Kosmell gestaltet in liebevoller Handarbeit fantasievolle Torten nach den Wünschen ihrer Kunden.

Geschmackvolle Kunstwerke

Kaum zu glauben, aber wahr: Jedes Detail der handgefertigten Designer-Torten von Ute Kosmell ist essbar.

Text: Sabrina Kirmapci

Ein stattlicher weißer Drache sitzt auf einem Felsen im Meer, der von Wellen umspült wird. Gestreifte Pumps stehen auf edlem Untergrund vor einem Schuhkarton mit halb geöffnetem Deckel. Auf einem verwunschenen Baumstamm mit freundlichem Gesicht spielen Vögel, Hasen und Eichhörnchen. Wer sich durch die Online-Galerie von „Cake & More“ klickt, kann kaum glauben, dass es sich bei diesen Motiven um Torten handelt, bei denen man jedes Detail essen kann. Grund genug für uns, die Tortendesignerin Ute Kosmell um ein Interview zu bitten, um mehr über ihre Tortenkunst zu erfahren.

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, so außergewöhnliche Torten zu backen?

Die Idee kam mir auf der Hochzeit einer Freundin in Irland. Ihre Hochzeitstorte zeigte die detailgetreue Nachbildung ihres Hauses mit Garten. Ich erfuhr, dass diese Art der Tortengestaltung in Irland Tradition hat. Da ich schon immer gerne gestaltete, habe ich mich

zuhause einfach mal daran gesetzt und angefangen, eigene Torten zu entwerfen.

Heute verkaufen Sie die handgefertigten Designer-Torten mit großem Erfolg. Wie entsteht die Idee zu einer Themen-Torte? Machen Sie Vorschläge oder kommen die Kunden mit Entwürfen zu Ihnen?

Einige Kunden haben bereits Ideen, die ich dann realisiere. Hierbei stehe ich natürlich auch immer gerne beratend zur Seite. Oft entwickeln wir auch im Gespräch ein Design, das dem Anlass und den Vorstellungen der Kunden gerecht wird. Das vorausgehende „Kuchengespräch“ findet entweder bei mir persönlich vor Ort, per E-Mail oder Telefon statt.

Das Auge isst zwar mit, aber neben dem Design zählt auch der Geschmack. Kann man den ebenfalls auswählen?

Meine Kunden können aus vielen verschiedenen Kombinationen





Eine Hochzeitstorte für den **romantischen Start in die Ehe.**

wählen. Es gibt alle möglichen Varianten von Fruchtcreme über Schokocremes bis zu Pralinécremes mit einem guten Schuss Spirituose. Bei mehrstöckigen Torten ist es sogar möglich, jede Etage mit einem anderen Geschmack zu versehen. Wer möchte, kann ganz in Ruhe bei mir vor Ort probieren. Kommen die Kunden von weiter her, verschicke ich auch gerne Probepäckchen.

Gibt es Zutaten, die bei Ihnen nicht in die Torte kommen?

Ich vermeide alles Künstliche und alle naturidentische Aromen. Wenn die Torte nach Erdbeeren schmeckt, wurden auch Erdbeeren verwendet. Gelatine und andere Zusätze gibt es bei mir nicht. Deswegen bin ich dazu übergegangen, die Zuckerpaste, aus der die filigranen Figuren und Blüten geformt werden, selbst herzustellen. Das Rezept dazu habe ich auf meiner Internetseite veröffentlicht. Der einzige Zusatz, der mir in die Torte kommt, ist das CMC, ein ganz feines Zellulosepulver als Bindemittel. Darüber hinaus setze ich ausschließlich hochwertige Zutaten ein, bei-

spielsweise Bio-Eier und echte Vanille. Alle Torten können auch lactose- und glutenfrei oder sogar vegan bestellt werden.

Wie bekommt man ein mehrstöckiges Torten-Kunstwerk eigentlich in den Backofen?

Die Torte besteht aus einzelnen Böden, die abwechselnd mit der Füllung ausgeschichtet werden. Bei Motivtorten wird der Klotz dann angefroren und danach zurechtgeschnitten. Auf meiner Webseite habe ich die Entstehung am Beispiel einer Sportwagen-Torte dokumentiert.

Was kostet eine Torte?

Jede Torte ist ein Unikat, so dass es keine pauschalen Preise gibt. Der Mindestbestellwert liegt bei 60 Euro plus Anlieferung. Der Preis setzt sich aus der Größe und dem Aufwand für die Dekoration zusammen.

.....
Cake & More, Alte Schmiede 28, 47546 Kalkar
 Tel. 02824/7647, www.cakeandmore.eu



Gourmet Catering - nur das Beste kommt gut an!

Von hochwertigen Buffets und individuellen Menüs über anspruchsvolle Feste und Empfänge bis hin zu kreativem Fingerfood und leckerem Office-Lunch.

food & beverage Gourmet Catering
 M. Martin & H. Schröder GbR
 Kuhlenweg 6 · 41236 Mönchengladbach

Tel.: 021 66 / 29 53 65 · Fax: 021 66 / 29 53 66
 E-Mail: kontakt@foodbeverage.de
 Web: www.foodbeverage.de

2011 MARKTIMPULS.DE



bäckerei konditorei



**Für den schönsten Tag
in Ihrem Leben ...**

Bäckerei & Konditorei Greis
 Wir beraten Sie individuell mit Herz
 Kreuzstraße 3 · 47877 Willlich

www.baekerei-greis.de

Tu deinem Körper etwas Gutes, damit die Seele Lust bekommt, darin zu wohnen

Theresa von Avila

**GUTSCHEIN:
30% RABATT**
AUF DIE ERSTE
KOSMETISCHE
BEHANDLUNG!



NATURAL WELLNESS

Im Einklang mit der Natur

Entdecken Sie das Geheimnis natürlicher Schönheit mit ANNEMARIE BÖRLIND und erleben Sie die Welt der ganzheitlichen Schönheitspflege hier bei uns.

Wir freuen uns auf Sie!



Adenauerplatz 5 • 41061 Mönchengladbach
Tel.: 0157/84 643 992

WWW.NATURKOSMETIK-ECK.DE



Feiern in fürstlichem Ambiente.

*Intime Atmosphäre.
Heitere Leichtigkeit.
Kulinarische Genüsse.*



Lassen Sie sich von den Möglichkeiten in Schloss Dyck verführen. Wir beraten Sie gerne.

Stiftung Schloss Dyck
Frau Ulla Illbruck, Schloss Dyck, 41363 Jüchen
Tel. 02182-824209, info@stiftung-schloss-dyck.de
www.stiftung-schloss-dyck.de

SCHLOSS DYCK

Stiftung Schloss Dyck
Zentrum für Gartenkunst
und Landschaftskultur



Als Hochzeitsplanerin kümmert sich Melanie Wolf von der Einladungskarte über den Festsaal und das Hochzeitsmenü bis zum Rahmenprogramm um alles, was eine gelungene Feier ausmacht.

Mönchengladbach mag es klassisch

Melanie Wolf richtet seit 2008 Hochzeiten in Mönchengladbach und Umgebung aus. Wir sprachen mit ihr über lokale Trends, Hochzeitsvorbereitungen und Kosten für die Feier.

Text: Sabrina Kimapci

Farb- und Themenhochzeiten liegen 2013 im Trend. Haben Sie solche Anfragen aus Mönchengladbach auch schon bekommen?

Farbhochzeiten sind auch hier sehr beliebt. Das Farbthema zieht sich dann vom Brautstrauß über die Dekoration bis hin zu den Einladungs- und Menükarten durch die ganze Feier. Bei ungewöhnlichen Themenhochzeiten sind die Mönchengladbacher aber zurückhaltend. Motto-Feiern wie etwa eine Mittelalterhochzeit sind noch nicht angefragt worden. Es fehlt vielleicht der Mut, einmal etwas ganz anders zu machen. Was hier im Trend liegt, sind Vintage-Hochzeiten in romantisch-verträumtem Stil, bei denen zum Beispiel das antike Familien-Teeservice auf den Tisch kommt und die Dekoration mit großer Detail-Verliebtheit selbst gebastelt wird. Die Feier findet dann passend dazu auf einer schönen Wiese mit altem Baumbestand unter Lampions statt. Etwas ungewöhnlicher war eine mallorquinische Hochzeit, die ich ausgerichtet habe. Die Brautleute waren große Reise-Fans und Mallorca mochten sie besonders. Also haben wir die Hochzeit als eine Art mallorquinisches Sommerfest

mit locker-leichtem Ablauf, lässigem Flair und anschließender Rundreise durch Mönchengladbach gestaltet. Für die Deko habe ich beispielsweise mediterrane Farben, Olivenzweige und kleine Holzkisten verwendet. Es gab ein spanisches Menü, ein Grillbuffet und spanische Weine.

Wie lange braucht man für eine anständige Hochzeitsplanung?

Das kommt natürlich maßgeblich auf den Aufwand an. In der Regel sollte man aber mit gut einem Jahr Vorlauf rechnen, weil viele Räumlichkeiten weit im Voraus ausgebucht sind. Für diesen besonderen Tag möchte man ja auch alles mit Ruhe und Liebe zum Detail aussuchen und nicht unter Zeitdruck entscheiden müssen. Notfalls kann man eine Hochzeitsfeier aber auch in fünf Wochen auf die Beine stellen, wie ich feststellen durfte. Einmal kam ein verzweifertes Brautpaar zu mir, dem einige Dienstleister für die Hochzeit kurzfristig abgesprungen waren. Aus dem anfänglichen Chaos wurde zum Schluss eine schöne Zelthochzeit, die allen Spaß gemacht hat.

Zelthochzeiten sind generell sehr gefragt. Was ist das Besondere daran?

Bei Zelthochzeiten ist man in einem privaten Umfeld, da sie meistens auf dem eigenen Grundstück stattfinden, vielleicht hinter dem Haus oder auf dem Hof. Es wirkt also etwas heimlicher als in fremden Räumen. Viele gehen auch davon aus, dass eine Zelthochzeit günstiger ist, was allerdings nicht unbedingt stimmt. Der Logistikaufwand ist sehr hoch – das beginnt bei Strom, Wasser und Toiletten und endet bei der Frage, was man macht, wenn das Wetter nicht mitspielt. Bei einer Hochzeit zieht sich nicht nur das Brautpaar schick an. Da möchte keiner mit hochhackigen Schuhen durch den Matsch laufen, wenn es regnet, also muss man gegebenenfalls trockene Wege schaffen. Andererseits hat man bei einer Zelthochzeit viele Möglichkeiten, die Außendekoration stimmungsvoll zu gestalten. Abends kann man beispielsweise mit romantischer Beleuchtung arbeiten. Der Kreativität sind da keine Grenzen gesetzt. Ich habe mal eine Zelthochzeit auf einem riesengroßen Grundstück ausgerichtet. Dort haben wir eine wahre Zeltlandschaft aufgebaut. Es gab ein Zelt für die Trauung, eines fürs Catering, eines für Musik und Tanz und so weiter. Das war natürlich ebenso aufwändig wie schön. Grundsätzlich gilt immer: Je niedriger die Ansprüche und je mehr man selber oder mit Hilfe von Familie und Freunden macht, desto günstiger wird es. Das gilt für Zelthochzeiten ebenso wie für andere.



Olivenzweige und mediterrane Farben passend zur mallorquinischen Hochzeitsfeier.

Was sind die Vorteile, wenn man die Organisation an eine Hochzeitsplanerin auslagert?

Viele Paare sind voll berufstätig und haben kaum Zeit, sich um alle Details ihrer Hochzeit zu kümmern. Hinzu kommt, dass man für gewöhnlich nur einmal heiratet, so dass sie keine Übung haben und möglicherweise wichtige Dinge vergessen. Hochzeitsplaner haben nicht nur die kleinen und großen Aspekte einer gelungenen Hochzeitsfeier im Blick, sie arbeiten auch mit einem geprüften

Netzwerk. Ich treffe mich mit allen Dienstleistern – beispielsweise mit Musikern oder Fotografen – persönlich und schaue, ob die Chemie stimmt und ob sie zum Hochzeitspaar passen. Außerdem habe ich bei der Planung stets das Budget im Blick. Paare können eine Summe nennen, die nicht überschritten werden darf, und bekommen von mir regelmäßig Tabellen mit den Buchungen und Kosten. Wenn ein Wunsch nicht oder nicht mehr ins Budget passt, teile ich das bereits zu Beginn im Vorgespräch mit. Da hilft natürlich die langjährige Erfahrung, mit der man die Gesamtkosten einer Hochzeit abschätzen kann. Ein weiterer Vorteil: Am Tag der Hochzeit wird es hektisch. Es ist schon passiert, dass die Band zum falschen Ort gefahren ist oder andere Dinge schiefgingen. Das Hochzeitspaar selber kann sich in diesem Moment nicht darum kümmern. Hochzeitsplaner sind jedoch vor Ort und regeln solche Vorfälle im Hintergrund, damit doch noch alles glatt läuft. Zusammenfassend würde ich sagen: Mit Hochzeitsplaner sparen Heiratswillige Zeit und Nerven und können sich sicher sein, dass die Kosten nicht aus dem Ruder laufen.

Was kostet denn der Hochzeitplaner selber?

Das kommt natürlich wieder maßgeblich auf die Feier und den Organisationsaufwand an. Durchschnittlich kann man mit 15 % vom gesamten Budget rechnen. Man kann bei einem Hochzeitsplaner natürlich auch Teilleistungen buchen. Wer beispielsweise nur passende Räumlichkeiten, einen guten Fotografen oder einen DJ sucht, kann sich ebenfalls gerne an mich wenden.

Melanie Wolf, Pauenstr. 51, 41179 MG, Tel. 02161/6789222
www.wonderfulmoments.de

INFO

Melanie Wolf ist nicht nur Hochzeitsplanerin, sondern auch ehemalige Schiedsrichterin. Sie hat Spiele bis zur Landesliga der Männer und bis zur zweiten Bundesliga der Frauen gepfiffen. Klar, dass sie sich mit Fußball bestens auskennt und ihre Fühler rein hochzeitstechnisch auch schon in Richtung Borussia ausgestreckt hat. Eine Hochzeitsfeier im Stadion ist möglich und mit ein wenig Glück kommt sogar Maskottchen „Jünter“ vorbei, um dem Brautpaar zu gratulieren.

Restaurant

Kaiser Friedrich
am Bunten Garten

Entspannen *Genießen*



Erleben *Feiern*

Feiern Sie ihr Fest in einer der schönsten Locations Mönchengladbachs.

Exzellente Küche, persönlich professioneller Service und Räumlichkeiten für 15-400 Personen erwarten Sie.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

www.kfh-mg.de

Hohenzollernstr. 15, 41061 Mönchengladbach
Telefon: 02161 466 55 11, E-Mail: info@kfh-mg.de

Montag Ruhetag, durchgehend warme Küche

Flachs Hof



Sie möchten Ihre Hochzeit feiern?

In einem Landgasthof mit überdachtem Innenhof?
Mit 20 oder 80 Personen?

Übrigens: Auch Ihren Geburtstag können Sie bei uns in stilvollem und gastlichem Ambiente feiern.

Restaurant Flachs Hof • Der Landgasthof im Grünen Merreter 10, 41179 Mönchengladbach-Rheindahlen
Tel.: 021 61 / 58 49 96, E-Mail: flachs.hof@t-online.de



Hier wird Hochzeit gefeiert!

In Mönchengladbach und Umgebung gibt es viele Möglichkeiten, in wunderschöner Ambiente Hochzeit zu feiern. Wir stellen Ihnen einige davon vor.

Text: Sabrina Kirnapci

Palace St. George

Der mit modernster Technik ausgestattete Prinzen-saal im Palace St. George bietet für kleine und für große Hochzeitsgesellschaften mit bis zu 250 Personen den idealen Rahmen für eine Feier auf exklusivem Niveau. Das erfahrene Team um Spitzenkoch Wolfgang Eickes begleitet die Gäste vom Empfang bis zur Verabschiedung mit einem professionellen Service, den man von gehobenen Häusern erwartet. Im Designhotel mit zwölf individuell gestalteten Zimmern können Gäste stilvoll und gemütlich übernachten.

Konrad-Zuse-Ring 10, 41179 MG
Tel. 02161/549880, www.palace-st-george.de

Gasthof Loers

Das Herzstück des „Gasthof Loers“ ist ein Festsaal, der sich für kleine und große Hochzeitsgesellschaften von 40 bis 320 Personen eignet. Es steht eine große Bühne zur Verfügung. Die Möglichkeiten der Übernachtung sind bei Hochzeiten besonders praktisch. Der Gasthof bietet exklusive Pauschal-Arrangements für Hochzeitsfeiern an, die vom Sektempfang bis hin zum Buffet alles enthalten, was ein Brautpaar sich wünscht. Zum Preis von 64,- Euro pro Person bleibt dabei auch noch Geld für die Flitterwochen übrig.

Mürrigerstr. 17, 41068 MG
Tel. 02161/953920, www.gasthofloers.de

Haus Erholung

Elegantes Ambiente, moderne Technik und ausgezeichnete Gastronomie sind im „Haus Erholung“ die Basis für gelungene Hochzeitsfeiern. In der exklusiven Atmosphäre des Bauwerks stehen sieben Veranstaltungsräume zur Verfügung, angefangen mit Räumen für kleine Gesellschaften bis hin zum Kaisersaal, wo bis zu 300 Personen feiern können. Die Außenanlage mit Springbrunnen lädt zum Spaziergang ein und eignet sich als romantische Kulisse für Hochzeitsfotos. Die Innenräume bieten Platz für Live-Musik und Tanz.

Johann-Peter-Boelling-Platz 1, 41061 MG
Tel. 02161/10094, www.hauserholung.de

Restaurant Kaiserhof

Das Team des „Restaurant Kaiserhof“ in Willich steht Brautpaaren mit Engagement und Erfahrung bei der Hochzeitsfeier zur Seite. Die hübsche Brasserie, das Restaurant, die Bar und der prunkvolle Kronensaal mit bis zu 140 Plätzen und großer Tanzfläche bieten schier unendliche Möglichkeiten für einen gelungenen Abend. Gäste, die von außerhalb anreisen, finden exklusive Übernachtungsmöglichkeiten. Hochzeitspaare dürfen zudem aus dem Fuhrpark wählen – vom Käfer über den Jaguar bis hin zur Pferdekutsche.

Unterbruch 6, 47877 Willich
Tel. 02154/87165, www.kaiserhof.org



Feiern Sie bei uns den schönsten Tag Ihres Lebens, und lassen Sie sich von unseren Arrangements verwöhnen.

64,00 € pro Person

inkl. Getränke, Hochzeitsbuffet etc.



Gasthof Loers
Mürrigerstr. 17 · MG-Venn
Tel. 0 21 61 / 95 39 20
www.gasthofloers.de

Restaurant Kaiser Friedrich

Herrschaftliche Zimmer, provenzalisch-verspielte Details, lichtdurchflutete Räume und ein sensationeller Blick in den schönen Park machen aus dem Restaurant Kaiser Friedrich einen Ort der besonderen Art. Wer hier Hochzeit feiern möchte, hat die Qual der Wahl, in welchem der hübschen Räume er dinieren will – ob Hochzeitszimmer, Kaisereck, Sanssouci, Kaiserin Viktoria oder Balkonsaal – alle Zimmer sind von stilvollem Ambiente und das Team hilft mit Herz und Können bei der Umsetzung individueller Wünsche.

Hohenzollernstr. 15, 41061 MG, Tel. 02161/4665511, www.kfh-mg.de

Schloss Dyck

Die Stiftung Schloss Dyck bietet in Zusammenarbeit mit der Gemeinde Jüchen die Möglichkeit zur standesamtlichen Trauung im Schloss. Hierfür steht das Terrassenzimmer im Südflügel zur Verfügung. Nach der Zeremonie kann die Hochzeitsgesellschaft den historischen Landschaftspark und die Ausstellungen im Schloss besuchen oder das außergewöhnliche Schlossambiente für einen Sektempfang nutzen. Die Anmeldung und die Organisation der Traueremonie werden über das Standesamt der Gemeinde Jüchen abgewickelt. Für den anschließenden Sektempfang und eine Feier in den Schlossräumen, Orangerie, Teehaus oder Park können sich Brautpaare an die Stiftung Schloss Dyck wenden.

41363 Jüchen, Tel. 02182/8240, www.stiftung-schloss-dyck.de

Flachs Hof

Inmitten ländlicher Idylle in Merreter befindet sich der Flachs Hof. Der 1684 erbaute Bauernhof bietet neben einem sehr persönlichen Service eine freundlich-helle Atmosphäre - innen verteilt auf zwei Ebenen, im Außenbereich gibt es einen überdachten Innenhof und einen Biergarten. Kleine Gäste können sich auf den Wiesen austoben, schaukeln und wippen. Für Hochzeitsfeiern steht außerdem ein geräumiger Gesellschaftsraum zur Verfügung. Ab 60 Personen können Hochzeitsgesellschaften auch das ganze Haus nutzen. Buffets, Fingerfood, Canapées in vielen Variationen und Hochzeits-Menüs werden mit der Familie Hastenrath individuell abgesprochen.

Merreter 10, 41179 MG, Tel. 02161/584996, www.flachshof.de

Lehmanns Restaurant

Feste feiern im Lehmanns, das heißt „Genießen mit allen Sinnen“ ganz nach den eigenen Wünschen. Im liebevoll renovierten Fachwerkhaus feiert man in warmen, bordeauxfarbenen Räumlichkeiten bei Kerzenschein und Kaminfeuer. Im Sommer genießen Hochzeitsgesellschaften den romantischen Garten mit uralten Platanen, liebevoll bepflanzten Kübeln und einem Meer von Kerzen und Kronleuchtern. Das erfahrene Team sorgt mit freundlichem Service und einer engagierten, kreativen Küchencrew dafür, dass Brautpaare sich an ihrem besonderen Tag um nichts kümmern müssen. Auf Wunsch gibt es sogar Unterstützung bei der Organisation des Rahmenprogramms.

Myllendonker Str. 247, 41065 MG, Tel. 02161/660393
www.lehmanns-restaurant.de

food & beverage

Wer eine Zelhochzeit plant, braucht einen zuverlässigen und guten Catering-Service. Hier bietet sich das Gourmet Catering von food & beverage an, das die Hochzeitsfeier auch zum kulinarischen Erlebnis macht. Das Team hat ausreichend Erfahrung mit großen Gesellschaften, so dass am großen Tag garantiert alles glattläuft. Für jeden Geschmack gibt es die passenden Buffets und Menüs, von klassischer bis mediterraner Küche. Wünsche des Hochzeitspaars stehen selbstverständlich an erster Stelle. Auf Wunsch übernimmt food & beverage auch die Bewirtung der Gäste.

Kuhlenweg 6, 41236 MG, Tel. 02166/295365, www.foodbeverage.de

Restaurant Kaiserhof Brasserie

HOTEL · BRASSERIE · RESTAURANT · BAR-LOUNGE · KRONENSAAL · WEINSHOP

HUMMER

Gaumenfreuden in Kruste und Schale. Genießen Sie in feinsten Kreationen das volle Aroma von Hummer, Langusten, Krebsen, Garnelen, Jakobs- und Venusmuscheln.

Und mit unseren ausgesuchten Weißweinen und Champagnern runden Sie dieses Geschmackserlebnis ab.

Knacken pulen dippem.

Der pure Genuss!

Öffnungszeiten

Mo-Sa 12:00-24:00 · Küche bis 22:00 • So 10:30-22:00 · Küche bis 21:00
Bar-Lounge: Fr & Sa Küche bis 1:00 • Terrasse von 12:00-24:00 • Kein Ruhetag

Unterbruch 6 · 47877 Willich-Schiefbahn · Tel. 02154/87165 · www.kaiserhof.org

Heiraten in Las Vegas?



Flugreisen von Düsseldorf ab **699,- €**

FLUG
CONTACT

Lufthansa
DEROUR

Flugcontact · Hauptstraße 12 · 41236 Mönchengladbach
Tel. 02166 - 612097 · reisen@flugcontact-online.de

MAKEUP · BRAUTSTYLING · HAIR



*Wir freuen uns mit Ihnen
auf den schönsten Tag Ihres Lebens!*

**Kosmetikinstitut
Nicole Steinhoff**
Hilderatherstr. 4
41179 Mönchengladbach
Tel.: 02161 / 57 65 84 5

www.die-beauties.de

Braut-Styles zum Verlieben

Am Hochzeitstag soll die Braut die schönste Frau des Abends sein. Wir haben Ihnen einige Profis herausgesucht, die dafür sorgen, dass dieser Traum Wirklichkeit wird.

Text: Sabrina Kirnapci

Kosmetikinstitut Nicole Steinhoff



Das Kosmetikinstitut Nicole Steinhoff bietet einen „Heimservice am Hochzeitstag“:

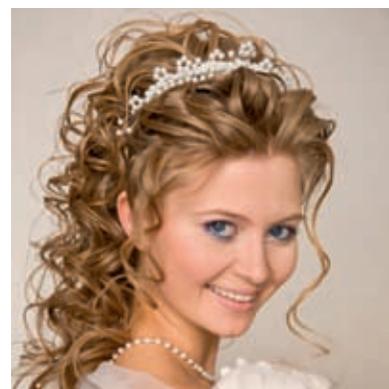
Eine Hochzeit ist stressig genug, da möchte man lange Fahrten und umständliche Termine vermeiden. Deshalb kommt der „Heimservice am Hochzeitstag“, den das Kosmetikinstitut Nicole Steinhoff anbietet, vielen Frauen sehr gelegen. Die Brautstyling-Profis starten ihren Service mit einem Probetag, der im Institut mit einer Beratung zur Frisur und zum Braut-Make-up beginnt. So wissen Sie schon im Voraus, wie Sie am Tag der Trauung aussehen werden. Am Hochzeitstag kommt das Team dann zu Ihnen nach Hause, so dass Sie entspannt in den heimischen vier Wänden die Verwandlung genießen können. Brautmütter, Schwestern und Freundinnen sind ebenfalls willkommen. Hier sind Kombi-Preise möglich. Das Kosmetikinstitut Nicole Steinhoff verwendet ausschließlich professionelle Produkte und garantiert, dass Make-up und Frisur bis zum nächsten Morgen perfekt sitzen werden.

Kosmetikinstitut Nicole Steinhoff, Hilderather Str. 41179 MG, www.die-beauties.de

mod's hair

Die Stylisten von mod's hair in Mönchengladbach kennen sich nicht nur mit glamourösen und romantischen Frisuren hervorragend aus, sie sorgen auch für ein perfekt gepflegtes Erscheinungsbild am großen Tag. Die Glanzveredlung fürs Haar ist nur eine Möglichkeit, die Braut zum Strahlen zu bringen. Darüber hinaus gibt es vom „Augenbrauen zupfen“ übers Make-up bis zur Maniküre alles, was „frau“ sich wünscht. Dabei greift das Team auf jahrelange Erfahrung auf dem Gebiet „Brautstyling“ zurück. Das Ergebnis ist ein stimmiges Gesamtbild, das perfekt zum Kleid und zum Typ passt.

mod's hair, Betrather Str. 73, 41061 MG
www.modshair-mg.de



Von der Frisur bis zum Make-up gibt es bei mod's hair ein professionelles Brautstyling.

Friseursalon Lothar Schmitz



Der Friseursalon Lothar Schmitz macht **märchenhafte Hochsteckfrisuren** durch Haarverlängerung möglich.

Wie zaubert man eine Traumfrisur, wenn das Haar nicht lang oder nicht dicht genug ist? Im Friseursalon Lothar Schmitz gibt es die Antwort, denn das Team arbeitet unter anderem mit dem System von Great Lengths, mit dem Haarverlängerungen und Haarverdichtungen aus natürlichem Echthaar umgesetzt werden. „Zu kurz“ oder „zu fein“ gibt es nicht – jede Frisur ist möglich von romantischen Wellen, die locker über die Schultern fließen, bis hin zu verspielten Flechtfrisuren, in denen Blumen und Perlenketten Halt finden. Wer mit Volumen und Spannkraft seiner Haarpracht zufrieden ist, kann das professionelle Hairdesign bei Lothar Schmitz auch ohne „Great Length“ genießen, sich eine märchenhafte Hochsteckfrisur machen und auf Wunsch auch ein festliches Braut-Make-up auflegen lassen.

Friseurmeister Lothar Schmitz, Von-der-Helm Str. 166 41199 MG, www.friseur-schmitz.de



Blumen Fragen

FLORISTIK
Hochzeit
Event
Trauer

GARTEN
Gestaltung
Pflege
Beet- und
Balkonpflanzen

FRIEDHOF
Gestaltung
und Pflege

Blumen Fragen

Am Waldfriedhof 5 · 41352 Korschenbroich
Tel: 02161 - 641020 · www.blumen-fragen.de



Die **Modenschauen auf der Hochzeitsmesse** finden jeweils um 13:00, 14:00, 15:00 und 16:00 Uhr statt.

Einfach JA! sagen

Am 2. und 3. Februar findet zum zweiten Mal in der „Alte Reithalle“ auf dem Schaffrath-Parkplatz an der Theodor-Heuss-Straße die größte Hochzeits- und Festtagsmesse der Region statt.

In Kooperation mit dem Wohnkaufhaus Schaffrath veranstaltet Norbert Pilawa die große Leistungsschau, die nach der erfolgreichen Erstaufgabe im letzten Jahr nun noch mehr Aussteller in die „Alte Reithalle“ holt: „Was die Anzahl der Aussteller angeht, sind wir völlig ausgebucht“, freut sich der Messeveranstalter. Der Trend, sich für den schönsten Tag im Leben professionelle Unterstützung zu holen, setze sich weiter fort, so der Experte.

Für zahlreiche Brautpaare und solche, die es werden wollen, sowie deren Angehörige gibt es direkt vor Ort viele Tipps und Anregungen, wie der schönste Tag im Leben perfekt über die Bühne gehen kann. Neben den klassischen Ausstellern wie Hochzeitsfotografen und Juweliere sind erstmalig auch Spezialisten für Lichteffekte und -technik vor Ort, die mit stimmungsvollen Licht-Installationen die „Alte Reithalle“ in ein immer neues Licht hüllen. Auch mit von der Partie sind diesmal Anbieter geeigneter Locations für Hochzeitsfeierlichkeiten sowie Wedding- und Eventplaner für alle Heiratswilligen, die nichts dem Zufall überlassen und den schönsten Tag ihres Lebens lieber vollkommen genießen wollen. Hinzu gesellen sich Konditoren, die ihre süßen Kreationen präsentieren sowie zwei professionelle Hochzeitssängerinnen, die ihr Können live unter Beweis stellen. Für Kinder wird eigens ein Ballonkünstler engagiert.

Gewinnen kann man nicht nur Eindrücke, sondern auch eine Reise für Verliebte: Unter allen Besuchern wird ein exklusives Wohlfühl-Wochenende in einem Wellness-Hotel verlost. Programmhöhepunkte der zweitägigen „Messe der Emotionen“ sind sicherlich die insgesamt acht Modenschauen, bei denen namhafte Anbieter von Braut- und Festmoden zahlreiche Models über den Laufsteg schicken und dabei ihre neuesten Kollektionen zeigen.

Die „Alte Reithalle“ von Schaffrath erweist sich einmal mehr als ideale Kulisse für eine Hochzeits- und Festtagsmesse. Veranstalter und Event-Manager Norbert Pilawa zeigte sich schon im vergangenen Jahr von der Location und vom Umfeld begeistert: „Ich freue mich, den Besuchern auch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches Programm sowie viele interessante Aussteller präsentieren zu können.“ Die Messe ist jeweils von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist für Besucher kostenlos. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.hochzeitsmesse-moenchengladbach.de

Berichtigung:

Wir haben in der letzten HINDENBURGER-Ausgabe geschrieben, dass die Hochzeitsmesse vom „Haus der Braut“ in Mönchengladbach veranstaltet wird. Das ist falsch. Der Veranstalter ist Norbert Pilawa, der die Messe in Kooperation mit dem Wohnkaufhaus Schaffrath ausrichtet.



UM LÄNGEN BESSER

Den schönsten Tag Ihres Lebens mit einer wunderschönen Frisur krönen: Davon träumen alle Frauen, die vor den Traualtar treten. Damit auch alles so funktioniert, wie Sie es sich vorstellen, sollten Sie früh genug zum Friseur Ihres Vertrauens gehen!

Vielleicht lassen Sie sich inspirieren von der fabelhaften Welt der Echthaarextensions von Great Lengths.

Haarverlängerung, die Sie nicht spüren – das gibt es wirklich! Great Lengths bietet wundervolle Qualität mit extrem flachen Bondings, die nicht nur unsichtbar, sondern auch kaum spürbar sind. Wundervolles Echthaar, perfekt von uns eingearbeitet und der Traum geht in Erfüllung. Der Traum von einem dichten, langen, gesunden und natürlich aussehenden Haar. Exklusiv für Sie bei uns!

Stelle frei, bewirb dich jetzt bei uns!

FRISEURSALON

Lothar Schmitz

ODENKIRCHEN
Von-der-Helm-Str. 166
41199 Mönchengladbach
Tel.: 02166 / 601153

WICKRATH
Trompeterallee 3
41189 Mönchengladbach
Tel.: 02166 / 1360890

WWW.FRISEUR-SCHMITZ.DE

Tipps für Kids

von Martin Huth



So ein Zirkus mit Puh Balluh ...

Der Clown Puh Balluh versucht mit seinem kleinen Partner Emil eine Zirkusvorstellung zu geben. Die Vorbereitungen verlaufen schon anders als gedacht. Ein Zollstock, der sich verwandelt, ein Klapptisch, der sich nicht aufbauen lässt, ein Besen, der sein Eigenleben hat ...

Dann verlässt der kleine Partner auch noch überstürzt die Manege und der Clown Puh Balluh muss alles alleine machen. Zirkusdirektor, Artist, Zauberer und Raubtierdompteur, alles in einer Person, wenn das mal gut geht! Zu bestaunen am Sonntag, 24. Februar um 15:00 Uhr im Theater Spielplatz! Eintritt: 4,- € für Kinder ab 3 Jahre, 6,- € für Erwachsene.

Bastlen und Zeichnen

Im Cafe Kreativ auf der Hauptstr. 20. in Rheydt freuen sich im Februar Martina Jacobs und Ute Jacobs-Spielmanns auf euch. Lernt Bastelmaterialien kennen und lasst dabei eurer Fantasie freien Lauf! Den Anfang macht am Freitag, 15. Februar das Mutter-Kind-Filzen von 15:00 bis 17:00 Uhr (Kosten: 30,- € inkl. Material). Am Donnerstag, 21. Februar häkelt ihr, mit viel bunter Wolle und Häkelnadel ausgestattet, Frühlingsapplikationen fürs schnelle Verschönern eurer Shirts und Taschen oder als Haarschmuck. Der Workshop geht von 15:00 bis 16:30 Uhr und kostet inkl. Material 20,- €. Weiter geht's am Freitag, 22. Februar von 15:00 bis 17:00 Uhr mit „Kinder filzen Schmuck“ (Kosten: 20,- € inkl. Material) sowie zur gleichen Zeit mit „Kunterbunte Tierwelt“. Der Zeichenkurs mit der Diplom-Designerin und Illustratorin Claudia Heine ist für Kinder ab 5 Jahre geeignet (15,- € inkl. Material). Anmeldungen unter Tel. 02166/6750098 oder E-Mail an Cafe-Kreativ-Rheydt@gmx.de



Puppentheater: Der Drache will heiraten

Als Drache hat man es wirklich nicht leicht und schon gar nicht, wenn man eine schöne Prinzessin heiraten will. Da hilft es nichts, wenn man selbst von seinem unwiderstehlichen Charme überzeugt ist und vor gut 120 Jahren sogar beim Schönheitswettbewerb für Drachen gewonnen hat. Nun ist „Mister Drache“ im besten Alter und fühlt den Frühling in seinen Adern. Bei der Brautsuche stößt er jedoch auf ungeahnte Schwierigkeiten: Mehrere Prinzessinnen lehnen es alle nacheinander ab, die Frau des gutmütigen Drachen zu werden, und schlagen ihm einfach die Palasttüren vor der grünen Nase zu. Eine will ihm gar ein

Fitnessprogramm verordnen – lächerlich! Eine andere schlägt seinen Heiratsantrag aus, weil er nicht lesen kann...Auf der zunehmend beschwerlichen Suche nach einer passenden Braut geht dem liebsten Drachen jedoch langsam ein Licht auf: Vielleicht sollte er lieber nach einer echten Drachenfrau Ausschau halten?

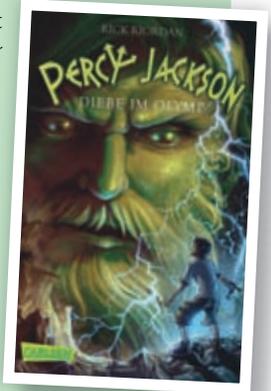
Dieses Kindertheaterstück ab 5 Jahre für zwei Schauspieler und sechs Puppen von Sabine Sanz könnt ihr am Sonntag, 24. Februar, 11:00 Uhr, im Studio des Theaters Mönchengladbach bestaunen. Die Karten kosten für alle Plätze 5,- €.

Rick Riordan Percy Jackson Diebe im Olymp

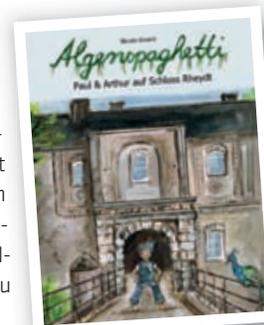
Percy versteht die Welt nicht mehr. Jedes Jahr fliegt er von einer anderen Schule, ständig passieren ihm seltsame Unfälle. Und jetzt lässt er auch noch aus purem Zufall seine Mathelehrerin in Dampf aufgehen und drei alte Damen stricken an den Socken des Todes. Was ist denn hier los? Atemlos spannend erzählt

Rick Riordan von Percys erstem Abenteuer. Nach und nach enthüllt sich uns sein Geheimnis und wir begegnen unheimlichen Gestalten aus der griechischen Mythologie, deren Geschichten der Autor unterhaltsam und lehrreich in den Roman einfließen lässt. Beste Unterhaltung für lesehungrige Kids ab 10 Jahre, aber auch ältere Kinder werden das Buch verschlingen! Und wem es gefallen hat: Die nächsten Bände warten schon!

Rick Riordan: Diebe im Olymp,
Carlsen Taschenbuch, 8,95 €, empfohlen
von prolibri Buchladen



Museumsführung Schloss Rheydt



Am Sonntag, 3. Februar, um 15 Uhr findet auf Schloss Rheydt wieder eine „Algen spaghetti“-Führung statt. Autorin Nicola Grosch wird euch über das Schlossgelände führen und die Plätze zeigen, die die Helene Paul und Arthur während ihres Abenteuers entdecken. Die Veranstaltung ist kostenfrei, es wird nur der übliche Museumseintritt fällig. Unter Telefon 02166/92890-15 bekommt ihr weitere Infos zur Führung und könnt euch dafür anmelden.

Am Sonntag, 3. Februar, um 15 Uhr findet auf Schloss Rheydt wieder eine „Algen spaghetti“-Führung statt. Autorin Nicola Grosch wird euch über das Schlossgelände führen und die Plätze zeigen, die die Helene Paul und Arthur während ihres Abenteuers entdecken. Die Veranstaltung ist kostenfrei, es wird nur der übliche Museumseintritt fällig. Unter Telefon 02166/92890-15 bekommt ihr weitere Infos zur Führung und könnt euch dafür anmelden.



Weitere Veranstaltungen findet ihr im Terminkalender ab Seite 56 unter „KIDS“!

Kinderkarneval in Mönchengladbach

Samstag, 2.2.2013

Kindersitzung KG Ruet-Wiss Okerke

15:00 Burggrafenhalle MG-Odenkirchen

Kinderkostümsitzung KG Spönnradsbeen Hardt

15:11 Festzelt Birkmannsweg, MG-Hardt

Sonntag, 3.2.2013

Kinderkarnevalsnachmittag KG Potz op

15:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen

Kindersitzung KG Roer môt

15:00 Sporthalle Zeppelinstraße MG-Lürrip

Donnerstag, 7.2.2013

Kinderkarneval an Altweiber

Mit großem Kostümwettbewerb!

ab 14:00 Städt. Jugendclubhaus

MG-Westend

Freitag, 8.2.2013

Kinder-Karnevalsfest

Mit Alex & Doris und Clown Pepe. Veranstalter: Mönchengladbacher Karnevalsverband e. V. und Große Rheydter Prinzengarde.

14:00 Aula Gymnasium Gartenstraße, Eingang Seminarstraße



Samstag, 9.2.2013

Kinderkarneval KG Die Kreuzherren Wickrath

14:00 Adolf-Kempken-Halle

Sonntag, 10.2.2013

Kinderkarnevalszug KG Botterblom

14:11 Konstantinplatz, MG-Giesenkirchen

Internationaler Kinderkarnevalszug KG Potz op

14:11 Schulzentrum MG-Rheindahlen

Montag, 11.2.2013

Kinderkarnevalszug KG Halt uut Pesch

14:11 MG-Pesch

Karneval - wat is dat?

Närrische Kinder-Karnevalstour

Veranstalter: Marketing-Gesellschaft

Mönchengladbach.

15:00 Treffpunkt:

Stadt-Touren-Schild,

Busspur am Parkplatz

Geraweiher

TIPP Jecke Pool-Party für kleine Narren am Samstag, 2. Februar, 15:00 bis 18:30 Uhr im Vitusbad, bei der ihr in Begleitung eines Erwachsenen kostümiert schwimmen, die Bekanntschaft von Seelöwen und friedlichen Krokodilen machen und euch bei Musik und spannenden Wasserspielen richtig austoben könnt (Eintritt: 2,80 €, Erwachsene zahlen 5,- €).

TIPP

12. Multi-Kulti-Kinderkarnevalsfest, Samstag, 2. Februar ab 15:00 Uhr in der Mehrzweckhalle Eicken. Hier erwartet euch ein Mix aus rheinischem Karneval und internationaler Folklore mit Kostümpremierung, Kinderschminken und Mitmachspielen. Es begrüßen euch das Kinderprinzenpaar der Stadt Mönchengladbach und die Moderatoren Dr. Michael Schmitz und Niko Aslanidis. Eintritt frei!

VITUS CENTER

Büro- u. Handelsflächen
provisionsfrei zu vermieten!
Rufen Sie an! Centermanager
Manfred Keil, Tel. 02133 44999

GÖTTERBOTEN FEUER VOM HIMMEL



Eine Meteoritenausstellung im Vitus Center mit besonderen Exemplaren – auch zum Anfassen! Ohne Eintritt ins All!

Der Astronomische Arbeitskreis e. V. lädt zu Führungen ein. Schulklassen willkommen. Anmeldung unter Tel. 01 73-2444295

Bastelaktion für Kinder
Sa, 2.2.2013, 12:00-16:00 Uhr

Eine Aktion der Werbegemeinschaft Vitus Center GbR in Zusammenarbeit mit dem Planetarium Laupheim und dem Astronomischen Arbeitskreis MG e. V.

BÜROSERVICE
Kornelia Gotzen

Zuverlässig. Professionell. Kreativ.

Unser Büroservice:

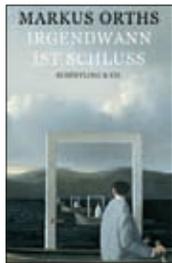
Ihr Wunsch: ständige Erreichbarkeit, auch ohne Büro! Unser Sekretariat nimmt unter Ihrem Firmennamen alle Anrufe entgegen. Diese werden ebenso zuverlässig und pünktlich bearbeitet oder an Sie weitergeleitet, wie Ihre Geschäftspost. Sie benötigen Präsenz vor Ort, brauchen aber kein eigenes Büro? Wir übernehmen Ihre administrativen Tätigkeiten für Sie.



Sie konzentrieren sich auf Ihr Kerngeschäft - wir halten Ihnen den Rücken frei!

Büroservice Kornelia Gotzen · An der Heldsmühle 27 a
41352 Korschenbroich · bueroservice@bs-gotzen.de
Tel. 02161-402570 · www.bs-gotzen.de

MARKUS ORTHS

IRGENDWANN IST SCHLUSS**Rasant**

Irgendwann ist Schluss! Aber nicht bei Markus Orths, der munter weiter schreibt und seine Leser mit hintergründigen Geschichten voller Sprachwitz bestens unterhält. Allen Erzählungen gemeinsam ist die Suche nach Sicherheit in einer Welt voller Ängste, verbunden mit dem Kampf gegen die vermeintliche oder tatsächliche Bedrohung. Auf schmalen Grat tasten sich die

Protagonisten am Leben lang, immer in latenter Absturzgefahr und doch permanent Überlebende wilder und grotesker Abenteuer. Und zum guten Schluss wie immer eine echte Niederrhein-Geschichte, die uns mit einem Lächeln ins wirkliche Leben entlässt. Die ideale Lektüre für kalte Winterabende.

Verlag Schöffling & Co, 248 Seiten, 19,95 €

Empfohlen von Buchhandlung Wackes, Hindenburgstr. 139
41061 MG, www.wackes-buch.de

RICHARD YATES

EINE GUTE SCHULE**Lehrreich**

Der 15-jährige William Grove, der Anfang der 40er-Jahre als Stipendiat an die Dorset Academy, einem kleinen Internat in Neuengland, kommt, unterscheidet sich nicht nur äußerlich von seinen Mitschülern: Das Haar hängt ihm fettig in die Stirn, sein abgenutztes Hemd ziert ein Muster aus Flecken und sein unmoderner Anzug hat auch schon bessere Tage gesehen. Schnell sind sich alle

einig, dass sie mit diesem „Zigeuner“ nichts zu tun haben wollen. Aber William ist nicht der einzige, der um Anerkennung und Freundschaft kämpfen muss. Sehr glaubwürdig, berührend und einfühlsam zeichnet Richard Yates das Porträt eines Jungen, der lernen muss, seinen Platz in der Gesellschaft zu finden.

Suhrkamp Verlag, 240 Seiten, 19,99 €

Empfohlen von Buchhandlung Degenhardt, Friedrichstr. 14
41061 MG, www.buchhandlung-degenhardt.de

RESI DOEPNER

DAS KLEINE HERZBUCH**Positiv**

Dieses kleine Gesamtkunstwerk macht die beeindruckend einfache Botschaft wirklich für jeden zugänglich. Das kleine Herzbuch ist etwas für alle Lebenslagen, ein zeitloser kleiner Trostspender, der einen Weg zeigt, mit Liebe im Alltag zu leben. Das liebevoll gestaltete

24-seitige Buch kommt außerdem mit einer CD daher, auf der Texte und Meditation der Autorin sowie Musik von Klaus Müßler vertreten sind. Des Weiteren gibt es noch eine herausnehmbare Herzensbotschaft in Brailleschrift, so dass die Botschaft wirklich jeden erreichen kann. Ein Buch für mehr Mut zur Liebe und Zufriedenheit.

24 Seiten, 17,95 €

Empfohlen von Livia Hilgers

I AM KLOOT

LET IT ALL IN**Britisch****INDIE POP**

Seit 2001 verfolgen die drei Briten eine klare schmachtende Indie Pop-Linie. Der Produzent des berühmterbuchtigten ersten „I Am Kloot“-Albums, Guy Garvey, saß auch dieses Mal an den Reglern. Vom Opener an wird man mit einem Gefühl der Heimat begrüßt. Auf dem Album findet man Stücke mit Streichern, tolles Songwriting und eine Mischung aus leichten Ausflügen zu Blues, Folk und kleine Jazz-Teile. „I Am Kloot“ laden den Hörer auf eine Reise ein, das Gefühl des warmen Sonnenregens nochmals in Gedanken zu genießen. Dieses Album reiht sich wunderbar in die Diskografie der Band ein.

PIAS/Rough Trade 10 Tracks, 9,29 €

CHRISTIANE OWMAN

LITTLE BEAST**Schräg****SINGER/SONGWRITER**

Die Schwedin Christine Owan experimentiert mit unterschiedlichen Instrumenten, Lärm und Geräuschen und schafft damit interessante Ergebnisse. Außerdem hat sie auch schon für Theater in Schweden und New York komponiert. Auch ihr neuestes Werk vereint unterschiedlichste Stile mit der persönlichen Note der kreativen Künstlerin, die auch gerne schon mal – wie das Cover erahnen lässt – die Säge spielt. Verträumt und verspielt und manchmal doch eher ein Alptraum, klingt dieses Werk wie ein Vorspann zu einem David-Lynch-Film und die Sängerin verführt uns mit ihrer kühlen Stimme.

Glitterhouse/INDIGO 10 Tracks, 9,99 €

THE JOY FORMIDABLE

WOLF'S LAW**Wütend****HARDROCK**

Das Dreigestirn aus Wales kommt mit einem neuen Meisterwerk daher und begeistert einmal mehr die Massen. Die junge Sängerin Ritzzy Bryan weiß mit stimmig gewaltigen Überraschungen zu überzeugen. Von Januar bis April touren die drei jetzt quer durch Europa und dann geht's über den großen Teich nach Amerika. Verdienterweise diesmal aber ohne Headliner-Begleitung, denn die sind sie selbst. Wer sich dieses Meisterwerk nicht entgehen lassen möchte, sollte auf jeden Fall eines ihrer Deutschlandkonzerte besuchen. Nächste Gelegenheit dazu: 18. Februar in Köln.

Atlantic/WEA 11 Tracks, 9,99 €

DVD

MOONRISE KINGDOM**Spannend****KOMÖDIE**

Wir schreiben das Jahr 1965 an der Küste von Neuengland. Die beiden 12-jährigen Pfadfinder Sam und die Anwalts-tochter Suzy schmieden in intimer Briefkorrespondenz den Plan, gemeinsam auszubrechen und sich in der Wildnis abzusetzen. Das Fehlen der beiden wird schnell bemerkt und so machen sich die Pfadfinder und die schrulligen

Eltern des Mädchens auf die Suche nach den beiden und ein Katz-und-Maus-Spiel beginnt. Bruce Willis ist endlich mal wieder in einer Nicht-Action-Rolle zu sehen und auch Edward Norton, Bill Murray und Tilda Swinton begeistern in schrägen und etwas komischen Rollen.

Universal Pictures DVD 12,99 €, BluRay 16,99 €

GAME

DEVIL MAY CRY**Apokalyptisch****ACTION**

Diesmal spielt man in Devil May Cry einen deutlich jüngeren Dante als im Spielvorgänger. Als Kind eines Engels und eines Dämons kämpft sich Dante durch die Vorhölle, wo er es mit allerhand Dämonen zu tun bekommt. Leider ist das Spiel wenig abwechslungsreich, man läuft,

streckt jemanden nieder, läuft wieder und so weiter. Dennoch begeistert die Grafik durch Einfallsreichtum und Details. Zum Glück gibt es nach dem Durchspielen aber genug Schwierigkeitsstufen, die das Spiel noch einmal interessant machen.

PS3/Xbox360/PC

**MUSIK
DVDs
GAMES**

Rezensiert von **Livia Hilgers**

KINO HIGHLIGHTS



LADIES NIGHT

Kokowääh 2

am 6.2.2013, 20 Uhr
Zutritt nur für Frauen

Zwei Jahre nachdem Henry, Katharina, Tristan und Magdalena eine Patchwork-Familie geworden sind, läuft alles drunter und drüber. Während Magdalena zum ersten Mal verliebt ist, beginnt Henry eine Karriere als Filmproduzent. Beim ersten großen Projekt muss er gleich mit dem überkandidelten Jungschauspieler Matthias Schweighöfer klarkommen. Katharina hat Schwierigkeiten, sich in der Rolle der Hausfrau und Mutter für Baby Louis zu gefallen und Kuckucksvater Tristan durchlebt seine erste Midlife-Crisis mit der jugendlichen Freundin Nora. Das Patchwork-Experiment droht zu scheitern.



FILM

Les Misérables

ab 21.2.2013

Gestohlenes Brot bringt Jean Valjean 19 Jahre in Haft. 1812 entlassen, muss er erst den Menschen in sich wiederfinden. Doch die Vergangenheit holt ihn ein, als sein früherer, hasserfüllter Aufseher den erfolgreich Resozialisierten zur Flucht zwingt. Zehn Jahre lebt Valjean unerkannt in Paris, bis sich sein Weg mit dem des Erzfeindes erneut kreuzt.



FILM

Cirque du Soleil: Traumwelten 3D

ab 7.2.2013

Die junge Mia besucht einen altmodischen Zirkus und verliebt sich in einen Akrobaten, der bei ihrem Anblick stürzt und dabei statt auf den Manegenboden in ein Paralleluniversum gelangt. Mia folgt ihm und durchschreitet auf ihrer Suche nach ihm die sieben magischen Welten des Cirque du Soleil. Zum Abschluss der fantastischen Reise treffen sich die Verliebten endlich zu einem Ballet in der Luft.



VORSCHAU

Die fantastische Welt von Oz

ab 7.3.2013

Oscar Diggs ist ein kleiner Zirkus-Magier mit zweifelhafter Moral, eben ein Scharlatan, der plötzlich aus dem eingeschlafenen Kansas ins schillernde Land von Oz geschleudert wird. Jackpot, denkt er sich. Die Bewohner glauben, er sei der große Zauberer von Oz. Ihn erwarten Ruhm und Reichtum – zumindest bis er auf drei Hexen trifft: Sie kaufen dem verschlagenen Magier seine große Kunst nicht ab. Damit fangen die Probleme für Diggs an, denn der junge Mann wird plötzlich mit den Problemen des Landes und seiner Einwohner konfrontiert. Er muss herausfinden, wer gut und wer böse ist, bevor es zu spät ist.

AUF HÖCHSTEM
NIVEAU

KLASSIK LIVE IN HD

The Metropolitan
Opera

SAISON 2012/2013

Sa. 16. Februar 2013, 19 Uhr – Verdi: RIGOLETTO

Sa. 2. März 2013, 18 Uhr – Wagner: PARSIFAL



CineArtsLive

T'Ammore – Spoleto,
Umbrien, Italien

DANCE & MUSIC SHOW

Di. 19. Februar 2013, 21:00 Uhr

Musik, Tanz und Tradition aus Neapel werden in dieser einmaligen Bühnenkreation lebendig!



KLASSIK LIVE IN HD

Bolshoi
Ballett

DON QUICHOTTE

So. 10. Februar 2013, 16:00 Uhr

Aus dem renommierten Moskauer Bolshoi-Theater



COMET CINE CENTER



KINO & CO. HAUS ZAAR

facebook

facebook.com/CometCineCenter

twitter

twitter.com/CometCineCenter



Luuk de Jong (rechts) fiel in der Hinrunde lange verletzt aus, zeigte sich spielfreudig in der Vorbereitung und muss sich in der Rückrunde beweisen.



Der Stammplatz auf der **Ersatzbank ist für Granit Xhaka eine neue Erfahrung**, der Schweizer scheint aber den Kampf um einen Platz in der Startelf aufgenommen zu haben.



Klangvolle Namen im Borussia-Park

Lazio Rom kommt mit Miroslav Klose und Borussia Dortmund mit Marco Reus nach Mönchengladbach.

Text: Ingo Rütten

Seit einigen Tagen läuft der Ball in der Fußball-Bundesliga nach der kurzen Winterpause bereits wieder. Borussia startete mit dem Gastspiel in Hoffenheim und dem Niederrhein-Derby gegen Fortuna Düsseldorf in die Rückrunde. Doch im Fokus des Februars, wenn nicht dieses Winters, stehen die beiden Spiele in der Europa League gegen Lazio Rom. Am 14. und 21. Februar hätte der VfL mit etwas mehr Losglück sicher gegen einen vom Papier her schwächeren Gegner antreten können, aber nachdem Trainer Lucien Favre mit seiner Elf auch 2013 noch international spielt, dürfen sich die VfL-Fans erneut auf einen großen Namen freuen.

Von Beginn an war es das große Ziel Borussias, in der Europa League zu überwintern. Angesichts der Gruppengegner (u. a. Fenerbahce Istanbul und Olympique Marseille) war das alles andere als eine Selbstverständlichkeit. Zumal der Start ins internationale Geschäft nach 16 Jahren Abstinenz mindestens so holprig daher kam wie jener in der Meisterschaft. Vergessen! Borussia hat sich in die Zwischenrunde gekämpft und hat erneut einen starken Gegner zugelost bekommen: Lazio Rom spielt in der italienischen Serie A die beste Saison seit anderthalb Jahrzehnten und hat zumindest die Teilnahme an der Champions League 2013/14 ins Auge gefasst.

So bekommt der Valentinstag für viele Fußballfreunde unserer Stadt in diesem Jahr noch eine ganz andere Bedeutung, denn dann tritt Lazio zum Hinspiel im Borussia-Park an, eine Woche später kommt es im Olympiastadion in Rom zum Rückspiel und zur Entscheidung, ob Borussia das Achtelfinale der Europa League erreicht. Schwierig wird es allemal, wie dem Kommentar von VfL-Vizepräsident Rainer Bonhof direkt nach der Auslosung leicht zu entnehmen ist: „Ich empfehle unseren Fans, Kleingeld mit nach Rom zu nehmen.“

» Ich empfehle unseren Fans, **Kleingeld** mit nach Rom zu nehmen «

Das sollen sie dann in den Trevi-Brunnen werfen und sich ein Weiterkommen wünschen.“ Lazio hat in Italien einen Lauf, an dem Miroslav Klose einen erheblichen Anteil hat. Der deutsche Nationalstürmer ist der große Star im Aufgebot des serbischen Trainers Vladimir Petkovic. Aber unmöglich ist es für den VfL nicht, die Hürde Lazio zu nehmen, die Weichen dazu werden im Hinspiel im ausverkauften VfL-Stadion gestellt. Verdient hätte es indes nicht nur die Mannschaft, sondern auch die VfL-Anhänger: Während die so genannten Fans der Römer seit Monaten vor allem durch Krawall und rassistische Gesänge von sich Reden machen, stehen die Borussenanhänger für enthu-

siastische Stimmung unabhängig von Spiel und Gegner – seit vielen Jahren!

Borussias Coach Lucien Favre wird seine Mannschaft wie immer bestens vorbereitet in die beiden Europa League-Spiele schicken – am Ende werden aktuelle Form, Glück und kaum vorhersehbare Ereignisse die Spiele entscheiden. Und der Trainer schließlich lebt seit Saisonbeginn vor, dass ohnehin die Bundesliga und das Punktesammeln in der Meisterschaft Borussias Hauptziel ist. Die Hinrunde hatte nach Höhen und Tiefen zumindest ein befriedigendes Ende parat, so dass der VfL wohl auch in diesem Jahr wieder auf einen Platz in der Abschluss-

tabelle hoffen darf, der erneut für die Teilnahme am internationalen Geschäft berechtigt. Unabhängig vom Start in die Rückrunde werden die kommenden Wochen und Monate viele Fragen beantworten müssen: Ist Luuk de Jong doch ein annähernder Ersatz für Marco Reus, der mit Borussia Dortmund drei Tage nach dem Rückspiel in Rom zurück nach Mönchengladbach kommt? Das Treffen der Borussen im heimischen Stadion am 24. Februar ist wie die Spiele gegen Bayern München und Schalke 04 bereits ausverkauft. Schafft Granit Xhaka den Sprung in die Stammelf und macht fortan mit Taten statt großen Sprüchen auf sich aufmerksam? Verteidigt Filip Daems weiter hinten links



Verletzungsbedingt musste Kapitän Filip Daems seinen Platz an Oscar Wendt abgeben. Auf wen setzt VfL-Trainer Lucien Favre in den kommenden Wochen und Monaten?

in der Abwehrkette und bleibt Borussia als Kapitän erhalten oder läuft ihm der in der Hinrunde immer besser gewordene schwedische Außenverteidiger Oscar Wendt doch den Rang ab?

Die Frage nach einer möglichen personellen Verstärkung war bis zum Druckbeginn dieser Ausgabe nicht zu beantworten. Sportdirektor Max Eberl sprach während der Winterpause immer wieder von „offenen Augen, die jederzeit das Transfergeschäft beobachten“. Gepaart mit der Meinung des Trainers, dass sich die Angreifer Borussia zu sehr ähneln, durfte man annehmen, dass Eberl sofort tätig werden würde,

» Ist der 22-jährige Sven Michel in der Rückrunde bereits eine Option? «

sobald sich ein Abnehmer für Igor de Camargo oder einen anderen Abwanderungswilligen gefunden hätte. Ob bereits in diesem Winter (die Transferperiode lief bis zum 31. Januar) oder erst in der nächsten Sommerpause, im Angriff muss sich personell wohl am ehesten etwas ändern. Vielleicht ist sogar der 22-jährige Sven Michel in der Rückrunde bereits eine Option? Der Neuzugang von den Sportfreunden Siegen ist schnell, wendig und zumindest in der Regionalliga (14 Tore in der Hinrunde) treffsicher gewesen. In der U23 Borussia wird er sich, mit einem Profivertrag ausgestattet, beweisen müssen und auf seine Chance in der Bundesliga warten.

Währenddessen muss Favre seinen Mannen das entlocken, was aus Sicht des Sportdirektors noch zuhauf im Kader der Mannschaft schlummert: Potenzial! Denn eine eingespielte, homogene Mannschaft ist mindestens so viel Wert wie teure Winterinkäufe, die beim VfL lange Zeit angesichts drohender sportlicher Situationen Tradition, bei weitem aber nicht immer den gewünschten Erfolg hatten. Insofern sind auch die im Winter getätigten Vertragsverlängerungen mit Martin Stranzl, Tony Jantschke und Harvard Nordtveit personelle Investitionen in die Zukunft.

TERMINE IM FEBRUAR

So. 3.2., 15:30 Uhr, Bundesliga:	1. FC Nürnberg – Borussia
Sa. 9.2., 15:30 Uhr, Bundesliga:	Borussia – Bayer Leverkusen
Do. 14.2., 21:05 Uhr, Europa League:	Borussia – Lazio Rom
Sa. 16.2., 15:30 Uhr, Bundesliga:	Hamburger SV – Borussia
Do. 21.2., 19:00 Uhr, Europa League:	Lazio Rom – Borussia
So. 24.2., 15:30 Uhr, Bundesliga:	Borussia – Borussia Dortmund



Neue Tapetenkollektion eingeführt

GLÖCKLER
Neue Tapetenkollektion eingeführt

Exklusive
· Tapeten
· Bodenbeläge
· Accessoires

BESUCHEN SIE UNSEREN SHOWROOM
auf der Aachener Str. 396 in 41069 Mönchengladbach

Ein Auszug unserer Partner:

FARROW & BALL
Manufacturers of Traditional Papered Paint

Flamant
THE ORIGINAL PAINT COLLECTION

WINDMÖLLEN
THE FLOORING SPECIALIST

omexco
EXCLUSIVE WALLCOVERING

ORAC
DESIGN

tisca tiera
ARTE COLORETTA

CASAMANCE
FINE FABRICS & DECORATIONS

CAMENGO

GIRLOON

GRAHAM & BROWN

VESCOM

alutto
LINOLEUM & PARKETT

AMORIM

VORWERK

WICANDERS

dura

QUALITÄT PRODUZIERT IN
DEUTSCHLAND



37 ZOLL DIAGONALE

100 HZ-TECHNOLOGIE

1499.-



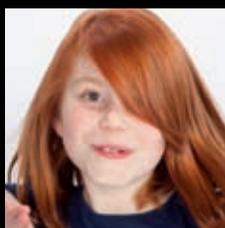
CHORUS 37 LED 100 Z

• Auflösung: 1920 x 1080 Pixel • Full HD • Edge LED-Backlight (Rahmen) • integrierter Festspeicher (Timeshift) • 8 GB Speicherkapazität • DVB-T • DVB-S • DVB-S2 • DVB-C • USB-Recording

Keine Mitnahmegarantie. Falls nicht vorhanden, bestellen. Abholpreis. Ohne Deko.

EP: Jepkens
ElectronicPartner

LED-LCD-TV, HIFI, DVD/VIDEO, SATELLITEN-TECHNIK, ANTENNENBAU, TELEKOMMUNIKATION
41065 Mönchengladbach, Neusser Straße 180
Tel. 02161 960112 / 604229, info@jepkens.com
www.jepkens.com



Shooting-
gutscheine
verschenken!

- **Porträt**
- **Babys und Kids**
- **Schwangerschaft**
- **Beauty**
- **Events**

FOCUS-S FOTOGRAFIE

Simone Stähn
Myllendonker Straße 12, 41065 MG

Tel.: 021 61-49 53 95 oder 0177 / 4 95 39 50
kontakt@focus-s.de, www.focus-s.de



Die American Footballer des MG Wolfpack **starten in der im Frühjahr beginnenden Saison in der Verbandsliga NRW.**

Das Wolfpack startet mit neuen Coaches in der Verbandsliga

Auch der Tabellenzweite der American Football-Landesliga 2012 steigt auf – Glück für MG Wolfpack.

Text: Ingo Rütten

Das Murmeltier begrüßt mal wieder die American Football-Freunde in Mönchengladbach. Sportlich hat der im Dezember 2011 gegründete Club den Aufstieg am Ende der Landesligasaison 2012 nicht geschafft. Durch die Entscheidung des Verbandes zur Neuordnung der Spielklassen steigt nun aber neben dem Meister Düsseldorf Panther II auch der Tabellenzweite Mönchengladbach Wolfpack auf und startet künftig in der Verbandsliga NRW.

Und auch in der höheren Spielklasse möchte der Club ganz vorne mitmischen: Das ist

vielleicht angesichts der respektablen Leistungen aus der vergangenen Saison verständlich, mit Blick auf die Vergangenheit des American Football in dieser Stadt aber irgendwie auch beängstigend. Für die Mavericks ging es sehr schnell bis in die Bundesliga und ins Halbfinale der deutschen Meisterschaft; das unrühmliche Ende ist bekannt und erinnert stark an jenes der Mustangs, die vor etlichen Jahren so etwas wie die Vorreiter in Sachen sportlicher Blitzaufstieg und finanzielles Chaos waren.

Die „Coaching-Crew“ des Wolfpack ist derzeit komplett – zwei Abgängen stehen fünf Neuverpflichtungen gegenüber. Headcoach Bart van der Beek musste sich von Felix Raffael (Vereinswechsel) und Dominik Leifert (berufliche Gründe) verabschieden, doch in Ali Dailami und Mike Schwoll kommen alte Bekannte nach Mönchengladbach zurück, die coachen und spielen werden. Thomas Horn und Benjamin Degenhardt hingegen konzentrieren sich nur aufs Coaching.

» Coaching-Crew des Wolfpack ist derzeit komplett «

Wirklich neu „beim Rudel“ ist der erfahrene Timo Korinth, der unter anderem aber auch einst für die Mavericks auf dem Platz stand.

Da schließt sich vielleicht der Kreis, man kann nur inständig hoffen, dass die Wölfe es besser anstellen als die gescheiterten Vorgänger. Damit es sportlich rund läuft, trainiert das Team lange schon in der Halle, nach Karneval geht es auf den Kunstrasen. „Die Vorbereitungszeit auf die neue Saison ist lang, aber

neben den allgemeinen Fitness- und Konditionseinheiten stehen jetzt auch die footballspezifischen Units auf dem Plan“, erklärt van der Beek. Für März plant er Testspiele gegen andere Teams, bevor dann im April die Meisterschaftsrunde in der Verbandsliga NRW und damit der selbsternannte Kampf um den erneuten Aufstieg beginnt.



Auch 2013 wird die Offense des MG Wolfpack für viele Touchdowns im Warsteiner Hockeypark sorgen.

Mehr Freizeitgestaltung denn Sport

Beim Bowling geht es wohl mehr um den Spaß als um die Fitness, aber Vereine und eine Bundesliga gibt es trotzdem.

Text: Ingo Rütten



Bowling ist nicht so rustikal, dafür stimmungsvoller als Kegeln. **Typisch amerikanisch auch die vollautomatische Zählweise und Anzeige der Spielstände per Computer.**

An den Preisen, die üblicherweise pro Spiel und Person anfallen, lässt sich genau erkennen, wann Bowling besonders attraktiv wird. Freitags und samstags sowie vor Feiertagen – jeweils in den Abendstunden – ziehen die Preise der Bowlingbahnen an. Denn: Bowling ist grundsätzlich wohl eher Freizeitgestaltung denn Sport, auch wenn es wie beim Kegeln natürlich auch in Mönchengladbach einige Vereine gibt, die regelmäßiges Training anbieten und im Ligabetrieb mitmischen.

Wer sich rein theoretisch fürs Bowling interessiert, sollte ein bisschen Englisch verstehen können. Nicht nur die Spielregeln, sondern auch die meisten Sonderaktionen der Bowlingcenter haben wie das Spiel selbst amerikanische Wurzeln. So können während der Happy Hour oder dem Moonlight Bowling besonders preiswert Strikes und Spires geworfen werden. Das ändert sich übrigens nicht, wenn man als Vereinsmitglied seine Finger und Daumen in eines der drei Löcher der Bowlingkugeln steckt oder seine Füße in die Schuhe mit Gummiabsatz und Gleitsohle, die in der hochwertigen Variante wechselbar ist.

Das Geld ist bestens investiert, denn der Computer an jeder Bahn kümmert sich um sämtliche Auswertungen, die Spieler selbst können sich voll auf ihre sportliche Darbietung und die Kommunikation mit den Spielpartnern konzentrieren. Das jedenfalls ist in den modernen Bowlingcentern der Fall, so wie im Bowling XXL an der Wehnerstraße, das seinen Namen wohl zurecht trägt: gleich 18 geölte, rund 19 Meter lange Bahnen stehen hier zur Verfügung, das hervorragende gastronomische Angebot rundet den Spaß ab.

Bowling ist von deutschen und holländischen Einwanderern im 19. Jahrhundert in die USA gebracht worden. Kegeln wurde dort verboten, also bohrte man Löcher in die Kugeln und stellte einen zehnten Pin zu den eigentlichen neun auf, damit ein neues – nicht verbotenes – Spiel entstehen konnte. Es dauerte ein knappes Jahrhundert, ehe sich Bowling ab 1929 auch in Deutschland etablierte, seit 1971 gibt es sogar eine Bundesliga.

Trotzdem hat es Bowling bis heute schwer, als Sport anerkannt zu werden. Vermutlich schon alleine deswegen, weil es meistens Hobbyspieler sind, die auf den Bahnen die Kugeln tanzen lassen. In manchen Centern sind deswegen Hobbyligen entstanden. Im Bowling XXL kann von mittags an bis Mitternacht gespielt werden, an den oben besagten Tagen fallen die Pins bis tief in die Nacht. Mehr Informationen, Öffnungszeiten und Preise unter www.bowlingxxl.de.

Bowling XXL, Wehnerstr. 1, 41068 MG, Tel. 02161/837083

ACTIC
FITNESS IM "VITUSBAD"

**DAS SCHWEDISCHE ERFOLGSKONZEPT:
FITNESS & SCHWIMMEN
IN EINEM PAKET**



MUSKULATUR DER GESUNDMACHER

Kostenloser Vortrag mit Dr. med. Wolfgang Mertens und Betriebsleiter Ingo Manteufel am 17.02.2013.

Bitte melden Sie sich telefonisch unter 02161 - 9921295 an.



ACTIC Fitness im "Vitusbad"

Breitenbachstraße 52 · Tel: 02161/992 12 95
moenchengladbach@actifitness.de · www.actifitness.de

ACTIC Fitness GmbH, Floriansbogen 2/4, 82061 Neuried

vitusbad

Gesund durch die fünfte Jahreszeit

Knallbunte Schminke, Masken, Perücken und Kostüme sind zwar schön anzusehen, können aber gesundheitsschädlich sein. Wir geben Ihnen Tipps für eine verträglichere närrische Verkleidung.

Text: Sabrina Kirnapci



Kinder, Allergiker und Leute mit empfindlicher Haut sollten Karnevalsschminke **vor dem Gebrauch am Arm** testen.

1. Alte Schminke in den Müll

Wenn Sie noch bunte Schminke vom letzten Karneval in der Schublade haben, sollten Sie ganz genau hinschauen, bevor sie diese benutzen. Zerbröckelt die Farbe schon oder setzen sich Wasser und Öl ab, gehört das Produkt nicht mehr auf die Haut. Auch ein Riechtest ist hilfreich. Was ranzig stinkt, muss in den Müll.

2. Schminke auf Wasserbasis

Wer empfindliche Haut hat, sollte auf fettige Farben verzichten und stattdessen Schminke auf Wasserbasis verwenden. Die deckt zwar nicht ganz so gut, lässt der Haut aber dafür mehr Möglichkeit zum Atmen. Außerdem lassen sich Farben auf Wasserbasis leichter wieder aus der Kleidung herauswaschen. Auch die etwas kostspieligeren Profiprodukte, die speziell fürs Theater entwickelt wurden, sind meist hautverträglicher als einfache Karnevalsschminke.

3. Erst testen, dann schminken

Allergiker haben es in Sachen Karnevalsschminke nicht leicht, denn auf den Verpackungen sind oft keine Inhaltsstoffe angegeben. In so einem Fall sollte die Verkäuferin weiterhelfen können, denn laut Kos-

metikverordnung muss jedes Geschäft eine Liste mit den Inhaltsstoffen der Verkaufsartikel bereithalten, sofern diese nicht auf den Tiegeln und Töpfchen abgedruckt sind. Noch besser: Machen Sie vor Gebrauch einen Test. Tragen Sie die Schminke auf der Innenseite des Unterarms auf und decken Sie die Stelle mit einem Pflaster ab. Zwei Tage später können Sie nachschauen, ob die Haut an der Teststelle Reizungen oder Pickel aufweist.

4. Balsam für die Haut

Bevor es an die bunte Schminkerei geht, sollten Sie das Gesicht gut mit einer fetthaltigen Creme „grundieren“, denn die empfindliche Haut wird nicht nur durch das Make-up, sondern auch durch die Kälte beim Straßenkarneval belastet. Wer Schminke auf Wasserbasis benutzt, muss die Creme gut einziehen lassen, weil die Farbe sonst schlecht haftet oder verwischt.

5. Haare färben

Mit buntem Haarspray ist es ganz einfach, sich schillernde Strähnen ins Haar zu zaubern oder die Haarfarbe gleich ganz zu wechseln. Allerdings stecken auch in den Color-Sprays Zusatzstoffe, die nicht jeder ver-



Mittwoch,
20. Februar 2013

Prostata

Prof. Dr. med.
Herbert Sperling,
Chefarzt Klinik für Urologie

19.00 Uhr | Forum
Krankenhaus Maria Hilf
Sandradstr. 43,
41061 Mönchengladbach
Der Eintritt ist frei.



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

Vortragsreihe 2013

GESUNDHEIT AKTUELL

Beauty & Wellness im „Klostergarten“

- ganzheitlich -



PHARMOS NATUR
GREEN LUXURY

FÜHLEN UND ERLEBEN

- Ganzheitliche Schönheitspflege -

LEBENSFREUDE

Wohlthuende Fußkompressen · sanfte
Tiefenreinigung · wundervolle Massage
Gesichtspackung · frische Aloe Vera

ANTI-AGING SKIN-REPAIR

Natur pur mit Verjüngungskraft · sanfte
Behandlungsimpulse kurbeln die
Kollagen- und Elastinbildung an · Falten
werden natürlich und hocheffizient ge-
straft · sofortiger Verjüngungseffekt

Besuchen Sie uns auf der She-Messe
am 3.2.2013 im Kunstwerk Wickrath

Beauty & Wellness im „Klostergarten“

Pia Scheepers · Klostergarten 27
41069 Mönchengladbach · Tel. 02161 / 467379
www.pia-scheepers-kosmetik.de

trägt. Um Reizungen zu vermeiden, sollten Sie beim Sprühen so vorgehen, dass die Farbe nicht direkt auf die Kopfhaut gelangt. Denken Sie beim Abschminken auch an die Haare! Die Farbe wird so lange ausgewaschen, bis das Wasser klar bleibt. Wer hingegen Karnevalsperücken bevorzugt, sollte vor dem Tragen besser auf eine Haarwäsche verzichten, denn der Talg schützt die Kopfhaut zumindest ein wenig vor den möglichen Giftstoffen, die eine Kunsthaar-Perücke absondern kann. Vorteilhaft ist auch eine Unterziehhaut, so dass die Perücke nicht direkt mit der Kopfhaut in Kontakt kommt.

6. Sorgfältig abschminken

Auch wenn es an Karneval spät wird und der Alkoholspiegel über Normalmaß liegt: Abschminken muss sein, sonst drohen Pickel und Augenreizungen! Besonders schnell und sanft geht es mit Babyöl und einem Wattepad. Hierbei sollten Sie allerdings die Augenpartie auslassen. Die schminken Sie besser schonend mit einem Mikrofasertuch und Wasser ab. Damit sich die Haut regeneriert, sollten Sie vor dem Schlafengehen eine pflegende Creme auftragen.

7. Gefährliche Masken

Stinkt die Karnevalsmaske, sollten Sie das Produkt gleich im Verkaufsregal liegen lassen. Viele PVC- oder Latexmasken enthalten chemische Stoffe und Weichmacher, die alles andere als gesund sind. Besonders bei Masken, die stark unangenehm riechen, ist Vorsicht geboten. Die Produkte aus Fernost sind häufig besonders belastet. Achten Sie auf Qualitätssiegel, die auszeichnen, dass sich keine Weichmacher/Phthalate im Produkt befinden. Für Kinder bieten sich eher Masken aus Pappe an, unter denen sie ausreichend Luft bekommen.



8. Dispersionsfarben im Kostüm

Karnevalskostüme sollten Sie vorsichtshalber nicht auf der nackten Haut tragen, denn einige Hersteller verwenden Dispersionsfarben, die sich beim Schwitzen aus dem Stoff lösen und Allergien verursachen können. Dies gilt vor allem für Kostüme, die nicht waschbar sind. Hier empfiehlt es sich, Baumwollwäsche unterzuziehen. Beim Feiern sollten Sie außerdem auf Kerzen, Feuerzeuge und brennende Zigaretten achten. Kostüme mit hohem Polyesteranteil sind leicht brennbar. Nur wenige Sekunden genügen und der Vampirumhang steht in Flammen. Karnevalskostüme aus Baumwolle sind generell die bessere Lösung, denn sie sind nicht so entzündlich und außerdem atmungsaktiv.

9. Kordeln und Schnüre

Es klingt weit hergeholt, aber es kommt häufiger vor als man denkt: Schnüre und Kordeln des Kostüms verfangen sich in Rolltreppen, werden in Bustüren eingeklemmt oder bleiben beim Spielen irgendwo hängen. Die Folge: Kinder werden mitgeschleift, verletzt sich oder bekommen im schlimmsten Fall keine Luft mehr und ersticken. Deshalb gilt: Schneiden Sie die Kordeln und Schnüre an Kinderkostümen ab und nähen Sie stattdessen Klettverschlüsse oder Knöpfe ein!

10. Spielzeugpistolen

Kinder haben empfindliche Ohren. Wenn die Spielzeugpistole beim Cowboy-Spielen zu nah am Ohr knallt, kann das zu irreparablen Schäden führen. Klären Sie den Nachwuchs deshalb unbedingt über die Gefahren auf. Achten Sie beim Kauf von Karnevalsspielzeug auf das CE-Kennzeichen, das Produkte ausweist, die den europäischen Sicherheitsbestimmungen entsprechen. Vorsicht bei Spielzeugen mit fehlender Herstelleradresse!



PRAXIS für
Zahnheilkunde & Implantologie
Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc
& Partner

Unser Leistungsspektrum:

Zahnärztlicher Bereich

- Ästhetisch-, kosmetische Zahnrestauration (Veneer, vollkeramische Versorgung, Bleaching)
- Hochwertiger-, langlebiger Zahnersatz
- Implantation mit verschiedenen Systemen
- 3D-navigierte Implantat-Planung und Diagnostik
- Parodontitis- und Periimplantitisbehandlung (chirurgisch, konservativ mit Soft- und Hardlaser)
- Behandlung unter Vollnarkose (z.B. bei Weisheitszähnen, Angstpatienten, Implantation uvm.)
- Betreuung von kranken Patienten zu Hause, sowie in Senioren- und Pflegeheimen

Prophylaxebereich

- Professionelle Zahnreinigung
- Präventionskonzepte für Senioren, Kinder und Menschen mit Behinderung
- Implantatprophylaxe
- KFO-Prophylaxe
- Praxiseigenes Dentallabor unter Leitung eines Zahntechnikermeisters



**ROLLSTUHL-
GERECHTE
PRAXIS**



SPRECHSTUNDEN
auch MI und FR nachmittags.

MO 8 - 18 Uhr
DI 7 - 18 Uhr
MI 7 - 18 Uhr
DO 8 - 19.30 Uhr
FR 7 - 17 Uhr

Termine auch außerhalb
der Sprechstunden möglich.

Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc
und Partner

Krahnendonk 7
41066 Mönchengladbach

Tel. 021 61 / 6663 60
Fax 021 61 / 6651 59

info@bongartz-msc.de
www.zahnarzt-drbongartz.de

Einen Augenblick bitte!

Interview: Sabrina Kirnapci



Farbige Kontaktlinsen verändern die Augenfarbe, während **Motivlinsen** dem Auge Muster und Form verleihen.

Sie sind bunt, grell und exotisch: Farbige Kontaktlinsen und Motivlinsen haben an Karneval absolute Hochkonjunktur. Kein Wunder, denn sie sind ein Blickfang und unterstreichen – passend zum Kostüm – den gesamten Look. Allerdings sollte man beim Kauf und bei der Handhabung einige Punkte beachten, damit das Vergnügen nicht ins Auge geht. Welche Punkte das sind, verrät uns Raphael Kwiecien, Augenoptikermeister und Kontaktlinsenspezialist bei Pleines fashion optik, in einem Interview.

Kann jeder bedenkenlos Motivlinsen einsetzen oder besteht Gefahr fürs Auge?

Grundsätzlich kann jeder, der mit dem Gebrauch von Kontaktlinsen vertraut ist, Farblinsen einsetzen. Bei sachgemäßem Umgang besteht kein Risiko. Wer sonst keine Kontaktlinsen trägt, dem empfehle ich dringend, eine Einweisung beim Optiker oder beim Augenarzt zu machen, denn die Linsen sind kein Kinderspielzeug. Es kann zu Schädigungen des Auges kommen, wenn man sie falsch einsetzt.

Worauf sollte man beim Kauf der Motivlinsen achten?



Augenoptikermeister Raphael Kwiecien von Pleines fashion optik mit Farblinsen der Marke „Colortones“.

Farblinsen können bei Dunkelheit das Sehen beeinträchtigen und sind daher in den meisten Fällen nicht für nächtliches Autofahren freigegeben. Mit Motivlinsen darf man in der Regel gar nicht ans Steuer. Hier sollten Nutzer unbedingt die Hinweise auf der Packung beachten oder einen Fachmann fragen.

An Karneval wird kräftig Schminke aufgelegt. Sollte man die Linsen einsetzen, bevor man sich die Augen schminkt oder danach?

Grundsätzlich gilt: Zuerst die Linse einsetzen, dann das Make-up aufle-

gen. Die Gefahr, dass Schminke auf die Linse kommt, ist so wesentlich geringer und das gilt es zu verhindern, um die Linse nicht zu beschädigen und Augenreizungen zu vermeiden. Beim Abschminken verhält es sich ebenso. Erst die Linse herausnehmen, reinigen und in die Aufbewahrungslösung legen, dann wie gewohnt abschminken. Ganz wichtig: Man sollte auf keinen Fall geschminkt und mit Kontaktlinsen im Auge schlafen gehen. Das gibt ein böses Erwachen!

Wie lange kann man die Spaßlinsen im Auge lassen?

In der Regel kann man Farb- und Motivlinsen bis zu neun Stunden am Stück tragen. Wenn sie aber unangenehm werden oder die Augen schmerzen, sollte man sie sofort herausnehmen.

Darf man die Linsen öfter verwenden?

Das kommt auf die jeweilige Sorte an. Es gibt beispielsweise „Einmal-Linsen“, die man nach dem Tragen wegwirft. Da Pflege und sachgemäße Aufbewahrung entfallen, sind diese Linsen ausgesprochen bequem, günstig und hygienisch. Sie dürfen aber auf keinen Fall wiederverwendet werden. Viele Motivlinsen sind nur als Monats-Kontaktlinsen erhältlich. Diese kann man bis zu vier Wochen tragen. Nach jedem Gebrauch müssen sie gereinigt werden und im Pflegebehälter mit einem speziellen Pflegemittel aufbewahrt werden. Spätestens vier Wochen nach dem Öffnen müssen die Linsen entsorgt werden, auch wenn man sie nicht benutzt hat.

Was ist bei der Pflege und Aufbewahrung zu beachten?

Vor dem Berühren der Linsen sollte man sich immer gründlich die Hände waschen. Nach dem Tragen wird die Linse mit Pflegemittel benetzt und etwa 30 Sekunden vorsichtig in der Handfläche gerieben, danach abgespült und in den speziellen Pflegebehälter mit geeigneter Flüssigkeit gelegt. Auf keinen Fall dürfen getragene Farblinsen verliehen oder getauscht werden, da es sonst zu Infektionen kommen kann.

Gibt es Motivlinsen auch mit Dioptrien?

Farblinsen und auch einige Motivlinsen erhält man in den gängigsten Dioptrien. Wer sich Farblinsen an seine Sehstärke anpassen lassen möchte, sollte sich einfach beim Optiker beraten lassen.



Hartz-Nasen-Ohrenärzte

Unter Nordrheins HNO-Ärzten gärt der Unmut. Jahr für Jahr müssen sie mit ansehen, wie ihre Honorarbescheide immer dünner ausfallen. Ein Praxissterben droht.



Mit **Protest-T-Shirts** und **Plakaten** forderten die HNO-Ärzte mehr Geld für ihre Fachgruppe.

Allein in den Jahren 2011 und 2012, schätzt der Landesvorsitzende des HNO-Berufsverbandes, Dr. Joachim Wichmann, belaufe sich der Honorarverlust einer durchschnittlichen HNO-Praxis auf 60.000 bis 80.000 Euro – eine katastrophale Situation. „Vielen Praxen steht das Wasser bis zum Hals“, so Wichmann.

Dennoch dominiert das Bild des gutverdienenden Praxisarztes nach wie vor die öffentliche Meinung. Dabei sieht die Realität ganz anders aus, zumindest bei den HNO-Ärzten im Rheingebiet. Trotz voller Wartezimmer schlitterten viele Kolleginnen und Kollegen in die Insolvenz, sagt Wichmann. Ältere Niedergelassene fänden keinen Nachfolger für ihre Praxen. Dies, beklagt Wichmann, der selbst niedergelassener HNO-Arzt in Krefeld ist, sei nicht nur ein realer wirtschaftlicher Verlust für den einzelnen Arzt. Wenn immer mehr Praxen schließen müssten, gefährde das auch die Versorgung der Patienten.

An zu geringer Nachfrage leidet dabei kaum ein niedergelassener Arzt. Das Problem sei die Bezahlung, rechnet Wichmann vor. „Wenn sie wüssten, wie viel Geld ich für ihre Behandlung bekomme, würden sich die meisten Patienten sehr wundern.“ Derzeit liegt das so genannte Regelleistungsvolumen bei rund 23 Euro im Quartal. Pro Monat bekommt ein HNO-Arzt damit etwa 7,60 Euro für die komplette Versorgung eines Patienten – egal, wie oft er in die Praxis kommt. „Für dieses Geld ist keine vernünftige Medizin zu machen. Jeder Friseurbesuch, und sei es auch nur ein Herrenschnitt ohne Föhnen, kostet deutlich mehr. Das ist absurd“, ärgert sich der HNO-Arzt.

Das pauschale Vergütungssystem zwingt die Ärzte, möglichst viele Patienten zu behandeln. Nur so kann eine Praxis einigermaßen über die Runden kommen. Zeit für Gespräche bleibt damit kaum. Doch selbst hohe Patientenzahlen reichten mittlerweile nicht mehr aus. „Die Einnahmen durch Kassenpatienten decken bei einer durchschnittlichen Praxis heute gerade mal die Ausgaben für Personal, Miete, Kredite und Energie“, rechnet Wichmann vor.

Abhilfe versprechen sich die gebeutelten HNO-Ärzte von der Kassenärztlichen Vereinigung (KV). Sie verteilt das Geld, das für alle Ärzte zur Verfügung steht. Insgesamt sind das genau 352 Euro pro Patient. Darum, wie das Geld verteilt wird, wird heftig gestritten. Bei einer KV-Veranstaltung im Januar machten Nordrheins HNO-Ärzte mobil. Mit Protest-T-Shirts und Plakaten forderten sie mehr Geld für ihre Fachgruppe. Darauf zu lesen: „Hartz-Nasen-Ohrenärzte“.

Ob sich an der miserablen Lage etwas ändert, vermag Dr. Wichmann nicht zu sagen. „Wenn nichts passiert, geht die HNO in Nordrhein baden. Das wäre nicht nur für die Ärzte schlimm, sondern vor allem für die Patienten.“

Text: Thomas Hahn

Abnehmen 2013

Bewegung, Ernährung & Motivation als Jahresprojekt



Name: Heinz Oliver Schäfer
Alter: 48
Wohnort: Duisburg
Beruf: Personal-disponent
Größe: 178 cm
Abgenommen: 22 kg



Name: Martina Zubrod
Alter: 53
Wohnort: Holt
Beruf: kaufm. Angestellte
Größe: 173 cm
Abgenommen: 10 kg

Entdecken Sie das **neue Jahresprojekt** von **3Elemente** für den nachhaltigen Erfolg und erreichen Sie Ihre Ziele!

Wenn Sie über diese Anzeige bezüglich des Jahresprojektes mit uns in Kontakt treten, erhalten Sie eine Vergünstigung von **20 %**



3Elemente
gesund fühlen & wohl fühlen & schön sein
Figur- & Gesundheitsstudio
Jetzt auch auf Facebook! www.facebook.com/3elemente
Künkelstraße 125 • 41063 Mönchengladbach
Telefon: 0 21 61 / 247 03 50 • www.3elemente-mg.de

Kinder

sind

- schutzbedürftig
- schützenswert
- wertvoll



Kinderschutzbund
die lobby für kinder

Ortsverband Mönchengladbach e. V.

Wir sind: Interessensvertreter für Kinder und Jugendliche.

Anlauf- und Beratungsstelle bei Vernachlässigungen, Misshandlungen und Missbrauch von Kindern und Jugendlichen.

Beratungsstelle für erziehende Erwachsene.

Ihre Spende schützt Kinder !

Deutscher Kinderschutzbund
Ortsverband Mönchengladbach e.V.

Spendenkonto:
Stadtparkasse Mönchengladbach
BLZ: 310 500 00
Konto: 128 777

Hindenburgstraße 56 • 41061 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 61 / 29 39 48 • Fax: 0 21 61 / 1772 29
www.kinderschutzbund-mg.de
kinderschutzbund-mg@t-online.de



Fest sitzende Zähne – dank **Knochenaufbau** und **Implantaten**

Die beste und komfortabelste Lösung bei Zahnverlust sind implantatgetragene Zähne bzw. Prothesen, die sich sicher auf Implantaten befestigen lassen.

Ältere Patienten hörten in der Vergangenheit oft, dass ihr Knochenangebot für den Halt der Implantate nicht mehr ausreicht. Knochenverlust ist heutzutage jedoch kein Grund mehr, auf die Vorteile implantatgetragener Zähne oder Prothesen zu verzichten. Zahnlosigkeit, fehlende Zähne, schlecht sitzender Zahnersatz oder entzündliche Zahnfleischerkrankungen fördern den Abbau der knöchernen Strukturen. Im Laufe der Zeit bildet sich die Knochensubstanz zurück. Die Behandler der Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie, Dr. Dr. Lange & Weyel in Mönchengladbach sind auf die Wiederherstellung von Knochengewebe spezialisiert und können verloren gegangenen Knochen auch bei schwierigen Ausgangssituationen wieder aufbauen. „Das individuelle Knochenangebot stellen wir durch Röntgendiagnostik oder bei kritischen Situationen mit Hilfe strahlungsarmer, dreidimensionaler, digitaler Diagnostik exakt dar. Je nach Ausmaß des Knochendefizits stehen verschiedene knochenaufbauende Maßnahmen zur Verfügung“, so Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange. Kleinere Knochendefizite können mit Knochenersatzmaterialien ausgeglichen werden. „Bei großem Knochendefizit und zu schmalen, flachen Kieferkammern erfolgt der Knochenaufbau durch Entnahme von körpereigenem Gewebe aus dem Kieferbereich“, so Jörg Weyel.

Die beiden zertifizierten Implantologen arbeiten mit besonders schonen-



den Verfahren zum Aufbau des Knochens. Bei zu dünnem Knochen kann das fehlende Gewebe auch durch Knochendehnung/-spreizung bzw. Knochenteilung gewonnen werden: Bone-Spreading (Knochen aufspreizen) und Bone-Splitting (Knochen teilen). „Bei diesen Techniken wird ein zu schmaler Kieferkamm exakt verbreitert, um ein besseres Implantatlager zu schaffen. Beim Bone Spreading dehnen wir mit speziellen Instrumenten langsam den Knochen, um eine für das Implantat ausreichende Kieferbreite zu erreichen“, so Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange. In ausgesuchten Fällen können Implantate sofort inseriert werden. „Beide Verfahren ermöglichen es uns oft, Implantate auch nach Knochenabbau gegebenenfalls sogar ohne eine Knochenentnahme setzen zu können“, so Jörg Weyel. Entscheidender Vorteil für Patienten ist die deutlich kürzere Behandlungsdauer und schonendere Vorgehensweise. Die Implantate können eher vom überweisenden Zahnarzt versorgt werden. Patienten kommen früher in den Genuss ihrer wieder sicher und fest sitzenden Zähne.

„Wir arbeiten seit über 20 Jahren in der Implantologie und stehen für Behandlungskonzepte, die Funktionalität mit hoher Ästhetik verbinden. Die Implantologie bietet uns und den überweisenden Kollegen in nahezu jeder Situation – auch nach Knochenabbau – eine flexible, zuverlässige und ästhetisch anspruchsvolle Lösung für festsitzenden Zahnersatz“, so Jörg Weyel und Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange.



Implantation nach **Knochenaufbau**.



Implantatgetragene Zähne vermitteln das Gefühl eigener Zähne. Sie fühlen sich an wie natürliche, sitzen fest und fügen sich harmonisch in die individuelle Zahnumgebung ein. Die jahrelange Erfahrung mit Patienten zeigt: Implantate können das Leben positiv verändern und sorgen für eine bessere Lebensqualität.

INFO



Praxis Dr. Dr. Lange & Weyel
Praxis für Ästhetisch-Plastische und Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie
Marktstr. 2, 41236 MG
Tel. 02166/944262
www.implantate-mg.de

Sind Ihre Fitness-Ziele **S.M.E.R.Z.**?

Nur wer sich die richtigen Ziele setzt, wird diese auch erreichen. Deshalb sollten Sie sich nur S.M.E.R.Z.-Ziele setzen. Die Buchstaben stehen für: spezifisch, messbar, erreichbar, realistisch und zeitbezogen.

Spezifisch: Das Ziel muss deutlich und präzise definiert sein! Viele Personen möchten „fit“ werden. Das ist eine sehr allgemeine Aussage. Was heißt „fit werden“? Treppensteigen ohne Atemprobleme, das Erklimmen eines Berges? Legen Sie Ihre Ziele genau fest, am besten mit Hilfe von aushängenden Notizen, damit Sie sich immer wieder daran erinnern.

Messbar: Legen Sie für körperliche und gesundheitliche Fortschritte einzelne Etappen und Schlusspunkte fest! Sie können kein Ziel erreichen, wenn es keine Anhaltspunkte gibt, mit denen Sie Ihren Erfolg messen. Wenn Sie z. B. Ihre Kraft verbessern möchten, so könnte es ein messbares Ziel sein, drei Trainings-Durchgänge à zwölf Wiederholungen mit einem bestimmten Gewicht auszuführen.

Erreichbar: Legen Sie fest, wie Sie Ihr Ziel erreichen wollen! Mit einem Plan, der den Weg zum Ziel deutlich macht und die einzelnen Aktionen beschreibt, wird sich die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass Sie erfolgreich sind.

Realistisch: Prüfen Sie, ob Ihre Ziele realistisch sind! Geben Sie sich selbst eine ehrliche Antwort auf die Frage, ob Sie dazu in der Lage sind, das Ziel zu erreichen. Schrauben Sie im Zweifelsfall die Ansprüche herunter. Dies bedarf vielleicht nur kleiner Änderungen Ihres Trainingsplans oder der Zeit, die dafür benötigt wird. Möglich ist aber auch, dass Sie ein Ziel ganz neu definieren.

Zeitlich passend: Setzen Sie sich ein Zeitlimit für Ihr Ziel! Planen Sie Ihre Trainingseinheiten Schritt für Schritt und legen Sie genau fest, wie viel Zeit Sie dafür benötigen. Legen Sie ein Enddatum fest. Beispiel: Ich möchte zwei Kilogramm in einem Monat abnehmen. So legen Sie einen Stichtag fest.

Ein guter Trainer oder Coach hilft Ihnen, die richtigen und wichtigen Ziele zu finden und begleitet und unterstützt Sie auf dem Weg. Auf Wunsch sende ich Ihnen einige Kurzprogramme zu, wie z. B. ein **kurzes, knackiges Fettweg-Training**, ein **5-Minuten-Intensivprogramm** oder ein **Programm für mehr Ausdauer & einen festen Po mit dem 10-Minuten-Training**.

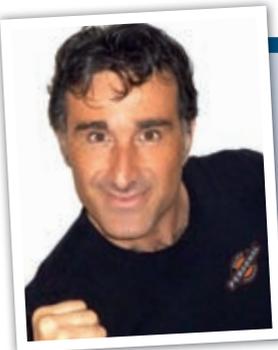
Senden Sie mir hierfür eine E-Mail an info@ELITE-Personaltraining.de



„der schnellste Weg zu der Form Deines Lebens“

INFO

Pasquale Trotta ist seit 1986 im Fitness- und Gesundheitstraining tätig und arbeitete mit mehr als 5.000 Kunden zusammen. Der Personal Trainer bietet erprobte Konzepte zur Steigerung der körperlichen Fitness, zum rasanten Fettabbau und zur mentalen Tiefenentspannung. Ein privates Einführungstraining ist kostenfrei und völlig unverbindlich. **Weitere Infos unter** Tel. 0172/4345435 und www.ELITE-Personaltraining.de



Verlost werden **drei Personaltrainingseinheiten** (à 1 Std.) **mit Pasquale Trotta**, inkl. ausführlichem Fitness-Check-up und Bewegungsanalyse. Schicken Sie einfach eine E-Mail mit Stichwort „**Personaltraining**“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Einsendeschluss ist der 28. Februar 2013.

WEISSER RING e.V.
ZEIG ZIVILCOURAGE!

**BEOBACHTE DIE SITUATION GENAU.
FORDERE ANDERE ZUM MITHELFFEN AUF.
PRÄGE DIR TÄTERMERKMALE EIN.
WÄHLE NOTRUF 110.
KÜMMERE DICH UM DAS OPFER.
BLEIB ALS ZEUGE AM TATORT.
GEFÄHRDE DICH NICHT SELBST.**

www.weisser-ring.de
WEISSER RING – Gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsoffern und zur Verhütung von Straftaten e. V. · 55130 Mainz · 420 Außenstellen bundesweit
Opfer-Telefon 116 006

**2te-Hand-Kleidung
Gebrauchtmöbel
Schuhsammlung
Holzprodukte
Rapsöl**

teilen macht reich

„Volksverein Mönchengladbach“
gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®
02166/6711600 · www.volksverein.de

MG-Geistenbeck · Geistenbecker Straße 107 und 118 · 41199 MG
MG-Eicken · Eickener Straße 130 · 41063 MG
MG-Rheydt · Limitenstraße 31 · 41236 MG
MG-Rheindahlen · St.-Helena-Platz 7 · 41179 MG
MG-Waldhausen · Roermonder Straße 56 – 58 · 41068 MG

BISSMARC GEHT AUS

Geht Ihr gerne Essen? Trinken? Tanzen? Feiern?

Macht Ihr das auch in Mönchengladbach oder zieht es Euch doch eher nach Düsseldorf oder Köln? Wenn ja, warum?

Es hat sich schließlich viel Positives getan in unserer Gastronomie- und Partyszene.



Zum Vorglühen bestens geeignet. **Das Café auf der Wallstraße.**

Mittlerweile macht es „meistens“ wieder Spaß, in MG-Actiontown auszugehen. Warum, das werde ich Euch zusammen mit einigen Leserinnen und Lesern in Zukunft in der neuen Gastrorubrik näherbringen. Da wir uns gerade in der kalten Jahreszeit befinden, ist es sinnvoll, die neue Rubrik mit der BissMarc-Wintertour zu beginnen. (Ich nenne die jetzt mal so, denn die Sommertour wird etwas anders verlaufen.)

Und schon geht's los, zum Vorglühen im

DAS CAFE ODER ST VITH

Wenn es um das Vorglühen in angenehmer Atmosphäre geht, gibt es im Bereich unserer Altstadt eigentlich nur zwei Optionen – das eher quirlige Café an der Wallstraße oder das doch etwas gediegenere Gasthaus mit „Kneipencharme“ St. Vith. Gemütlich sind beide und doch unterscheiden sie sich in vielen Punkten gravierend.

„Das Café“ auf der Wallstraße, gegenüber dem Comet Cine Center, bietet, seit ich denken kann, leckeres, frisch gezapftes Bier in einem von Holz geprägten, gemütlichen Ambiente. Die legendären Baguettes (Käse-Schinken oder Hawaii sind mein Tipp) gibt es auch nach 30 Jahren noch und dazu auch weitere leckere Gerichte, die für eine gute Grundlage im Magen sorgen. Das Angebot an Getränken ist reichlich, neben den Standardbieren gibt es hier auch Budweiser (CZ), San Miguel oder Fosters ... lecker halt. Das Team um Drago, Pierro und Monika tut alles gastronomisch mögliche für die Gäste und schafft eine angenehme Atmosphäre. Durch die Kinobesucher und Altstadtgänger auf Startposition kann es schon mal eng werden, aber auch das trägt zum typischen Café-Feeling bei. Sollten im Erdgeschoss alle Plätze besetzt sein, besteht noch die Möglichkeit, in die

erste Etage auszuweichen, aber wenn es voll ist, dann meistens auch da. Überall wird rege diskutiert und man merkt, dass es hier einfach stimmig ist. Bei gutem Wetter gibt es eine Außenterrasse, ich muss jedoch gestehen, dass ich die wegen der Lautstärke der Viersener Straße nicht oft nutze. Das Publikum im Café ist querbeet von 16 bis über 60 Jahre. Für den nächsten Morgen ist das Café übrigens auch eine der besten Anlaufstellen, wenn man lecker frühstücken möchte – aber das ist eine andere Folge ...



Für Singles und Suchende. Das Verhältnis Männer zu Frauen ist 50/50. Der Flirtfaktor ist nicht allzu hoch, man hat hier einfach andere Schwerpunkte.

Wallstr. 19, 41061 Mönchengladbach, 02161/14484, www.das-cafe.de
Mo.-Do. 9:00-1:00 Uhr, Fr.-Sa. 9:00-3:00 Uhr, So. 10:00-1:00 Uhr

Das „St. Vith“ neben der Citykirche am Alten Markt ist Mönchengladbachs ältestes Gasthaus. Ebenfalls durch eine (dunklere) Holzeinrichtung geprägt, schaut es hier doch eher so aus, wie man sich eine Kneipe oder ein Brauhaus vorstellt. Es ist nicht ganz so quirlig wie im Café, und außer bei den großen, schon kultigen Partys (z. B. Scheinheilige Nacht oder Altweiber) ist es auch abends und an den Wochenenden nicht ganz so proppevoll. Das Publikum beginnt im Durchschnitt bei Mitte bis Ende Zwanzig mit nach oben offener Altersskala. Das Bier wird hier frisch gezapft und die Speisekarte bietet mehr kulinarische Möglichkeiten als das Café. Kein Wunder, ist mit Alejandro Pfaffenbauer doch ein erfahrener Restaurant-Gastronom (La Pampa) der neue Hausherr. Der untere Gastraum wird



Schöne Theke mit langer Tradition. **Das St. Vith auf dem Alten Markt.**



Die leckersten Pitcher der Stadt. **Das Mezcaltito.**

durch weitere Plätze in der ersten Etage erweitert, die auch für Veranstaltungen angemietet werden können. Bei Heimspielen der Borussia oder auch internationalen Turnieren gibt es direkt im Thekenbereich die Möglichkeit, mit den anderen Fans mitzufiebern. Bei warmem Wetter bietet die Außenterasse einen schönen Blick über den Alten Markt.



Für Singles und Suchende. Das Verhältnis Männer zu Frauen ist ca. 70/30. Der Flirtfaktor ist recht niedrig. Ausnahme bilden natürlich die beiden Kultpartys vor Weihnachten und an Altweiber, aber da lässt sich der (Körper)Kontakt ja sowieso nicht vermeiden.

Alter Markt 6, 41061 Mönchengladbach, 02161/247376-0, www.st-vith.de
Mo.-Do. 17:00-24:00 Uhr, Fr.-Sa. ab 12:00 Uhr, So. 14:00-22:00 Uhr

Und weiter geht's zum Appetizer-Cocktail im

MEZCALITO ODER DER BAR PLASTIQUE

Geht man die Waldhausener Straße weiter runter, kommt man an eine kleine Kreuzung, an der es links steil bergab geht – quasi symbolisch für die „Abstürze“, die einen am Fuß der Straße erwarten können. Dort liegt das **Mezcaltito** mit einer wirklich coolen Theken-Crew und Dorian, dem Chef. Das Ambiente ist einer mexikanischen Kneipe nachempfunden, relativ dunkel, viel Holz, Putz, Kerzen und Mengen von Erdnusschalen auf dem Boden. Man(n) (und Frau) trinkt Pitcher – entweder Bier, aber gerne auch Margaritas. Letztere sind für mich die mit Abstand besten und leckersten der Stadt (und auch darüber hinaus). Egal ob Erdbeere oder Waldfrucht, neben der (bei mir) unvermeidlichen Gehirnfrostung (kennt Ihr das, wenn die Eiseskälte sich über einen Zahnerv den Weg über das Auge in den Kopf frisst? :-)) kommt dann jedesmal eine unglaubliche Geschmacksexplosion von dem verdammt leckeren Teufelszeug (Suchtfaktor!). Aber auch alle anderen Cocktails sind nicht von schlechten Eltern. Einfach total lecker und preislich absolut fair. Das Publikum ist zwar im Schwerpunkt recht jung aber zwischendrin gibt es noch das ein oder andere Überbleibsel aus vergangenen Tagen und es passt einfach zusammen. Die Musik ist gemischt Grunge? Electro? Auf jeden Fall mit DJ. Hört's Euch selber an, genießt diese unglaublich leckeren Cocktails oder sagt Dorian, er

soll euch mal etwas vorschlagen. An den Wochenenden wird es regelmäßig proppevoll aber das tut der Gesamtstimmung absolut keinen Abbruch. Im Gegenteil. Man lernt schnell neue Leute kennen, kommt irgendwie immer mit irgendwem ins Gespräch oder trifft jemanden, den man kennt oder lange nicht gesehen hat.



Für Singles und Suchende. Das Verhältnis Männer zu Frauen ist 50/50. Der Flirtfaktor ist dabei sehr hoch und das Ganze läuft irgendwie sympathisch und locker ab.

Gasthausstr. 30, 41061 Mönchengladbach, 02161/176640
Mo.-Do. 9:00-1:00 Uhr, Fr.-Sa. 9:00-3:00 Uhr, So. 10:00-1:00 Uhr

Die „**Bar Plastique**“ liegt etwas versteckt am kleinen Platz gegenüber des Dicken Turms. Eine schwere Doppelholztüre mit orangen Plastikhalbkugeln darauf ist der Eingang in die stylishste Bar der Altstadt. Nachdem man die Treppe hinabgestiegen ist, öffnet sich ein sehr langes, schmales Gemäuer mit loungigen Sitzcken und gemütlichen Plätzen an der wohl längsten Theke Mönchengladbachs. Coole elektronische Musik von ebenso coolen DJs untermalt die Szene, in der Benjamin und sein Team neben Getränkestandards auch richtig gute Cocktails servieren. Der White Russian ist anscheinend eine kleine Sensation, so zumindest die einhellige Meinung meiner weiblichen Freunde. Das Ganze zu angemessenen Preisen. Die Gäste sind definitiv szenig, schön und trendy, eben genauso wie der Laden selber und im Altersdurchschnitt eher unter bis maximal Mitte Dreißig. Viele der Gäste trifft man zu späterer Stunde in der benachbarten „Nacht“ wieder. Wenn es richtig voll wird, kann es schon mal richtig eng werden und wir ziehen es dann meistens vor, den direkten Körperkontakt mit der schönen und stylishen Szene zu beenden und weiterzuziehen.



Für Singles und Suchende. Das Verhältnis Männer zu Frauen ist ebenfalls ca. 50/50. Der Flirtfaktor ist dabei auch hoch aber bedingt durch die doch sehr trendige und modebewusste Gästeschar ist es für meinen Geschmack ein wenig zu unentspannt. Manchmal ist das Styling wichtiger als das was drin steckt!

Waldhausener Str. 25, 41061 Mönchengladbach, www.bar-plastique.de
Fr.-Sa. 20:00-5:00 Uhr



Nicht nur der Laden ist trendy. **Die Bar Plastique.**

In der März-Ausgabe geht es dann um den Hauptteil der BissMarc-Wintertour. Wir schwingen das Tanzbein und finden heraus, wie es um die Rhabarberschnaps-Vorräte in der Altstadt bestellt ist. Das Goldwasser steht ebenso an wie das Abacab und danach die unvermeidliche Stärkung vor dem morgendlichen Schlafengehen beim China-Mann oder dem Dönerladen.

Jetzt wünsche ich Euch erst einmal viel Spaß beim nächsten Besuch in der Altstadt. Auf unserer Facebook-Seite www.facebook.de/hindenburger werden wir dieses Thema als Notiz einbringen und freuen uns darauf, Euer Feedback zu lesen. Ach so ... auf www.hindenburger.de findet Ihr in den Impressionen übrigens auch viele Bilder zu allen Locations. Einfach mal reinschauen!

In diesem Sinne ...

EUER BISSMARC



HIGHLIGHTS IM FEBRUAR

20ER-JAHRE-FESTIVAL

Nachtglanz-Soiree



Tauchen Sie ab in das Nachtleben der 20er-Jahre! Die Roaring 20's erwarten Sie! Lassen Sie sich anstecken von nostalgischen Tanzvergnügen und einem erlesenen Abendprogramm.

Die Kreuzung aus Abendkultur und Party bietet ein Stelldichein mit den Grundschritten des Charleston, die in einem schwungvollem Tanzbein-Kurs vorgeführt werden und nachgetanzt werden können. Das Stimmwunder Kerstin Brix wird mit Piano-Begleitung Chansons und Schlager der 20er- bis 40er-Jahre zum Besten geben. Und wen das noch nicht einstimmen sollte, der kann sich an der reizvollen Darbietung des Burlesque-Tanzes der „Freudenmädchen“ ergötzen. Sie erwartet der Charme und Stil eines glanzvollen Jahrzehnts, die Musik der 20er-Jahre live und stimmungsgewaltig oder vom neomodischen Grammophon gespielt, die „Freudenmädchen“ des Burlesque und das Vergnügen, die 20er-

Jahre mitzuerleben und sich an ihnen zu berauschen. Kleidung im Stil der 20er-Jahre (mondän, verrucht, oldfashioned) ist ausdrücklich erwünscht, das Flapper-Girl und der Zylinder-Frack sind herzlich zum Amüsement geladen!

Sa. 2.2.2013, 20:00 // BIS-Zentrum

THEATER

Pension Schöller



Der Gutshofbesitzer Klapproth (siehe Probenfoto mit Daniel Minetti sowie Esther Keil als Josephine Zillertal) reist nach Berlin, ein lang gehegtes Vorhaben in die Tat umzusetzen: Um am Stammtisch seiner kleinen Heimatstadt prahlen zu können, plant er eine Nervenklinik zu besichtigen. Sein Neffe Alfred soll ihm helfen, diesen Wunsch zu erfüllen. Als Gegenleistung erhält der junge Mann vom reichen Onkel Geld für das Künstlercafé, das er unbedingt eröffnen möchte. Alfred, der keine entsprechende Anstalt kennt, entschließt sich zu einem riskanten

Unternehmen: Da die Gäste der Pension Schöller alle etwas exzentrisch sind, verkauft er dem Onkel dieselbe als Sanatorium, das eine Abendgesellschaft gibt ... Klapproth amüsiert sich hervorragend und reist zufrieden und erleichtert nach Hause ab, die Begegnung mit den angeblich Geisteskranken bleibt wie ein nächtlicher Traum zurück. Doch bald wird die provinzielle Idylle gestört: Nacheinander tauchen die Pensionsgäste in seinem Landhaus auf und Klapproth bekommt es mit der Angst zu tun. Ist das alles nur Einbildung? Er beginnt am eigenen Verstand zu zweifeln ...

Fr. 8.2.2013, 20:00 (Premiere) // Theater Mönchengladbach, Große Bühne

Weitere Termine: 16.2., 19.2., 20.2., jeweils 20:00 und 24.2., 19:30

KLASSIK

2. Chorkonzert



Das zweite Chorkonzert der Niederrheinischen Sinfoniker eröffnet rein sinfonisch mit einem der populärsten Werke von Franz Schubert: seiner Sinfonie Nr. 7 h-Moll, der so genannten „Unvollendeten“. Vom ersten Takt an, wenn die Bässe ein dunkles Thema anstimmen, entfaltet die Sinfonie einen besonderen Zauber. Warum Schubert das Werk nicht zur gattungstypischen Viersätzigkeit abrundete, sondern nach den ersten beiden Sätzen nicht mehr daran weiterarbeitete, muss wohl ein Rätsel bleiben. Zumal Skizzen darauf schließen lassen, dass er ursprünglich durchaus vier Sätze geplant hatte.

Möglicherweise war Schubert aber dann mit den vorliegenden beiden Sätzen bereits vollkommen zufrieden. Der „Unvollendeten“ folgt Ludwig van Beethovens Messe C-Dur op. 86, die leider immer etwas im Schatten seiner über zehn Jahre später komponierten „Missa solennis“ steht. Als Solisten des Abends sind vier Ensemblemitglieder des Theaters Krefeld-Mönchengladbach zu erleben: die Sopranistin Izabela Matula, die Mezzosopranistin Charlotte Reese, der Tenor Michael Siemon sowie der Bass Andrew Nolen.

Mi. 20.2.2013, 20:00 // Evangelische Hauptkirche Rheydt



KONZERTE

KLASSIK & CHOR

Zeughauskonzert

Fr. 1.2.2013, 20:00
Die Hofkapelle München spielt die „Brandenburgischen Konzerte“ von Johann Sebastian Bach.

Zeughaus Neuss



3. Kammerkonzert: Benjamin Britten zum 100. Geburtstag

So. 3.2.2013, 11:00
Mitglieder der Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Benjamin Britten: Streichquartett in F, Phantasy Quartet op. 2, Sinfonietta op. 1.

Theater Mönchengladbach Studio

» siehe „Highlights“

Chorkonzert

So. 3.2.2013, 17:00
Familienchor St. Franziskus.

Kath. Pfarrkirche St. Michael

3. Konzert im Zyklus Best of NRW

Fr. 15.2.2013, 20:00
Iva Jovanovic (Klavier) spielt Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Ludwig van Beethoven, Sergej Prokofjew und Frédéric Chopin.

Schloss Rheydt, Rittersaal

2. Chorkonzert

Mi. 20.2.2013, 20:00
Der Niederrheinische Konzertchor mit der „Sinfonie Nr. 7 h-Moll D 759“ von Franz Schubert und der „Messe C-Dur op. 86“ von Ludwig van Beethoven.
Evangelische Hauptkirche Rheydt
» siehe „Highlights“

Zeughauskonzert

Do. 21.2.2013, 20:00
Jungmeisterkonzert – Inge Du & Hanni Liang mit Klavierwerken von Beethoven, Haydn, Chopin und Kapustin.

Zeughaus Neuss

» siehe Seite 60 oben

Nicht nur Serenaden

So. 24.2.2013, 11:00
Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt unter Leitung von Lavard Skou Larsen Werke von Wolfgang Amadeus Mozart und Joseph Suk. Mit Philippe Cassard (Klavier).
Zeughaus Neuss



Götter, Helden, Ideale

So. 24.2.2013, 17:00
Das Sinfonieorchester OPUS 125 e. V. spielt die Ouvertüre zu „Iphigenie in Aulis“ von Christoph Willibald Gluck, das Hornkonzert Nr. 1b Es-Dur von Richard Strauss und die Sinfonie Nr. 3 Es-Dur von Ludwig van Beethoven.
Solistin: Cecilie Hoel, Horn (Solohornistin der Niederrheinischen Sinfoniker).
Kaiser-Friedrich-Halle

30 Jahre Orgel in St. Johannes

So. 24.2.2013, 17:00
Festkonzert.
Kath. Pfarrkirche St. Johannes

JAZZ & CO.

Jazz in der Brauerei

Do. 14.2.2013, 19:30
„Boundless Dixieland Quartet“.
Brauerei Zum Stefanus

Futschikato Jazz Session

Do. 14.2.2013, 20:00
Messajero

Jazz-Visions:

Konstantin Reinfeld & Friends

Fr. 15.2.2013, 20:00
Konstantin Reinfeld (Mundharmonika) mit Manfred Heinen (Piano), Nils Imhorst (Bass), Robert Hurasky (Schlagzeug).

BIS-Zentrum

» siehe Seite 58 oben

Jazz am Schmöderpark:

Old Market Stompers

Mi. 20.2.2013, 19:30

Gasthaus am Schmöderpark

Jazz-TIG – Open Session

Do. 21.2.2013, 19:30
Im Mittelpunkt der Session steht das „Jimmy van Heusen Trio“. Es animiert das Publikum zur Improvisation on stage. Eintritt frei!

TIG – Theater im Gründungshaus

groove!Institute on Stage

Sa. 23.2.2013, 20:00
Das Jazz-Ensemble ist eines der Aushängeschilder der privaten Musikschule in Mönchengladbach.

BIS-Zentrum

» siehe Seite 60 oben

Kulturfrühstück: Vendredi 13

So. 24.2.2013, 11:00

BIS-Zentrum

» siehe Seite 62 oben

Swing in der Brauerei

Do. 28.2.2013, 19:30
Jazz der Swing-Ära mit dem Sextett „Swing Fashion“. Eintritt frei!
Brauerei Zum Stefanus

André Spajic & Ali Claudi Trio

Do. 28.2.2013, 20:30
Jazz vom Feinsten im Jazz-Salon. Der Düsseldorfer Ali Claudi gehört zu den Pionieren der Jazzgitare und ist ein Urgestein der deutschen Jazzszene.
Kunstwerk Wickrath

ROCK & POP

Klangvoll | Rheydt macht Musik

Sa. 2.2.2013, 15:00
Venrather Barde – Liedermacher Wolfgang Theuerzeit live im Konzert! Eintritt frei!
Stadtbibliothek Rheydt

Treffpunkt Beat-Club

Fr. 8.2.2013, 20:00
Talk und Live-Musik mit „FUN“ & Friends.

TIG – Theater im Gründungshaus

Eight Wheel Drive & Peter Beekers Ongenode Gäste (NL)

Fr. 8.2.2013, 21:00

Traditionskonzert mit neuem Akzent aus Limburg/NL und Aftershowparty mit DJ Rokka.

Messajero



Pin Ball Rock'n'Roll Band

Sa. 9.2.2013, 20:45
Mo. 11.2.2013, 20:45
Gladbacher Traditionskonzerte an Karnevalssamstag und -montag. Aftershowparty mit DJ Rokka.
Messajero

Valentins weekend Special ...

mit Love Songs
Fr. 15.2.2013, 19:00
Sängerin LeeAndra Laurenz in Begleitung von Dirk Kraforst an der Gitarre.
Kult + Genuss

vino e musica ... mit beets'n'berries

Do. 21.2.2013, 19:00
Interpretationen bekannter Pop-, Rock- und Soulsongs.
Kult + Genuss
» siehe Seite 59 oben

Yes we jam!

Do. 21.2.2013, 20:00
Impro Live Concert mit René Pütz (bass/voc), Jürgen Dahmen (rhodes), Andy Pilger (drums) sowie special guest Daniela Jörg Lehnardt (git).
Messajero

Supermutant, City Light Thief,

Tigeryouth

Sa. 23.2.2013, 19:00

Roots Club

Bistro Hutkonzert

Do. 28.2.2013, 20:00
Bunt gemischtes Programm mit Künstlern aus der Region. Eintritt frei!
TIG – Theater im Gründungshaus



AUSSTELLUNGEN

Kleines Format – große Gefühle

bis So. 3.2.2013
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa + so
Expressionistisches II aus der Graphischen Sammlung; Zeichnungen und Druckgraphiken von Ernst Barlach, Otto Dix, Käthe Kollwitz, Otto Mueller, Otto Pankok, Hermann Max Pechstein, Christian Rohlfis, Karl Schmidt-Rottluff, Wilhelm Lehmbruck u. a.
Städt. Museum Abteiberg

THEATER EXTRA | Bildbühne: Wenn der Horizont Dir in die Quere kommt
bis So. 3.2.2013 an allen Vorstellungstagen jeweils eine Stunde vor Aufführungsbeginn.
Ölbilder von Peter Schmitz.

Theater Mönchengladbach, Foyer



3 x 3 – Trialog der drei Religionen Judentum, Christentum und Islam
12:00-18:00 di-so

Schrift
bis So. 3.2.2013

Weg
ab Sa. 16.2.2013 bis So. 10.3.2013

Licht
ab Sa. 16.3.2013 bis So. 14.4.2013
Künstler aus den Kulturkreisen des Judentums, des Christentums und des Islams interpretieren mit ihrer Kunst ihre Sicht auf die drei abrahamitischen Religionen.
Citykirche Alter Markt

Götterboten – Feuer vom Himmel
bis Sa. 9.2.2013
9:00-19:00 mo-sa

Sie kommen aus den Tiefen des Welt- raums und stürzen in feurigem Flug auf unsere Erde herab: Meteorite! Von antiken Kulturen wurden sie ehr- furchtsvoll als Sendboten der Götter betrachtet und häufig genossen sie religiöse Verehrung. Wir Menschen des 21. Jahrhunderts sehen diese Him- melssteine etwas nüchterner, aber ihre unbeschreibliche Faszination haben sich die Meteorite über alle Zeiten bewahrt. Bei der Ausstellung wurde größter Wert auf eine allgemeinver- ständliche Darstellung gelegt.

Vitus Center

Ausstellung im Vitus Center

Götterboten

–FEUER VOM HIMMEL–

Astronomisches Arbeitskreis MG e.V.
Einladung zum Rundgang
Sa, 26.01.2013 15:00 Uhr

Bastelaktion für Kinder
Sa, 02.02.2013
12:00-18:00 Uhr

20.01.-09.02.2013

Die Aktion des Meteoritenkennzentrums Vitus Center wird in Zusammenarbeit mit dem Planetarium und dem Astronomischen Arbeitskreis MG e.V.

Pesch gehabt

bis Fr. 15.2.2013
10:00-11:00 + 18:30-20:30 di-fr oder
½ Stunde vor den Veranstaltungen
18 Fotografien von Marion Überschaer.
Ihre Aufnahmen dokumentieren die Spuren der ehemaligen Bewohner eines Ortes, der sich in Auflösung be- findet. Pesch war ein Stadtteil von Erkelenz im Kreis Heinsberg. Der Ort mit ehemals etwas über 200 Einwohnern wurde 2012 für den Braunkohle- abbau der RWE Power AG im Tage- baugebiet Garzweiler II dem Erdboden gleichgemacht.
BIS-Zentrum, Café bisQuit

JHQ – eine Fotoausstellung

bis So. 17.2.2013
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa + so
Fotografisches Langzeitprojekt von Nicole Blaffert und Franz Wamhof.
Städt. Museum Schloss Rheydt

Generative Form- und Sprachspiele

ab So. 17.2.2013 bis Mi. 27.2.2013
Eröffnung: So. 17.2.2013, 12:00
12:00-16:00 sa + so
Tuschezeichnungen und Computer- grafiken von Jürgen Gansweid.
EA 71

Kalkül trifft Gefühl ... und was passiert dann?

bis Fr. 1.3.2013
Der Künstler Christoph Borges hat es gewagt, sich beiden Lebensformen zu stellen: der frühen Sehnsucht nach kreativem Ausdruck – der rationalen Entscheidung für Business und Kalkül – und der Gratwanderung mit und zwischen beiden Lebensformen.
**Naturheilpraxis
Christiane Thomaßen
Grevenbroicher Str. 34**

This Place is Called the Hole

bis So. 3.3.2013
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa + so
Museumsretrospektive von Cezary Bodzianowski. Die Ausstellung ist das dritte gemeinsame Ausstellungspro- jekt des Museum Sztuki in Łódź und des Museum Abteiberg in. Sie wird re- alisiert mit großzügiger Unterstützung durch das Adam-Mickiewicz-Institut in Warschau, die Stiftung für Kunst und Kultur der Sparda Bank West und die Hans Fries-Stiftung.
Städt. Museum Abteiberg

Ursula Schachschneider

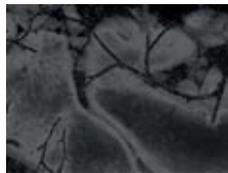
bis So. 3.3.2013
Malerei der Grevenbroicher Künstlerin.
Kunstfenster Rheydt

Linie Kunst: Phasen

bis Fr. 8.3.2013
8:00-17:00 mo-do, 8:00-13:30 fr
Die Ausstellung der c/o-Künstlerin Angel Richter zeigt abstrakte und figurative Werke, die sich auf Themen des 21. Jahrhunderts beziehen. Die Werke sollen für ein Bekenntnis zur Malerei des 21. Jahrhunderts stehen.
**NEW-Hauptverwaltung
Eingangsbereich**

Sigrid Lobin: Fotoserien

ab So. 24.2.2013 bis So. 17.3.2013
Eröffnung: So. 24.2.2013, 12:00
17:00-21:00 mo-fr, 11:00-16:00 sa + so
Ausgewählte Serien zu den Themen Mensch, Natur, Industrie und Stadt.
BIS-Zwischenstation, Menge-Haus



Abenteuer Fläche

ab Sa. 23.2.2013 bis So. 24.3.2013
Eröffnung: Sa. 23.2.2013, 19:30
11:00-14:00 so
Malerei von Stephan Fritsch, Klaus Schmitt, Rudi Stanzel und Eva Wagner.
MMIII Kunstverein e. V.

IMPULSE 24

ab Sa. 16.2.2013 bis Sa. 30.3.2013
Eröffnung: Sa. 16.2.2013, 16:00
13:00-18:00 di-fr, 10:00-14:00 sa
Absolventen der Klasse Balkenhol: Arbeiten von Anne Carnein, Kimino Hanya, Stefan Jeske, Henning Schwarz und Anja Wiebelt.
Galerie Löhl

Fotografische Malerei

ab Di. 19.2.2013 bis Mo. 15.4.2013
10:00-11:00 + 18:30-20:30 di-fr oder
½ Stunde vor den Veranstaltungen
Landschaftsmalerei von Jürgen Schmitz.
BIS-Zentrum, Café bisQuit



Das goldene System

bis Fr. 31.5.2013
Grafiken von Jack Kremers, der wäh- rend seines Studiums den Goldenen Schnitt in die dritte Dimension über- trug. Dabei entstanden eine Reihe geometrischer Körper, die diesem System entsprechen.
Graefen + König

Renate Fellner: Kinderträume

bis Juli 2013
8:00-21:00 mo-fr
Musikschule

Steam

11:00-18:00 mo-so
Außeninstallation des amerikanischen Künstlers Robert Morris.
Städt. Museum Abteiberg

Spielzeugausstellung Schnelle

14:00-17:00 so
Dauerausstellung mit historischen Puppenhäusern, Puppen, Steiftieren, Modelleisenbahnen u. v. m.
Schrödt 27, MG-Giesenkirchen



SPORT

FUSSBALL

1. Bundesliga Männer

Sa. 9.2.2013, 15:30
21. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Bayer Leverkusen

So. 24.2.2013, 15:30
23. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Borussia Dortmund
Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 42/43

UEFA Europa League

Do. 14.2.2013, 21:05
Hinspiel Sechzehntelfinale:
Borussia Mönchengladbach – Lazio Rom
Stadion im Borussia-Park

Regionalliga West Männer

Sa. 2.2.2013, 14:00
22. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – VfB Hüls

A-Junioren Bundesliga West

So. 17.2.2013, 11:00
17. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Alemannia Aachen
Borussia-Park

B-Junioren Bundesliga West

So. 10.2.2013, 11:00
16. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Alemannia Aachen

B-Junioren Bundesliga West

So. 10.2.2013, 11:00
16. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Alemannia Aachen

So. 24.2.2013, 11:00

18. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – VfL Bochum
Borussia-Park



HANDBALL

3. Liga West Männer

Sa. 23.2.2013, 19:30
21. Spieltag:
TV Korschenbroich – Leichlinger TV
**Waldsporthalle Korschenbroich
Am Sportplatz 11a**

Oberliga Männer

Sa. 2.2.2013, 19:30
17. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – HG LTG/HTV Remscheid

Sa. 23.2.2013, 19:30
19. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – TV Aldekerk
Jahnhalle



HOCKEY

Hallen-Regionalliga West Männer

So. 24.2.2013, 18:00
13. Spieltag:
Rheydter SV – THC Bergisch Gladbach
**Sporthalle Mülfort
Realschulstr. 10**



LEICHTATHLETIK

32. Hardter Straßenlauf

Sa. 9.2.2013, 14:00
5 km- und 10 km-Strecken sowie 500 m-Bambini Lauf mit Kostüm- wettbewerb.
Veranstalter: Leichtathletik-Gemein- schaft Mönchengladbach 1979 e. V.
**Schulzentrum MG-Hardt
Vossenbäumchen 50**

Kurs Ausdauerlauf für Einsteiger

immer sonntags, ab 9:00
Laufanfänger werden durch die Inter- vallmethode an den Ausdauerlauf he- rangeführt. Am Ende des Kurses sind die Teilnehmer bei regelmäßiger Teil- nahme in der Lage, 30 Minuten und mehr ohne Unterbrechung zu laufen.
**Parkplatz Zoppenbroicher Straße
Bresgespark**



PFERDESPORT

Hengstschau 2013

Sa. 2.2.2013, 18:00
Hengstschau für Hengste privater Besitzer und Landbeschäler.
Veranstalter: Rheinisches Pferde- stammbuch e. V.
**Reitsportanlage Schloss Wickrath
Veranstaltungshalle**

SCHWIMMEN

Schwimmkurse für Kinder

ab 15.2.2013
immer freitags 14:30-15:15
Kurs „Bronzeabzeichen“.

ab 16.2.2013
immer samstags 12:30-13:15
Kurs „Silberabzeichen“.

ab 16.2.2013
immer samstags 13:15-14:00
Kurs „Goldabzeichen“.
Stadtbad Rheydt

TISCHTENNIS

Regionalliga West Frauen

Sa. 23.2.2013, 18:30
15. Spieltag:
DJK SF 08 Rheydt – TTC CW Fritzdorf
Turnhalle Schule Waisenhausstraße



SONSTIGES

Kurs Fit mit Baby

immer mittwochs 15:00-16:00
Junge Mütter haben hier die Möglic- keit, durch gezieltes Training der Tiefenmuskulatur schnell wieder an ihre alte Form anzuknüpfen. Aber auch das eigene Kind, dass selbst- verständlich mitgebracht werden soll, wird in die Übungen immer wieder mit einbezogen.

Mehrzweckhalle Gerkerath

Kurs Ski- und Fitnessgymnastik

immer mittwochs 18:00-19:00
Der Kurs richtet sich keinesfalls nur an Skifahrer und ist vor allem auch für männliche Teilnehmer interessant. Er bereitet Skifahrer optimal auf den Winter vor, ist aber auch eine sinn- volle Ergänzung für andere sportliche Betätigungen.
Turnhalle Bäumchesweg

Kurs KIN-Ball

immer montags 20:15-21:45
KIN-Ball ist die einzige Sportart der Welt, die mit drei Mannschaften gleichzeitig gespielt wird. Es geht um viel Spaß, Teamgeist und Fair Play.
Turnhalle Maria-Lenßen-Schule



„Netenjakob spielt, liest und singt Netenjakob“

Sa. 2.2.2013, 20:00

TIG - Theater im Gründungshaus

Der Bestseller-Autor Moritz Netenjakob („Macho Man“, „Der Boss“), Texter für Satire- und Sarkasmus-Formate ist seit 20 Jahren im Geschäft. Für sein neues Programm „Netenjakob spielt, liest und singt Netenjakob“ versammelt er das Beste aus seiner Feder. Dabei präsentiert er nicht nur brüllend komische Nummern, die er für die Stars der Branche geschrieben hat – er erzählt auch, was hinter den Kulissen passiert ist. Ein Soloprogramm ist das eigentlich gar nicht, denn Netenjakob steht ein grandioses Ensemble verschiedenster Rollen und Stimmen zur Verfügung.



3. Kammerkonzert

So. 3.2.2013, 11:00

Theater Mönchengladbach, Studio

2013 jährt sich der Geburtstag von Benjamin Britten zum 100. Mal. Mitglieder der Niederheinischen Sinfoniker haben dies zum Anlass genommen, dem britischen Komponisten ihr drittes Kammerkonzert zu widmen. Mit dem Streichquartett in F, der Sinfonietta op. 1 und dem Phantasy Quartet op. 2 bringen die Musiker in dem Porträtkonzert zehn Musikern – Flöte, Oboe, Klarinette, Fagott, Horn sowie einem Streichquintett – ist die Sinfonietta das größtbesetzte Werk des Konzertvormittags.

Werke des „jungen“ Britten zu Gehör, die bereits sein großes Können zeigen.

FR1 FEBRUAR

BÜHNE

„Le Villi / Suor Angelica“

Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne
„Er - Sie - Sex“
Kabarett von und mit Moses W.
20:00 TIG - Theater im Gründungshaus
„Bis neulich“
Kabarett von und mit Volker Pispers.
20:30 Kunstwerk Wickrath

KIDS

Offene Tür
Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

KARNEVAL

7 x 11 Jahre KG Uehllöcker Neuwerk: Damensitzung
18:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk
Allemansjeck-Sitzung
KG Potz op.
20:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen



PARTY

Rock around the clock
19:00 America's
Cocktail Time@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Friday Night
Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastique
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
21:00 Almsause
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Fetenhits-Party
Chartbreaker. Eintritt frei!
21:00 Mauerwerk
Micha Moor
Supportact: Pablo Kaah.
22:00 Graefen clubbing
Ü35-Party
Heiß und kultig!
22:00 Kastanienhof
Belinda
Minimal, Techno, Electro.
22:00 Nacht
Nachtgalerie Freitag
22:00 Nachtgalerie
I love Black
No. 1 in R&B. 2 für 1 bis 0:00.
23:00 Black & White

Surprise Party

23:00 Projekt 42
Metalmania
Metal mit DJ Antropophagus und DJ Filthgrinder.
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club
Das Experiment
Indietronics, Newstep, Techno, House mit DJ Luca & guest.
23:00 Rossi, Küche
Say What
Hip Hop, Classics, House.
23:00 Rossi, Salon

VORTRÄGE

Interkultureller Garten
16:00-18:15 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

SONSTIGES

Glanzeit - 20er-Jahre-Festival: Literaturzeit-Workshop
Kreatives Schreiben nach den Motiven der Moderne mit Filana Löblich.
17:30-21:00 BIS-Zentrum
Whisky tasting
Inkl. Snacks und Mineralwasser.
19:00 Kult + Genuss

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten
Ü-35-PARTY HEISS & KULTIG
Fr., 1. Februar 2013, ab 22 Uhr
ALTWEIBER
Do., 7. Februar 2013, ab 15 Uhr
Eintritt frei
www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 - Tel. 021.61-8 21 20 60

SA2 FEBRUAR

BÜHNE

Glanzeit - 20er-Jahre-Festival: Nachtglanz-Soiree
Mit Kerstin Brix und den „Freudenmädchen“.
20:00 BIS-Zentrum
» siehe „Highlights“, Seite 54
„Ewig jung“
Erik Gedeons komödiantischer Liederabend von „Forever young“ bis „I will survive“ – Hits der 60er, 70er, 80er und 90er. Rock, Reggae, Soul, Disco.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne
„Netenjakob spielt, liest und singt Netenjakob“
Kabarett mit Moritz Netenjakob.
20:00 TIG - Theater im Gründungshaus
» siehe oben

KIDS

Götterboten - Feuer vom Himmel
Bastelaktion für Kinder im Rahmen der Meteoriten-Ausstellung.
12:00-16:00 Vitus Center
Kinder-Karnevalsparty
Spiegelgarte und spannende Spiele im Wasser. Das schönste Kostüm wird prämiert.
15:00-18:30 Vitusbad
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

Kindersitzung

KG Ruet-Wiss Okerke.
15:00 Burggrafenhalle MG-Odenkirchen
12. Kinderkarnevalsfest
Multi-Kulti und verrückt – alle Kinder feiern mit. Veranstalter: Stadt Mönchengladbach und Integrationsrat.
Eintritt frei!
15:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Kinderkostümsitzung
KG Spönnradsbeen Hardt.
15:11 Festzelt Birkmannsweg, MG-Hardt
Peterchens Mondfahrt
Beobachtung für Kinder von 5 bis 12 Jahre – Reise durch das Sonnensystem.
Veranstalter: Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.
17:30 Sternwarte Rheindahlen

KARNEVAL

2. Hausfrauensitzung
KG Immer lustig Holt.
15:00 Festzelt Immelmanstraße, MG-Holt
7 x 11 Jahre KG Uehllöcker Neuwerk: Damensitzung
16:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk
Viel Radau beim MGvau
Wickrather Männergesangsverein.
19:11 Hotel Frambach
Voll Dampf mit Puff-Puff-Puffer
KG Blau-Weiß-Eisenbahner.
20:00 Gemeindesaal St. Johannes, Urfstr. 214
Gala-Kostümsitzung
KG Roer müt.
20:11 Sporthalle Zeppelinschule MG-Lürrip

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 America's
Cocktail Time Saturday@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Saturday Night
Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastique
Après Ski-Party
Mit Schlagerfuzzi Andy Andress.
20:00 Denk Mal... - Geneickener Hof
Cocktailparty im TSC-Rheindahlen
Tanzparty für alle, die zu schöner Musik tanzen möchten mit DJ Gerd und DJ Frank und leckeren Cocktails von Dagmar.
20:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum Broicher Str. 13
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
21:00 Almsause
Hot Clubbing
Heiße Sounds aus deinem Club mit DJ Sten Hardy. Von 21:00-23:00 Eintritt frei und alle Getränke zum halben Preis!
21:00 Graefen clubbing
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Ü30-Party
Chartbreaker, Pop, Dance, 90er.
21:00 Mauerwerk

Hejo's Kultpalast

Rock, Alternative, Britpop, Cross-over, 60s.
22:00 Messajero
Samstag Nacht
22:00 Nacht
Nachtgalerie Samstag
Party Classics
22:00 Nachtgalerie
Sexy Black
100 % Black Music. 2 für 1 und Ladies freier Eintritt bis 0:00.
22:30 Black & White
Goldvinyl
Pop, Classics, House mit M-Rotation & J-Jag.
23:00 Goldwasser
Global Beats & Bass
Drum 'n' Bass meets Global Beats mit DJ Rimmi in der Lounge und DJ Süli mit Global Beats & Bass Selection im Mainfloor.
23:00 Projekt 42
Roots-Night
Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Luca.
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club
Freetz
Pop, Hip Hop, Rock.
23:00 Rossi, Küche
Trashdance
Trashpop, Electro, Hiphop mit Meista Fader.
23:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst, Aachener Straße
Trödelmarkt Trabrennbahn
Dieser Trödelmarkt ist der einzige Markt im ganzen Kreis Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.
6:00-16:00 Trabrennbahn
Auktion Pfandhaus Brocker
10:30 Vorbesichtigung,
12:00 Versteigerung.
Kaiser-Friedrich-Halle
Hochzeitsmesse
35 Firmen und Dienstleister aus allen Bereichen rund um die Hochzeit stellen ihre Angebote vor. Mit Hochzeits- und Festtagsmodenschauen. Eintritt frei!
Veranstalter: Norbert Pilawa.
11:00-18:00 Alte Reithalle, Theodor-Heuss-Str. 99
» siehe Seite 37

SONSTIGES

Glanzeit - 20er-Jahre-Festival: Tanzzeit-Workshop: Burlesque-Tanz
Für bewegende Frauen! Mit Dia Dence.
14:00-16:00 BIS-Zentrum
Mönchengladbach mit dem Bus entdecken
Informative und spannende 2,5-stündige Stadtrundfahrt durch 1.000 Jahre Stadtgeschichte.
Veranstalter: Marketing-Gesellschaft Mönchengladbach.
15:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Busspur am Parkplatz Geroweier
Olivenöl- und Traubenkernelverkostung
Dazu wird ein kleines Gericht unter Verwendung der Öle gereicht.
17:00 Kult + Genuss

Glanzeit - 20er-Jahre-Festival: Tanzzeit-Workshop: Charleston

Der Charleston galt in den roaring 20's als frivoler und exzentrischer Paartanz und wird in diesem Workshop mit Sabine Schroetter und Arno Heister zu der charmanter Musik der 20er-Jahre unterrichtet und getanzt.
16:30-18:30 BIS-Zentrum

SO3 FEBRUAR

BÜHNE

„Die Fiedermaus“
Zu welchen Irrungen und Verwirrungen eine Maskierung führen kann, vor allem, wenn diese als gewitztes Rachespiel geplant ist, zeigt diese Operette von Johann Strauß.
16:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

„Der kleine Löwe Leopold“
Ein tollkühnes Zirkusabenteuer für Kinder ab 3 Jahre.
15:00 JUKOMM
Kinderkarnevalsnachmittag
KG Potz op.
15:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen
Kindersitzung
KG Roer müt.
15:00 Sporthalle Zeppelinschule MG-Lürrip

„Algenspaghetti“-Führung

Für Kinder ab dem Schulalter.
15:00 Städt. Museum Schloss Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

KARNEVAL

Prinzenbiwak
Prinzengarde der Stadt Mönchengladbach. Eintritt frei!
11:00 Kapuzinerplatz
7 x 11 Jahre KG Uehllöcker Neuwerk: Herrenszitzung
11:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk
Herrenszitzung
KF Schwarz-Gold Odenkirchen und KG Ruet-Wiss Okerke.
11:11 Burggrafenhalle MG-Odenkirchen
Funkenbiwak
KG Spönnradsbeen Hardt.
11:11 Festzelt Birkmannsweg, MG-Hardt
Herrenszitzung
KG Hau ruck.
11:11 Mehrzweckhalle MG-Eicken
Seniorensitzung
KG Alles onger ene Hoot.
15:00 Pfarrheim MG-Hardtbroich
Hausfrauen Nachmittag
KG Schwarz Gold Rheydt.
15:00 Turnerheim Nordstraße

FESTE | MÄRKTE

Hochzeitsmesse
35 Firmen und Dienstleister aus allen Bereichen rund um die Hochzeit stellen ihre Angebote vor. Mit Hochzeits- und Festtagsmodenschauen. Eintritt frei!
Veranstalter: Norbert Pilawa.
11:00-18:00 Alte Reithalle, Theodor-Heuss-Str. 99
» siehe Seite 37

Antikmarkt

Mit Expertenberatung.
11:00-18:00 Kaiser-Friedrich-Halle
Frauenmesse „She“
Über 70 Aussteller präsentieren alles zu den Themen Beauty, Bildung, Fitness, Gesundheit und Wellness. Mit Live-Entertainment, Modenschauen, Produktvorführungen und Vorträgen.
11:00-18:00 Kunstwerk Wickrath
» siehe HINDENBURGER Januar 2013, Seite 20

SONSTIGES

Zierfisch- und Wasserpflanzenbörse
Veranstalter: Verein für Aquarien- und Terrarienkunde Mönchengladbach e. V.
10:00-12:00 Kleingartenanlage Pilatus Kall
Karnevalsumlauf
11:00-14:00 Altes Zeughaus
Erster Sonntag
Stündlich Führungen durch die Sammlung von 11:30 bis 16:30 bei freiem Eintritt.
Städt. Museum Abteibahn
Zumba im TSC-Rheindahlen
Mit Torsten Schröder.
14:00-15:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum Broicher Str. 13
Tanztee
Eintritt frei!
16:00-20:00 Kastanienhof
Glanzeit - 20er-Jahre-Festival: „Der blaue Engel“
Deutschland 1930, Regie: Josef von Sternberg, 103 Min.
19:30 BIS-Zentrum

MO4 FEBRUAR

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

PARTY

Salsa-Party
Mit kostenlosem Tanzkurs.
Eintritt frei!
21:00 Kastanienhof

DI5 FEBRUAR

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

KARNEVAL

„Die Kfd lässt die Puppen tanzen“
Karnevalssitzung der Kath. Frauengemeinschaft Herrenshoff.
16:00 Haus Schellen, Korschenbroich-Pesch
Damensitzung
KG Ruet-Wiss Okerke.
17:30 Burggrafenhalle MG-Odenkirchen



Rundfunk (Funky Tunes)

Fr. 8.2.2013, 23:00

Projekt 42

Mit den DJs Barilafunk & Ju Rassic. Selectet werden Platten, die über ihre Rare Funk inspirierte Seite hinaus Elemente von Hip Hop oder Big Beat enthalten sollen. Wenn es Spaß macht und passt auch Sahne-Stückchen aus den Richtungen Trip Hop und Disco Breaks.

Wer nicht die Puste hat den ganzen Abend das

Tanzbein zu schwingen, den lädt die Lounge mit gemütlich entspanntem Flair, chilliger Musik sowie leckeren Cocktails zum Verweilen ein. Wie immer gibt es einen Welcome Drink!

PARTY

Discofox-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs.

Eintritt frei!

21:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

7:00-14:00 Messegelände Nordpark

VORTRÄGE

Informationen für Berufsrückkehrer

Tipps und Informationen zum beruflichen Wiedereinstieg. Referentin: Angelika König, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

9:30-12:00 Berufsinformationszentrum

Arbeiten in den Niederlanden

Informationsveranstaltung über Arbeitsstellen, Arbeitsbedingungen, die Sozialversicherung und das Arbeitsrecht in den Niederlanden. Referentin: Anja Völler, startpeople Venlo.

10:00 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißaal.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

La Comera – ein Feuerberg im Meer!

Lichtbildvortrag von Klaus Spenke.

Veranstalter: Dt. Alpenverein, Bergfreunde Rheydt.

20:00 Genuckener Bahnhof

SONSTIGES

„Filzcafé“

Workshop.

10:30-12:00 Cafe Kreativ

MI6

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.

14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Disco

18:30-21:30 Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

KARNEVAL

„Die kfd lässt die Puppen tanzen“

Karnevalsitzung der Kath. Frauengemeinschaft Herrenshoff.

18:00 Haus Schellen, Korschenbroich-Pesch

Karnevalsitzung

KG Schöpp op.

19:00 Kaiser-Friedrich-Halle

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er und 60er.

19:00 American's

Übungsparty

19:30 Tanzschule „More than Dancing“ Ausgehen!

Mit Glückspilz-Lotterie.

Eintritt frei inkl. einem Gratislos!

20:00 Kastanienhof

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezzalito

Halbzeit

20 Jahre Graefen Special.

Freier Eintritt für alle!

21:00 Graefen clubbing

Midewo

22:00 Raum 38

Kommune 61

Hip Hop, Classics, House mit

DJ Say Whaat.

Mädels freier Eintritt, 50 % auf Drinks.

23:00 Rossi

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt Trabrennbahn

Dieser Trödelmarkt ist der einzige Markt im ganzen Kreis Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.

6:00-14:00 Trabrennbahn

Informationsabend für werdende Eltern

Rund um Schwangerschaft und Geburt.

18:00-20:30 Krankenhaus Neuwerk,

Eltern-Kind-Zentrum

SONSTIGES

Jobbörse

9:00 Berufsinformationszentrum

Ladies Night mit „Kokowääh 2“

Zutritt nur für Frauen!

20:00 Comet Cine Center

DO7

FEBRUAR

KIDS

Kinderkarneval an Altweiber

Mit großem Kostümwettbewerb! ab 14:00 Städt. Jugendclubhaus

MG-Westend

Offener Kindertreff

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.

16:30-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

KARNEVAL

Altweibertreffen

KF Schwarz-Gold Odenkirchen.

11:00 Rathausplatz MG-Odenkirchen

Altweibertreiben und Rathaussturm

KG Botterblom.

11:11 Konstantinplatz MG-Giesenkirchen

„Die kfd lässt die Puppen tanzen“

Karnevalssitzung der Kath. Frauengemeinschaft Herrenshoff.

15:00 Haus Schellen, Korschenbroich-Pesch

Altweibertreiben

15:00 Friedrichstraße

Altweibertreiben

16:00 Langensgasse MG-Rheydt

» siehe Seite 17

Jecke Wiever Party

KG Potz op.

18:00 Haus Dahlen

Altweibertreiben der KG Hau Ruck

18:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken

Kostümparty – Die Nacht der

leck'ren Jecken

19:00 Germania Stübchen

7 x 11 Jahre KG Uehliöcker Neuwerk:

Altweiberparty

19:00 Krahmendonkhalde MG-Neuwerk

Altweiberparty

KG Immer Lustig Holt.

20:00 Haus Schroers

Möhnenrock

KG Spönnradsbeen Hardt.

20:11 Festzelt Birkmannsweg, MG-Hardt

Karnevalskirmessen

Mühlentorplatz MG-Rheinadahen,

Alter Markt und Kapuzinerplatz



PARTY

Altweiber

15:00 Kastanienhof

Altweiberparty

Pop, Classics, House mit M-Rotation &

J-Tag, Eintritt frei!

16:00 Goldwasser

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

Zutritt nur für Frauen!

Housebrause

Mit den DJs Sebastian Rebig, Roxtone,

Robert Herx & Dennis Holtschoppen;

Live Percussion: Optimo; Visuals:

VJ Pathfinder.

22:00 Projekt 42

Sin City – Karneval im Rossi

Pop, HipHop, Classics mit DJ Vince_W.

23:00 Rossi

SONSTIGES

Mein Baby – Nähworkshop für

Anfänger und Fortgeschrittene

Ob Lätzchen, Strampelanzug, Krabbel-

decke oder Wickeltasche – ihr könnt

eure Lieblingssachen selber entwerfen,

denn selbst genäht sind sie am

schönsten!

10:00-12:30 Cafe Kreativ

Begegnungsfest

Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und

Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürrip –

jeder ist herzlich willkommen!

15:00-17:00 Christengemeinde,

Nakatenusstr. 95

FR8

FEBRUAR

BÜHNE

„Pension Schöller“ (Premiere)

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm

Jacoby. „Pension Schöller“ ist schon

seit über 100 Jahren ein Publikums-

liebling und beschäftigt sich auf

amüsante und humorvolle Weise mit

durchaus ernstzunehmenden Fragen.

20:00 Theater Mönchengladbach,

Große Bühne

» siehe „Highlights“, Seite 54

HYPERARTISTS HINDENBURGER

20 JAHRE GRAEFEN WEIBER FASTNACHT VVK AB SOFORT!

FINGER & KADEL

featuring performances by DO07 FEB 13 support by H2H MUSIC 16UHR

GRAEFEN clubbing | ALTER MARKT 22/23 | MG facebook.com/graefendclubbing | www.dasgraefen.de

www.AIRPORT-EVENT.de

» LIVE IM TERMINAL «

FR 22.03.2013 SNAKEWATER

FR 05.04.2013 JUTTA WEINHOLD'S AKUSTIK RANDALE

SA 13.04.2013 TODD WOLFE

SO 28.04.2013 24. M'GLADBACHER OLDTIMER RALLYE

FR 03.05.2013 URIAH HEEP

SA 04.05.2013 PLEXIPHONES THE FIXX

FR 24.05.2013 PAT TRAVERS

EINLASS JEWEILS UM 19.30 UHR

DIE JEWEILIGEN TICKETPREISE ENTNEMEN SIE BITTE UNSERER HOMEPAGE

WWW.AIRPORT-EVENT.DE ODER WWW.EVENTIM.DE

KARTEN AN ALLEN BEKANNTEN VORVERKAUFSSTELLEN (CTS-TICKETS) UND BEI WWW.EVENTIM.DE

BUSVERBINDUNG (LINIE 10) ZUM HBF/ALTER MARKT BIS MITTERNACHT

PARKPLATZ IM TICKETPREIS ENTHALTEN (CA. 1000 PARKPLÄTZE)



Konstantin Reinfeld & Friends

Fr. 15.2.2013, 20:00

BIS-Zentrum

Wenn man Konstantin Reinfeld bei seinem Mundharmonika-Spiel zuhört, ohne den 17-Jährigen zu sehen, glaubt man es mit einem erfahrenen und über Jahrzehnte geschulten Jazzmusiker zu tun zu haben. Technisch und emotional gereift klingt sein chromatisches Spiel auf den diatonischen Höhrner-Mundharmonikas „Marine Band Crossover“ und „Golden Melody“. Konstantin spielt erst seit knapp vier Jahren Mundharmonika. Schnell machte er rasante Fortschritte beim autodidaktischen Erlernen des Instruments, wobei ihm seine Erfahrungen mit dem Klavier und der Klarinette eine gute Basis sind.



Smells like 90s

Sa. 16.2.2013, 22:00

Messajero

Am 16.2.2013 geht die Partyreihe „Smells like 90s“ nach ihrer gelungenen Premiere im Dezember 2012 in die zweite Runde. Auch diesmal rocken die DJs Hejo Siemes und Markus Ludwig gemeinsam das Mönchengladbacher Messajero. Dabei stehen Ohrwürmer des Grunge, Rock, Alternative-Rock, Britpop und Pop-Punks sowie andere Hits der Neunziger Jahre des vergangenen Jahrhunderts im Mittelpunkt der musikalischen Zeitreise, die um 22 Uhr beginnt.

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Kinder-Karnevalsfest

Mit Alex & Doris und Clown Pepe. Veranstalter: Mönchengladbacher Karnevalsverband e. V. und Große Rheydter Prinzengarde. 14:00 Aula Gymnasium Gartenstraße, Eingang Seminarstraße

KARNEVAL

Seniorenachmittag

KF Schwarz-Gold Odenkirchen. 14:30 Burggrafenhalle

Jecke Fridach im Döre

KG Poether Pothäepel. 19:00 Gaststätte Am Dörestrukke
17. FUN-tastische Nacht
KG Immer lustig Holt. 20:00 Festszelt Immelmanstraße, MG-Holt

FUNDahle Party der Prinzengarde

KG Potz op. 20:00 Haus Dahlen
Karnevalskirmessen
Mühlentorplatz MG-Rheindahlen, Alter Markt und Kapuzinerplatz



PARTY

Rock around the clock

19:00 American's
Cocktail Time@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor. 19:00 Cocos

Friday Night

Club, House, Lounge-Musik. 20:00 Bar Plastique

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er. 21:00 Almsause

Hörsaal 22 – Semesterabschluss-party

Motto: Karneval meets Trash mit den BaMiBoys.

21:00 Graefen clubbing

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies. 21:00 Foxbar

Fetenhits-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!

21:00 Mauerwerk

Karnevalsfreitag Ü35

22:00 Kastanienhof

Belinda

22:00 Nacht

Nachtgalerie Freitag

Party Classics. 22:00 Nachtgalerie

I love Black

No. 1 in R&B. 2 für 1 bis 0:00.

23:00 Black & White

Rundfunk (Funky Tunes)

Mit DJs Barilafunk & Ju Rassic. Bei Barilafunk und Ju Rassic aka DJ Joschi hat es gefunkt! Mit Ihrer neuen monatlichen Partyreihe im Projekt 42, haben die beiden sich das Ziel gesetzt, die erste Adresse zu sein, wenn es um funky music in der Actiontown geht. Die Tunes, die immer am zweiten Freitag im Monat den Dancefloor beschallen, kann man garantiert nicht im Radio hören. 23:00 Projekt 42

» siehe Seite 57 oben

Mädelsabend

Rock, Alternative, Indie, Classics mit Mr. Bata.

Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.

23:00 Roots Club

Indie liebt Dich

Indie(tronic) mit DJ Luca.

23:00 Rossi, Küche

Ritz & Ire

Pop, House, Classics.

23:00 Rossi, Salon

SONSTIGES

Klein, aber oho – Das Geheimnis der Sternschnuppen

Beobachtungabend mit dem Teleskop. Veranstalter: Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V. 20:00 Sternwarte Rheindahlen, Vortragsraum Wasserwerk



SA 9

KIDS

Kinderkarneval

KG Die Kreuzherren Wickrath.

14:00 Adolf-Kempfen-Halle

KARNEVAL

Seniorenitzung des MKV

Mit den Prinzenpaaren der Stadt, Hermann-Josef Maassen, Die Garderotties, Rher Knöpfkes, Garde-Girls der Großen Rheydter Prinzengarde, D'r Tulpenheini, Geschwister Schmitz, Fanfarencorps der KG Schöpp op.

7 x 11 Jahre KG Uehlöcker Neuwerk:

Kostümsitzung

19:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk

Kostümball

KG Roer mit

19:00 Sporthalle Zeppelinhschule MG-Lürrip

Karnevalsparty

KF Schwarz-Gold Odenkirchen.

20:00 Burggrafenhalle

Karnevalsparty

KG Die Kreuzherren Wickrath.

20:00 Adolf-Kempfen-Halle

Karnevalistische Rock-Pop-Oldienacht

KG Halt Uut Pesch.

20:00 Jahnhalle

Rutsch in den Karneval

Große Rheydter Prinzengarde.

20:00 Theater Mönchengladbach

Kostümball

KG Rot Weiß Rheydt Dorfbroich.

20:11 Haus Bresges

Kostümsitzung

KG Spönnradsbeeren Hardt.

20:11 Festszelt Birkmannsweg, MG-Hardt

Karnevalskirmessen

Mühlentorplatz MG-Rheindahlen, Alter Markt und Kapuzinerplatz

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er und 60er.

19:00 American's

Cocktail Time Saturday@Cocos

House, RnB, Charts, Dancefloor.

19:00 Cocos

Saturday Night

Club, House, Lounge-Musik.

20:00 Bar Plastique

Hannen & Hennen Party

Die Bier-Party im Fuchsbau mit Live-

Musik von „Hardware“. Ab 18:00 Alt-

bier-Bowle und Biersuppen-Empfang

auf der Terrasse.

20:00 Fuchsbau

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die

Hit-Giganten der 80er und 90er.

Eintritt frei!

21:00 Almsause

Hot Clubbing

20 Jahre Graefen Special.

Freier Eintritt für alle!

21:00 Graefen clubbing

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.

21:00 Foxbar

Kostümparty

22:00 Kastanienhof

Samstag Nacht

22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

Party Classics. 22:00 Nachtgalerie

Sexy Black

100 % Black Music. 2 für 1 und Ladys

freier Eintritt bis 0:00.

22:30 Black & White

Goldrausch

Dance, Funk, Classix mit DJ Buddha.

23:00 Goldwasser

Bass Culture

Crazy Dancehall & Reggae Vibes mit

den Residents Top Gun Sound.

Sektempfang für die Ladys bis 00:30!

Free Mix-CDs für die ersten 100 Gäste!

23:00 Projekt 42

The Nineties

Die besten Hits der 90er, Rock, Pop

und Hip Hop mit JMO und DJ Freetz.

23:00 Roots Club

Flashdance

DJ S-One: 80s-Pop, -Rock & Electronics.

23:00 Rossi, Küche

Seth Gekko

Dance, Pop, Classics.

23:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst,

Aachener Straße

Trödelmarkt Trabrennbahn

Dieser Trödelmarkt ist der einzige

Markt im ganzen Kreis Mönchenglad-

bach, auf dem zu über 80 % Trödel

zu finden ist.

6:00-16:00 Trabrennbahn



KIDS

Kinderkarnevalszug

KG Botterblom.

14:11 Konstantinplatz, MG-Giesen-

kirchen

Internationaler Kinderkarnevalszug

KG Potz op.

14:11 Schulzentrum MG-Rheindahlen

wortreich | Rheydt liest

Mitglieder des Alevitischen Kultur-

zentrums Mönchengladbach und

Umgebung stellen in einer deutsch-

türkischen Lesung Geschichten und

Erzählungen über die Volksgruppe der

Aleviten und ihrer Religion vor. Mit

traditioneller Musik auf der Baglama.

Eintritt frei!

11:11 Stadtebibliothek Rheydt

KARNEVAL

Karnevals-Frühshoppen

KG Immer lustig Holt.

11:11 Festszelt Immelmanstraße,

MG-Holt

Veedelszug

KG Schöpp op.

11:11 MG-Eicken

Frühshoppen

KG Schöpp op.

12:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken

Biwak

KG Alles onger ene Hoot.

12:11 Pfarrheim MG-Hardterbroich

Tulpensonntagparty

KG Poether Pothäepel.

13:00 Gasthof Loers

36. Holter Veedelszoch

KG Immer lustig Holt.

13:11 Ortskern MG-Holt

Tulpensonntagzug

KG Schwarz-Gold Odenkirchen und

KG Ruet-Wiss Okerke.

14:00 MG-Odenkirchen

Veedelszoch

KG onger ene Hoot.

14:11 Pfarrheim MG-Hardterbroich

Mega-Karnevalsparty

KG Immer lustig Holt.

15:11 Festszelt Immelmanstraße,

MG-Holt

Buntes Karnevalstreiben

KG Botterblom.

15:33 Mehrzweckhalle MG-Giesen-

kirchen

Buntes Karnevalstreiben

KG Potz op.

16:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen

Karnevalskirmessen

Mühlentorplatz MG-Rheindahlen,

Alter Markt und Kapuzinerplatz

SONSTIGES

Briefmarkentauschtage

Veranstalter: Briefmarkenfreunde

1924 e. V. Mönchengladbach.

9:30-12:00 Gaststätte Turnerheim

RTV, Nordstr. 133

Bolschoi Ballett: „Don Quichotte“

Live-Übertragung aus dem Moskauer

Bolschoi Theater.

16:00 Comet Cine Center

Tanztee

Eintritt frei!

16:00-20:00 Kastanienhof



KIDS

Kinderkarnevalszug

KG Halt uut Pesch.

14:11 MG-Pesch

Karneval – wat is dat?

Närrische Kinder-Karnevalstour.

Veranstalter: Marketing-Gesellschaft

Mönchengladbach.

15:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild,

Busspur am Parkplatz Geroweier

KARNEVAL

Zug der Rheydter Gesellschaften

11:11 Innensatzd MG-Rheydt

Rosenmontagszug

11:30 MG-Hardt



vino e musica ... mit beets'n'berries

Do. 21.2.2013, 19:00

Kult + Genuss

Ungewöhnlich wie ihr Bandname, präsentiert sich auch der Stil dieser Band. Vor allem „eigenwillig“ kann man ihre Interpretationen bekannter Pop-Rock-Soul-Songs nennen, wobei beim Zuhören das Gefühl entsteht, den Song zu kennen – und doch klingt er anders, eben nach beets'n'berries. Viel Charme und Gefühl mischen sich in die Songs

und offenbaren den Charakter dieser Band. Am Ende kann man gar nicht anders, als in ihre Welt der Musik einzutauchen. Unplugged lassen die Drei dem Zuhörer eine Seite der Musik zuteil werden, die anrührt, berührt und den Fokus auf das Wesentliche lenkt.

Der Weg zum Schwerbehinderten- ausweis

18:00-19:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

SONSTIGES

Jobbörse

Sie suchen einen neuen Arbeitsplatz – wir helfen Ihnen einfach und schnell freie Arbeitsstellen zu finden. Wir erklären Ihnen den Umgang mit der Jobbörse, stellen Ihnen Berufenet und Kursnet vor, um umfassende Informationen zu allen Berufen von A-Z und passende Weiterbildungsangebote zu finden.

9:00 Berufsinformationszentrum

Mein Baby – Nähworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Ob Lätzchen, Strampelanzug, Krabbeldecke oder Wickeltasche – ihr könnt eure Lieblingssachen selber entwerfen. Denn: Selbst genäht sind sie am schönsten!

10:00-12:30 Cafe Kreativ

Mittwochskino im BIS:

„Das Schmuckstück“
Frankreich, 2011. Regie: Francois Ozon, 99 Min. Mit Gérard Depardieu.
20:30 BIS-Zentrum

DO14

> FEBRUAR

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre; mit Jugend-Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Kindertreff

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:30-18:00 Jugendheim MG-Betrath

PARTY

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito

VORTRÄGE

Zurück in den Beruf

Referentin: Corinna Eßer-Peschke.
10:00 Volkshochschule, Haus Berggarten

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißaal.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

Hochbegabung erkennen und fördern

20:00-22:15 Familienbildungsstätte Hansastraße

Kastanienhof

Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten

FRIDAY-NIGHT-FEVER
Corona & Tequila 2 für 1
Fr., 15. Feb., ab 22 Uhr, Eintritt frei

Ü-40 PARTY
Fr., 22. Feb., ab 22 Uhr, Eintritt frei

www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 • Tel. 021 61-821 2060

SONSTIGES

Nähworkshop Kissenschlacht

19:00-22:00 Cafe Kreativ

FR15

> FEBRUAR

BÜHNE

„Das Ende vom Anfang“

Zwei Freunde, die durch dick und dünn gehen, die zusammen Musik machen, zusammen tanzen und zusammen untergehen. Eine Freundschaft, die mit jeder schlimmen Wendung nur noch inniger wird. Das ist der Kern von Sean O'Caseys Komödie, gepaart mit irischem Humor.

19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Workshop Mutter/Kind-Filzen

15:00-17:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Eltern-Leseabend für Grundschul- kinder

18:00-21:00 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 American's

Cocktail Time@Cocos

House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos

Friday Night

Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastique

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
21:00 Almsause

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar

Zuhause

21:00 Graefen clubbing

Fetenhits-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!
21:00 Mauerwerk

Friday Night Fever

Corona & Tequila 2 für 1. Eintritt frei!
22:00 Kastanienhof

Belinda

Minimal, Techno, Electro.
22:00 Nacht

Nachtgalerie Freitag

Party Classics.
22:00 Nachtgalerie

I love Black

No. 1 in R&B. 2 für 1 bis 0:00.
23:00 Black & White

Bassment

Finest of Drum 'n' Bass & Dubstep mit DJs Don Ki Li, Djanes Hactical & Rabella in der Drum 'n' Bass Lounge sowie DJs I.Dot & Tesq (Distressed) & special guest Ill Bill Bachelor im Dubstep Mainfloor.
23:00 Projekt 42

A Tribute to Red Hot Chili Peppers

Rock, Crossover, Grunge, Alternative mit DJ Archetype und Mr. Bata. Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club

Soul Kitchen

Hip Hop, Funk & Soul mit DJ S-One.
23:00 Rossi, Küche

Marwin

Dance, Pop, Classics.
23:00 Rossi, Salon

Groovebox

House Music Party mit offener Atelier-Lounge ab 22:00. DJs: Herbert Boese und Sebastian Rebig.
23:30 Das Blaue Haus

SONSTIGES

Welches Sternbild ist das?

Einführung in die Sternbilder mit dem Astronomischen Arbeitskreis Mönchengladbach. Die Veranstaltung findet nur bei wolkenlosem Himmel statt! Fernglas, falls vorhanden, bitte mitbringen!
20:00 Treffpunkt: Eingang zum Wasserwerk Rheindahlen

SA15

> FEBRUAR

BÜHNE

„Pension Schöller“

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

» siehe „Highlights“, Seite 54

KIDS

Lesezwerg

Samstagsgeschichten für Kinder ab 4 Jahre. Andrea Peters und Michaela Neumann freuen sich nach tollen Karnevalstagen auf ihre Lesezwerg.

Welches Buch sie mitbringen? Lasst euch überraschen und habt jede Menge Spaß beim Zuhören! Eintritt frei!

11:00-12:00 Zentralbibliothek

Geschwisterdiplom

Geburtsvorbereitung für werdende Brüder und Schwestern zwischen 4 und 12 Jahre ohne Eltern-Begleitung.
15:00-17:00 Elisabeth-Krankenhaus, Frauenklinik

LITERATUR

„SOKO im Einsatz: Der Fall Mirco und weitere brenzlige Kriminalgeschichten“

Kriminalhauptkommissar Ingo Thiel und Journalist Bertram Job signieren ihr Buch.
12:00 Mayersche Buchhandlung

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's

Cocktail Time Saturday@Cocos

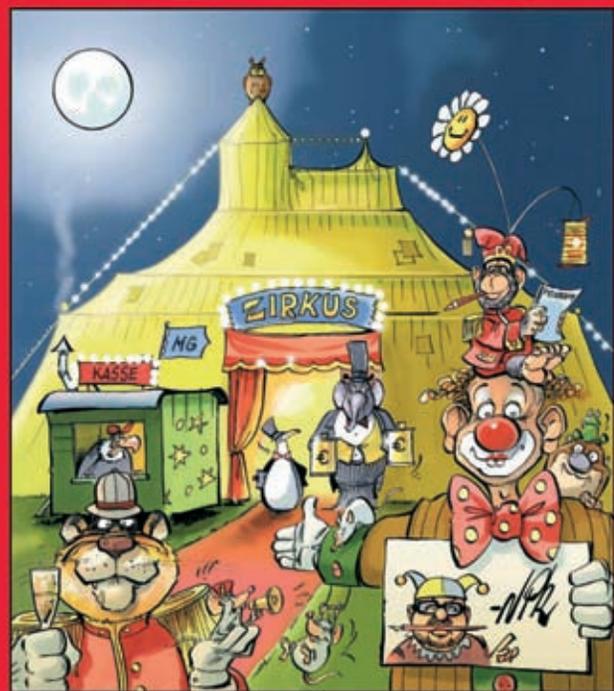
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos

Saturday Night

Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastique

Übungsparty

20:00-23:00 TOMMY'S Tanzstudio



ZIRKUS GLADBACH - HEREINSPAZIERT!

JECK AUF EINE SAUBERE STADT..!



Wir sind der Entsorger für die Stadt Mönchengladbach

Tel. 02161-491043
www.gem-mg.de





Jungmeisterkonzert

Do. 21.2.2013, 20:00

Zeughaus Neuss

Die beiden Jungmeisterinnen Inge Du und Hanni Liang haben sich für ihren gemeinsamen Auftritt im Neusser Zeughaus ein gehöriges Pensum vorgenommen. Wenn sie den Freunden der Klaviermusik demonstrieren, was sie in Barbara Szczepanskas Klasse an der Düsseldorfer Robert-Schumann-Hochschule gelernt haben, liegen die musikalischen und technischen Hürden hoch, in dessen die stilistische Bandbreite des Programms von der hohen Klassik bis zu einer äußerst wirkungsvollen, virtuoseren Gegenwartskunst reicht.

Discofox- und Boogieparty im TSC-Rheindahlen

Tanzparty für alle, die Discofox und Boogie tanzen möchten.

Gäste sind herzlich willkommen!
20:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum Broicher Str. 13

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
Eintritt frei!

21:00 Almsause

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar

Amnesie

Mit Vogue, Timbo und Thai-D.
21:00 Graefenclubbing

Smells like 90s

Mit den DJs Hejo Siemes und Markus Ludwig.
22:00 Messajero

» siehe Seite 58 oben

Samstag Nacht

Minimal, Techno, Electro.
22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

Party Classics.
22:00 Nachtgalerie

Sexy Black

100 % Black Music. 2 für 1 und Ladys freier Eintritt bis 0:00.
22:30 Black & White

Goldrausch

Dance, Funk, Classic mit DJ Buddha.
23:00 Goldwasser

Dailyfresh Hipop Party

Mit der Dailyfresh DJ Crew im Main-floor und DJ Barilafunk mit Funk & Soul in der Lounge. DJs AndiTeller, Charlie Checknix und Seppobeats zusammen an den Wheels of Steel.
23:00 Projekt 42

PORT01 Rock-Nacht

Rock, Punkrock, Indie, Alternative, Grunge mit JMO und Mr. Bata.
23:00 Roots Club

Rock Garden

90's-Rock, Classics mit DJ Rockadisco.
23:00 Rossi, Küche

Trommel Fella

Hip Hop, Dancehall, RnB mit DJ Say Whaat
23:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst, Aachener Straße

Trödelmarkt Trabrennbahn

Dieser Trödelmarkt ist der einzige Markt im ganzen Kreis Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.
6:00-16:00 Trabrennbahn

2. Eickener Kunst- und Designmarkt

Wintergrillen mit Kunst & Musik! Es erwartet Sie eine bunte Mischung aus Design, Mode, Accessoires, kreativen Ideen, hoher Kunst und Nachwuchstalenten.
Live-Musik, Leckereien vom Grill und aus dem Bistro runden den Markt ab.
Veranstalter: In Eickener Sache e. V.
Eintritt frei!
14:00-20:00 TiG – Theater im Gründungshaus

SONSTIGES

Klassik in HD: Verdi's „Rigoletto“

Live-Übertragung aus der Metropolitan Opera New York.
19:00 Comet Cine Center



BÜHNE

„Die Fledermaus“

Zu welchen Irrungen und Verwirrungen eine Maskierung führen kann, vor allem, wenn diese als gewitztes Rachepiel geplant ist, zeigt diese Operette von Johann Strauß.
18:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

„Meerjungfrauen kocht man nicht“

Live-Koch-Show mit Steffen Henssler.
20:30 Kunstwerk Wickrath

SONSTIGES

„This place is called the hole“

Themenführung zur Ausstellung.
11:30 Städt. Museum Abteiberg

Textile Vergangenheit von Mönchengladbach

Führung durch das Textilmaschinen-depot des Museums Schloss Rheydt. Die Besucher erfahren viel über die Geschichte der Flachsverarbeitung und die Hand- und Maschinenweberei in der Region.
14:00-16:00 Boetzelen-Höfe, Künkelstr. 125

Tanztee

Eintritt frei!
16:00-20:00 Kastanienhof



KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

PARTY

Salsa-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs.
Eintritt frei!
21:00 Kastanienhof



BÜHNE

„Pension Schöller“

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne
» siehe „Highlights“, Seite 54
CineArtsLive: T'Ammore – Spoleto, Umbrien, Italien
Dance & Music Show.
21:00 Comet Cine Center

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

PARTY

Discofox-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs. Eintritt frei!
21:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

7:00-14:00 Messegelände Nordpark

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden

Informationsveranstaltung über Arbeitsstellen, Arbeitsbedingungen, die Sozialversicherung und das Arbeitsrecht in den Niederlanden.
Referent: Anja Völler, startpeople Venlo.

10:00 Berufsinformationszentrum

Burnout – Entstehung und Symptomatik

Referentin: Kristin Nehren.
19:00 Volkshochschule, Haus Berggarten

Altersvorsorge für Frauen

19:30-21:45 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

Homöopathie

Referent: Schiller-Apotheke.
19:30 Kaiser-Friedrich-Halle

„Die Provence des Lavendels im Lichte der Jahreszeiten“

Lichtbildervortrag von Guus Reinartz.
19:30 TiG – Theater im Gründungshaus

„Energiewende – richtiger Weg in die Zukunft?“

Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins.
Referent: Prof. Dr. Alfred Voss.
20:00 Haus Erholung, Raum 4

SONSTIGES

„Filzcafe“

Workshop.
10:30-12:00 Cafe Kreativ

Kochworkshop Fit mit Fisch

Das InfoCenter-Team präsentiert ein buntes Potpourri aus Fischrezepten für den Familienalltag und aus der gehobenen Küche.
19:00 InfoCenter der NEW AG



BÜHNE

Die Nacht der Musicals

In einer zweieinhalbstündigen Show werden Highlights aus den bekanntesten Musicals eindrucksvoll präsentiert. Stars der Originalproduktionen zeigen auf einer Reise durch die Welt der Musicals ausgewählte Solo-, Duett- und Ensemblenummern.
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
„Pension Schöller“
Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne
» siehe „Highlights“, Seite 54



groove!Institute on Stage

Sa. 23.2.2013, 20:00

BIS-Zentrum

Die Formation „groove!BigBand“ tritt mit voller Rhythmsection (Piano, Bass, Gitarre, Schlagzeug und Perkussion) und Hornsection (Trompeten-, Posaunen- und Saxofonsatz) als siebzehnköpfige Big-Band auf.

Zwischen Duke Ellington, Beatles, Weather Report und Blood, Sweat & Tears pendelt die

„groove!BigBand“, es gibt klassischen Swing mit kräftigen Bläseransätzen, wie auch Arrangements, in denen Rock- und Latin-Feel großgeschrieben wird. Mit der Verarbeitung der verschiedensten Elemente der BigBand-Tradition entsteht ein multistilistisches Gesamtbild.

Von Mönchen, Sagen und Legenden

Eine Geschichtsstunde der ganz besonderen Art bietet der Spaziergang durch die Mönchengladbacher Altstadt. Wenn sich der Tag dem Ende neigt, lädt der geheimnisvolle Mönch ein, spannenden Stadtgeschichten zu lauschen. Veranstalter: Marketing-Gesellschaft Mönchengladbach.

17:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Busspur am Parkplatz Geroweier

SONSTIGES

Begegnungscafe

Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürrip – jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde, Nakatenussstr. 95

Hensen-Brauerei

Besichtigung der Brauerei, des Gewölbes und der Gladbachquelle.
18:00 Hensen Brauerei



BÜHNE

„Jung? Attraktiv ... und übrig!“

Kabarett von und mit Rena Schwarz.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)

„Blues Brothers – Unterwegs im Auftrag des Herrn“

Freie Bearbeitung mit live gespielten Soul- und R&B-Klassikern nach dem Stoff des legendären Films aus dem Jahr 1980.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Handwerk hat Zukunft – große Ausbildungsborse im BiZ

Die Kreishandwerkerschaft und der Arbeitgeber-Service der Agentur für Arbeit MG informieren über Berufsfelder, in denen Nachwuchskräfte gesucht werden.
13:30-16:30 Berufsinformationszentrum

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre; mit Jugend-Disco.

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Gehäckelte Frühlingapplikationen

Workshop.
15:00-16:30 Cafe Kreativ

» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

Offener Kindertreff

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:30-18:00 Jugendheim MG-Betrath

PARTY

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito

VORTRÄGE

Informationsabend für werdende Eltern

Rund um Schwangerschaft und Geburt.
18:00-20:30 Krankenhaus Neuwerk, Eltern-Kind-Zentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißaal.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus

Transition Cafe: Ökologische Landwirtschaft

Gesellig in den Wandel. Referent: Landwirt Joachim Kamphausen.
Eintritt frei!
19:30 Ladenlokal, Eickener Str. 14



BÜHNE

„Le Villi / Suor Angelica“

Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übersetlern.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Kinder filzen Schmuck

Workshop.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

Kunterbunte Tiere

Zeichenkurs.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

LITERATUR

„Vin Santo“ – ein kulinarischer Krimi mit Rezepten

Ulrike Dömkes stellt ihren neuen Roman vor, der zweite aus einer Reihe um den Wein- und Gourmetjournalisten Boris de Beers, und nimmt Sie mit auf eine spannende kulinarische Reise in die verführerische Toskana.
20:00 BIS-Zentrum



PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 American's

Cocktail Time@Cocos

House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos

Friday Night

Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastikque

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
21:00 Almsause



Christopher Köhler: „Mätschick in se Är“

Sa. 23.2.2013, 20:00

TIG - Theater im Gründungshaus

Mit einem Zauberkasten fing alles an. Christopher Köhler entdeckte früh seine Leidenschaft für Zauberei und Unterhaltung. Es folgten Auftritte bei allerlei privaten Gelegenheiten, dann, 2007, haute sich der bezaubernde Unterhaltungskünstler beim Auftritt im Lokalfernsehen (unfreiwillig) einen Nagel durch die Hand. Damit war er in Stefan Raabs Show und gleich ein Star. Comedy, Magie und Klamauk – das ist die Mischung, die Christopher Köhler unverwechselbar macht. Selbstironisch, energetisch, souverän und frech zaubert und witzelt er sich in die Herzen der Zuschauer.

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar

Fetenhits-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!

Klik Klak

Helm-DJs.

Ü40-Party

Eintritt frei!

Belinda

22:00 Kastanienhof

Nachtgalerie Freitag

Party Classics.

I love Black

No. 1 in R&B. 2 for 1 bis 0:00.

Frontline (Crossover)

Nachdem sich das Projekt 42 für ein paar Jahre von der Rock-Szene entfernt hat, folgt nun ein neuer Lichtblick, für alle, die auf härtere Bässe und groben Gitarrensound stehen.
23:00 Projekt 42

Roots-Night

Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Archetype.

Elektroküche

deep-tech-electro-vocal-classic-house mit Seth Gekko.

Ritz & Irre

Pop, House, Classics.

Budda

Dance, Hip Hop, Classics.
23:00 Rossi, Salon

Ladies Night

Mit DJ Sten Hardy. Für die Ladies gibt es Sekttempfänger am roten Teppich, freien Eintritt, professionelles Styling, Foto-Shooting und viele Specials.
21:00 Graefenclubbing

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.

Samstag Nacht

22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

Party Classics.

Sexy Black

100 % Black Music. 2 for 1 und Ladies freier Eintritt bis 0:00.

Goldtunes

House, Funk, New Disco mit DJ Rix.

B.A.M.M. – Bassfull Abstrakt Mixed Music

Die neue Party für alle, die mehr wollen!

Die B.A.M.M. heißt nicht ohne Grund die B.A.M.M., denn durch die Zusammenarbeit mit Künstlern, Designern und Labels überrascht die B.A.M.M. euch jeden Monat aufs neue. Keine B.A.M.M. gleicht der anderen.

Trödelmarkt

23:00 Projekt 42

Aftershowparty

Indie, Rock, Alternative mit DJ Luca.

RespekTable

Hip Hop, Pop, Indie mit DJ Vince_W.

Budda

Dance, Hip Hop, Classics.
23:00 Rossi, Salon

Feste | Märkte

Trödelmarkt

6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst, Aachener Straße

Trödelmarkt Trabrennbahn

Dieser Trödelmarkt ist der einzige Markt im ganzen Kreis Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.

6:00-16:00 Trabrennbahn

Sonstiges

Autogenes Training für Frauen

9:30-13:15 Familienbildungsstätte Hansastraße

Kaffeeseminar in der Kaffeerösterei

Lassen Sie sich in die Welt des Kaffees entführen!

15:30-18:30 Coffee-in

„Pension Schöller“

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.

19:30 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

» siehe „Highlights“, Seite 54

„Deutschland. Ein Wintermärchen“

Michael Grosse spricht Heinrich Heine.

19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

KIDS

„Der Drache will heiraten“

Puppentheater für Kinder ab 5 Jahre von Sabine Sanz.

11:00 Theater Mönchengladbach, Studio

» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

wortreich | Rheydt liest (vor)

Geschichten für Kinder in deutscher und anderen Sprachen. Eintritt frei!

15:00 Stadtbibliothek Rheydt

„So ein Zirkus mit Puh Balluh ...“

Kindertheater von und mit Dieter Brackmann für Kinder ab 3 Jahre.

15:00 Theater Spielplatz

» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

Feste | Märkte

Trödelmarkt

11:00-18:00 Trabrennbahn

Sonstiges

Tanztee

Eintritt frei!

16:00-20:00 Kastanienhof

MO25

> FEBRUAR

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.

14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Party

Salsa-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs.

Eintritt frei!

21:00 Kastanienhof

DI26

> FEBRUAR

BÜHNE

Projektfabrik – TheaterJobAct®

20 Teilnehmer eines Projektes der Jobcenter Mönchengladbach, Krefeld und dem Rheinkreis Neuss präsentieren unter der Leitung der Theaterpädagogin und Schauspielerin Theresa Sokolowski ihre eigene Geschichte.

Eintritt frei!

19:00 TIG - Theater im Gründungshaus

„Le Villi / Suor Angelica“

Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

SA23

> FEBRUAR

BÜHNE

„Mätschick in se Är“

Zauber-Comedy von und mit Christopher Köhler.

20:00 TIG - Theater im Gründungshaus

» siehe oben

KIDS

Manga Magie

Workshop zum Mitmachen mit Alexandra Völker. Für Kinder ab 7 Jahre.

12:00 BIS-Zentrum

lesefohlen | Samstagsgeschichten für Kinder ab 4

Birthe Stodtmeister, die Lesepatin der Stadtbibliothek, entführt euch in die geheimnisvolle Welt der Märchen, Sagen und Legenden. Eintritt frei!

12:00 Stadtbibliothek Rheydt

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's

Cocktail Time Saturday@Cocos

House, RnB, Charts, Dancefloor.

19:00 Cocos

Saturday Night

Club, House, Lounge-Musik.

20:00 Bar Plastique

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.

21:00 Almsause

SO24

> FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: „I Love You, You're Perfect, Now Change“ (Soiree)

Comedy-Musical von Jimmy Roberts.

Buch und Liedtexte von Joe DiPietro.

Deutsch von Frank Tannhäuser und Iris Schumacher.

17:00 Theatercafé Linol

„Keine Macht den Dosen“

Das Glas Blas Sing Quintett.

19:00 Kunstwerk Wickrath

DA BIST DU JA!

Meron, 5 Jahre

Viele Kinder wie Meron suchen Hilfe.
WERDE PATE! WORLDVISION.DE

World Vision
Zukunft für Kinder!

DZI
Spenden-Siegel

Zirkusattraktion m. Rüssel

ELEFANT

Wildtiere im Zirkus – das passt einfach nicht.
Oder haben Sie schon mal einen Elefanten in freier Wildbahn einen Kopfstand machen sehen? Eben, Wir auch nicht.
www.vier-pfoten.de

Mehr Menschlichkeit für Tiere

Großkatze m. Mähne im Zirkus

LOEWE

Wildtiere im Zirkus – das passt einfach nicht.
Oder haben Sie schon mal einen Löwen in freier Wildbahn Männchen machen sehen? Eben, Wir auch nicht.
www.vier-pfoten.de

Mehr Menschlichkeit für Tiere



Kulturfrühstück: Vendredi 13

So. 24.2.2013, 11:00

BIS-Zentrum

Das Trio „Vendredi 13“ vereint traditionellen Gypsy-Swing à la Django Reinhardt mit eigenen neuen Ideen. Während David seine Ursprünge in der Metal- und Independent-Szene hat, liegen Roberts Wurzeln in der Klassik und Folkmusik. Am Kontrabass begleitet Ralf Stüve, der seine musikalischen Erfahrungen aus dem Bereich Rockabilly und Jazz einfließen lässt. Das Repertoire des Trios reicht von melodiosen Balladen bis hin zu mitreißendem schnellen Swing – instrumental und mit Gesang.

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

PARTY

Discofox-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs.
Eintritt frei!
21:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
7:00-14:00 Messegelände Nordpark

VORTRÄGE

„Die Aura des Menschen“

Vortrag der Anthroposophischen Gesellschaft.
20:00 Rudolf Steiner Schule

SONSTIGES

Mein Baby – Nähworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Ob Lätzchen, Strampelanzug, Krabbeldecke oder Wickeltasche – ihr könnt eure Lieblingssachen selber entwerfen. Denn: Selbst genäht sind sie am schönsten!
10:00-12:30 Cafe Kreativ
Sushi-Kochkurs
Inkl. Begrüßungsprosecco und Wasser.
Anmeldung bis zum 22.2.
19:00 Kult + Genuss

Ausgehen!

Mit Glückspilz-Lotterie.
Eintritt frei inkl. einem Gratislos!
20:00 Kastanienhof
StudNight
3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito
Halbzeit
Die neue Party für Studis & Freunde.
Eintritt frei bis 0:00.
21:00 Graefenclubbing
Midewo
22:00 Raum 38
Kommune 61
Hip Hop, Classics, House mit DJ Say Whaat.
Mädels freier Eintritt, 50 % auf Drinks.
23:00 Rossi

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt Trabrennbahn
Dieser Trödelmarkt ist der einzige Markt im ganzen Kreis Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.
6:00-14:00 Trabrennbahn

VORTRÄGE

Psychokinesiologie
19:30-21:00 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus
Kultur, Paul Klee und die Engel*
Der künstlerische Weg von Paul Klee (1879-1940) umfasst eine weite Entwicklung. Behutsam nähert sich der zwischen Musik und Kunst schwankende junge Maler zu Beginn des 20. Jahrhunderts den aktuellen Strömungen. Referent: Detlev Kaesler.
19:30-21:00 Volkshochschule, Haus Berggarten

SONSTIGES

Jobbörse

Sie suchen einen neuen Arbeitsplatz – wir helfen Ihnen einfach und schnell, freie Arbeitsstellen zu finden, erklären Ihnen den Umgang mit der Jobbörse und stellen Ihnen Berufenet und Kursnet vor.
9:00 Berufsinformationszentrum
Mittwochskino im BIS:
„Dreiviertelmond“
Deutschland, 2011. Regie: Christian Zübert, 94 Min. Mit Katja Rupé, Ivan Anderson, Mercan-Fatima Türköglü und Elmar Wepper.
20:30 BIS-Zentrum



BÜHNE

Projektfabrik – TheaterJobAct®

20 Teilnehmer eines Projektes der Jobcenter Mönchengladbach, Krefeld und dem Rheinkreis Neuss präsentieren unter der Leitung der Theaterpädagogin und Schauspielerin Theresa Sokolowski ihre eigene Geschichte.
Eintritt frei!
19:00 TIG – Theater im Gründungshaus
„Blues Brothers – Unterwegs im Auftrag des Herrn“
Freie Bearbeitung mit live gespielten Soul- und R&B-Klassikern nach dem Stoff des legendären Films aus dem Jahr 1980.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Disco

18:30-21:30 Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 America's
Übungsparty
19:30 Tanzschule „More than Dancing“



BÜHNE

„Das Ende vom Anfang“
Zwei Freunde, die durch dick und dünn gehen, die zusammen Musik machen, zusammen tanzen und zusammen untergehen. Eine Freundschaft, die mit jeder schlimmen Wendung nur noch inniger wird. Das ist der Kern von Sean O'Caseys Komödie, gepaart mit irischem Humor, der jeder Katastrophe mit einem tröstlichen „It could be worse“ begegnet.
19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

„Kröhnerts Krönung“

Kabarett von Reiner Kröhnert mit 22 Parodie-„Opfern“. Mal ehrlich: Haben Sie sich nicht auch schon mal gefragt, ob Ihre gewählten Volksvertreter noch alle Tassen im Schrank haben? Der Kabarettist Reiner Kröhnert jedenfalls belässt es nicht bei leisen Zweifeln. Er schenkt großzügig ein.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenfort)
„Der Kirschgarten“
Tragikomisch und mit abgründigem Humor erzählt Anton Čechov von einer Zeit des Umbruchs, in der Besitzstände und Machtstrukturen neu verteilt werden.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre; mit Jugend-Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Bankenbewerbertraining
Die Berufsberatung der Agentur für Arbeit MG, Mönchengladbacher Kreditinstitute und MGConnect bieten Jugendlichen die Chance, sich gezielt auf das Auswahlverfahren bei einer Bank oder Sparkasse vorzubereiten.
Anmeldung bis 18.2.
14:00-18:00 Berufsinformationszentrum
Offener Kindertreff
Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:30-18:00 Jugendheim MG-Betrath

LITERATUR

Poetry Slam – Texte fürs Publikum

Sechs Minuten Zeit haben die Slam-Poetinnen und -Poeten auf der Bühne für ihre Texte – Gedichte, Geschichten, Wort-Experimente. Moderatoren: Markim Pause und Marco Jonas; Musik: DJ Key.
20:30 Projekt 42

PARTY

StudNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito

VORTRÄGE

Lehrer werden – Studium mit Perspektive?

Referentinnen: Barbara Berkhuijsen, Universität Duisburg-Essen; Sandra Inderfurth, Beraterin für akademische Berufe.
16:00-17:30 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefärzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißaal.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus

SONSTIGES

Nähworkshop für absolute Anfänger

Tasche to go... Näh' Dir doch einfach deinen eigenen Begleiter!
19:00-22:00 Cafe Kreativ

Adolf-Kempken-Halle

Poststr. 2
41189 MG

AFBj – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

Roermonder Str. 217
41068 MG, 02161/52031
www.afbj.de

Almsause

Turmstiege 6
41061 MG
www.almsause.de

Altes Zeughaus

Weihstr. 2
41061 MG, 02161/180109
www.altes-zeughaus.de

America's

Waldhausener Str. 32
41061 MG, 01520/3682161

Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.

Engelsholt 143, 02161/573113
41069 MG
www.astro-mg.de

Bar Plastique

Waldhausener Str. 25
41061 MG
www.bar-plastique.de

Berufsinformationszentrum

Lürriper Str. 56
41065 MG, 02161/404-2250
www.arbeitsagentur.de

BIS-Zentrum

Bismarckstr. 97-99
41061 MG, 02161/181300
www.bis-zentrum.de

Black & White

Waldhausener Str. 34
41061 MG, 02161/9468441
www.blackandwhite-mg.de

Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e. V.

Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG, 01805/181900
www.borussia.de

Brauerei „Zum Stefanus“

Mennrath 59
41179 MG, 02161/580154
www.zum-stefanus.de

Briefmarkenfunde 1924 e. V. Mönchengladbach

Breslauer Str. 8
41363 Jüchen, 02165/2038
www.briefmarken-mg.de

Burggrafenhalle

Zur Burgmühle 33
41199 MG

Cafe Kreativ

Hauptstr. 20
41236 MG, 02166/6750098
www.cafe-kreativ-rheydt.de

Citykirche

Alter Markt
41061 MG
www.citykirche-mg.de

Cocos

Turmstiege 3
41061 MG

Coffee-in

Hauptstr. 61
41236 MG, 02166/676760
www.coffee-in.com

Comet Cine Center

Viersener Str. 8
41061 MG, 02161/8144-0
www.comet-cine-center.de

Das Blaue Haus

Waldhausener Str. 14
41061 MG
www.offenes-atelier-mg.net

Denk Mal... Geneickener Hof

Geneickener Str. 75
41238 MG, 02166/940572
www.denkmal-geneickenerhof.de

Die Spindel

Postfach 100955
41009 MG, 02161/14700
www.die-spindel.de

DJK Sportfreunde 08 Rheydt e. V.

Wacholderweg 9
41379 Brügglen, 02163/952449
www.djk-rheydt.de

EA 71

Eickener Str. 71
41061 MG

Evangelische Hauptkirche Rheydt

Markt
41236 MG, 02166/1469445
www.hauptkirche-rheydt.de

Familienbildungsstätte: Anna-Ladener-Haus

Odenkirchener Str. 3a
41236 MG, 02166/62312-0

Hansastraße

Hansastr. 65
41066 MG, 02166/62312-23
www.fbs-mg.de

Foxbar

Turmstiege 13
41061 MG, 02161/912426
www.foxbar.eu

Fuchsbau

Schlaaeweg 18
41169 MG, 02161/559307
www.fuchsbau-mg.de

Galerie Löhrl

Kaiserstr. 69
41061 MG, 02161/200762
www.galerieloehrl.de

Gasthaus am Schmölderpark

Schmölderstr. 61
41239 MG, 02166/370798
www.gasthaus-schmoelderpark.com

Gasthof Loers

Mürrigerstr. 17
41068 MG, 02161/953920
www.gasthofloers.de

Gaststätte Am Dörestrück

Hamerweg 140
41068 MG, 02161/51392
www.doerestruexke.de

Germania Stübchen

Gasthausstr.68
41061 MG
www.germania-stuebchen.de

Goldwasser

Waldhausener Str. 21
41061 MG, 02161/4060672
www.goldwasser-mg.de

Graefen + König

Alter Markt 43-46
41061 MG, 02161/180444
www.graefenkoenig.de

Graefenclubbing

Alter Markt 22-23
41061 MG, 02161/4649820
www.dasgraefen.de/meine-events/

Grenzlandstation

Seminarsr. 20
41236 MG

Haus Bresges

Schlossstr. 260
41238 MG, 02166/256281
www.dorfbroich.de

Haus Dahlen

Mühlenwallstr. 4
41179 MG, 02161/584143

Haus Erholung

Johann-Peter-Boelling-Platz 1
41061 MG
www.hauserholung.de

Haus Schroers

Hehnerholt 142
41069 MG, 02161/540197
www.haus-schroers.de

Hensen Brauerei

Untere Str. 133
41066 MG, 02161/8499770
www.brauerei-hensen.de

Hotel Frambach

Beckrather Str. 24
41189 MG, 02166/5003
www.frambach-hotel.de

Jahnhalle

Volksgartenstr. 165
41065 MG, 02161/482740

Jugendheim Betrath

Hansastr. 55
41066 MG
www.jugend-mg.de

JUKOMM

Stepgesstr. 20
41061 MG, 02161/14617
www.jukomm.de

Kaiser-Friedrich-Halle

Hohenzollernstr. 15
41061 MG, 02161/10094
www.kaiser-friedrich-halle.de

Kastanienhof

Krefelder Str. 765
41066 MG, 02161/8212060
www.kastanienhof-hotel.org

Kath. Pfarrkirche St. Johannes

Urfstr. 214
41239 MG

Kath. Pfarrkirche St. Michael

Sanct-Michael-Platz 5
41069 MG

Kleingartenanlage „Pilatus Kall“

Neuwerker Str. 41
41065 MG, 02161/651343

Kliniken Maria Hilf:

Krankenhaus Maria Hilf
Sandradstr. 43
41061 MG, 02161/358-0
Krankenhaus St. Franziskus
Viersener Str. 450
41063 MG, 02161/892-0
www.mariahilf.de

Krankenhaus Neuwerk „Maria von den Aposteln“

Dünner Str. 214-216
41066 MG, 02161/668-0
www.kh-neuwerk.de

Kult + Genuss GmbH

Wilhelm-Strauss-Str. 65
41236 MG, 02166/2172627
www.kultundgenuss.de

Krahendonkhalle Neuwerk

Gathersweg 55
41066 MG

Kunstfenster Rheydt

Hauptstr. 125
41236 MG, 02166/216930
www.kunstfenster-rheydt.de

**Kunstwerk Wickrath/
Das Rote Krokodil**
Wickrathberger Str. 18b
41189 MG, 02166/133930
www.otes-krokodil.de

**Leichtathletik-Gemeinschaft
Mönchengladbach 1979 e. V.**
Karenweg 202
41169 MG, 02166/557975
www.lg-moenchengladbach.de

Mauerwerk
Jahnplatz 10
Am Grenzlandstadion
41236 MG, 02166/942727
www.mauerwerk-mg.de

Mayersche Buchhandlung
Hindenburgstr. 76
41061 MG, 02161/81194-0
www.mayersche.de

Mehrzweckhalle Eicken
Eickener Str. 165
41063 MG

Mehrzweckhalle Gerkerath
Gerkerath 152
41179 MG

Menge-Haus
Berliner Platz 12
41061 MG

Messajero
Sophienstr. 17
41065 MG, 02161/4988717
www.messajero.com

Mezcalito
Gasthausstr. 30
41061 MG, 02161/176640

**MGMG – Marketing Gesellschaft
Mönchengladbach mbH**
Voltastr. 2
41061 MG, 02166/252411
www.mmgm.de

MMIII Kunstverein e. V.
Künkelstr. 125
41063 MG, 0163/4233930
www.mmiii.de

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83
41061 MG, 02161/25-6431
www.musikschule-moenchengladbach.de

Nacht
Waldhausener Str. 25
41061 MG
www.nacht-mg.de

Nachtgalerie
Turmstiege 5-7
41061 MG
www.nachtgalerie-mg.de

**NEW AG:
Hauptverwaltung**
Odenkirchener Str. 201
41236 MG, 02166/688-0
**InfoCenter Ernährung und
Haushaltstechnik**
Odenkirchener Str. 201
41236 MG, 02166/688-2252
www.new-ag.de

Projekt 42
Waldhausener Str. 40-42
41061 MG
www.projekt42.info

Raum 38
Waldhausener Str. 38
41061 MG

Reiterhof Barthelmes
Bahner 28
41238 MG

Rheinisches Pferdestammuch e. V.
Schloss Wickrath 7
41189 MG, 02166/6219110
www.pferdezucht-rheinland.de

**Rheydter Spielverein Hockey &
Tennis e. V.**
Am Gerstacker 155
41238 MG, 02166/924573
www.rsv-hockey.de

Roots Club
Aachener Str. 21-23
41061 MG
www.rootsclubmg.de

Rossi
Waldhausener Str. 61
41061 MG
www.rossi-mg.de

Rudolf Steiner Schule
Weiersweg 10
41065 MG, 02161/82132-0
www.rudolf-steiner-schule-mg.de

Spielzeugausstellung Schnelle
Schrodt 27
41238 MG, 02166/89433
www.spielzeugausstellung.com

Sporthalle Mülfort
Realschulstr. 10
41238 MG

Sporthalle Zeppelinschule
Neuwerker Str. 35
41061 MG

Stadion im Borussia-Park
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG

Stadtbld Rheydt
Pahlkestr. 10
41236 MG, 02166/147000
www.new-ag.de

**Städtisches Jugendclubhaus
Westend**
Alexianerstr. 6
41061 MG, 02161/837005
www.jugendclubhaus-westend.de

**Städtische Kliniken:
Elisabeth-Krankenhaus Rheydt**
Hubertusstr. 100
41239 MG, 02166/394-0
www.sk-mg.de

Städtisches Museum Abteiberg
Abteistr. 27
41061 MG, 02161/252637
www.museum-abteiberg.de

**Städtisches Museum
Schloss Rheydt**
Schlossstr. 508
41238 MG, 02166/928900
www.schlossrheydt.de

**Stadtssportbund
Mönchengladbach e. V.**
Berliner Platz 19
41061 MG, 02161/294390
www.mg-sport.de

**Stadtbibliothek:
Stadtteillibliothek Rheydt**
Am Neumarkt 8
41236 MG, 02161/258281
Zentralbibliothek
Blücherstr. 6
41061 MG, 02161/256345
www.stadtbibliothek-mg.de

Tanzschule „More than Dancing“
Rheydter Str. 188
41065 MG, 02161/6785764
www.more-than-dancing.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78
41236 MG, 02166/6151-100
www.theater-kr-mg.de

Theatercafé Linol
Odenkirchener Str. 78
41236 MG, 02166/3964363
www.theatercafe-linol.de

Theater Spielplatz
Waisenhausstr. 15
41236 MG, 01522/6963307
www.theater-spielplatz.de

TIG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88
41061 MG, 02161/1858280
www.theater-im-gruendungshaus.de

TOMMys Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156
47877 Willich, 02154/816644
www.tommys-tanzstudio.de

Trabrennbahn
Am Flughafen 5
41066 MG, 02161/6630-83/-87
www.mg-auf-trab.de

TSC Rheindahlen e. V.
Broicher Str. 13
41179 MG, 02161/905065
www.tsc-rheindahlen.de

Turnhalle Bäumchesweg
Bäumchesweg 106
41239 MG

Turnhalle Maria-Lenßen-Schule
Werner-Gilles-Str. 20
41236 MG

**Verein für Aquarien- und Terrarien-
kunde Mönchengladbach e. V.**
02161/181380
www.aquarierenverein-mg.de

Vitusbad
Breitenbachstr. 52
41065 MG, 02161/6980487
www.nvv-ag.de

Vitus Center
Hindenburgstr. 170
41061 MG
www.vitus-center.com

**Volkshochschule:
Haus Berggarten**
Lüpertzender Str. 85
41061 MG, 02161/256404

City-Haus
Mühlenstr. 2-4
41236 MG, 02161/258300
www.vhs-mg.de

Wasserwerk Rheindahlen
Mennrather Str. 80
41179 MG
www.nvv-ag.de

Wissenschaftlicher Verein
Bismarckstr. 87
41061 MG, 02161/406680
www.wissenschaftlicherverein.de

Zeughaus Neuss
Markt 42-44
41460 Neuss
www.zeughauskonzerte.de

Hier gibt es den HINDENBURGER

Weitere Verteilstellen finden Sie auf www.hindenburger.de

41061

Optik Commer
Aachener Str. 156
Museum Abteiberg
Abteistr. 27
Graefen & König
Alter Markt 43-46
Adler Apotheke
Alter Markt 49
Cinque Outlet Store
Am Kämpchen 9-13
Mod's Hair
Bettrather Str. 73
First Reisebüro
Bismarckstr. 23-27
KSS Werbecenter
Bismarckstr. 74
Dr. Maubach-Chandra
Bismarckstr. 106
Stadtbibliothek
Blücherstr. 6
Bäckerei Keusen
Eickener Str. 74
**Theater im
Gründungshaus**
Eickener Str. 88
Buch Degenhardt
Friedrichstr. 14
Sinn Leffers
Hindenburgstr. 1-19
Juwelier Hartung
Hindenburgstr. 35
Saturn
Hindenburgstr. 42
Peek & Cloppenburg
Hindenburgstr. 42-44
Haus der Braut
Hindenburgstr. 51
Kult
Hindenburgstr. 65
Subway
Hindenburgstr. 70
Mayersche
Hindenburgstr. 75
Jeans Point
Hindenburgstr. 88
Schuhhaus Wintzen
Hindenburgstr. 113
Vero Moda
Hindenburgstr. 114
Bücher Wackes
Hindenburgstr. 139
Reformhaus Haas
Hindenburgstr. 157
Barrique
Hindenburgstr. 160
Hannen Bäckerei
Hindenburgstr. 201
Dorint Hotel
Hohenzollernstr. 5
Rest. Kaiser Friedrich
Hohenzollernstr. 15
ZMG
Kaiserstr. 98-100
Bethesda Krankenhaus
Ludwig-Weber-Str. 15
VHS MG
Lüpertzender Str. 85
Praxis Dr. Aretz
Sandradstr. 24
Kosmetik Zirfas
Sandradstr. 43
Maria Hilf K'haus
Sandradstr. 43
Buchladen Prolibri
Schillerstr. 22
Zorbas
Schillerstr. 49
M & M Hairlocation
Steinmetzstr. 42-44
Dr. Nüchel/Skinstyle
Steinmetzstr. 45
Dr. Wolfgang Riedling
Steppsstr. 33-35
Café Mokka
Stephanstr. 4-6
Cine Center
Viersener Str. 8
Inside Living
Viersener Str. 51
Teelikatasse
Wallstr. 3
Schatzinsel
Wallstr. 8
Baguetterie Ici Paris
Wallstr. 14
Das Café
Wallstr. 19

41063

Ultimo Fashion
Künkelstr. 125
3 Elemente
Künkelstr. 125
Restaurant Bonfils
Lettow-Vorbeck-Str. 99
Four Senses
Reyerhütter Str. 45-47
Bäckerei Riethmacher
Venner Gasse 1
Franziskushaus
Viersener Str. 450

41065

Actic Fitness
Breitenbachstr. 52
Restaurant Lehmanns
Myllendonker-Str. 247
EP: Jepkens
Neusser Str. 180
Hannen Bäckerei
Neusser Str. 244

41066

Fleischerei Tölkes
Abtshofer Str. 30
Adler Apotheke
Dünner Str. 201
Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214
Dr. Bongartz
Krahnendonk 7
Tierklinik v. Bökelberg
Krefelder Str. 461
BMW Kirsch
Krefelder Str. 570
Kastanienhof
Krefelder Str. 765
Optik Schrömgies
Liebfrauenstr. 51

41068

GEM MG
Am Nordpark 400
Am Döre Strüxke
Hamenweg 140
Gasthof Loers
Mürriegerstr. 17
Bioland Brungs
Venner Str. 382
Sport Arena Factory
Wehner Str. 1

41069

Udo Nösen Malermeister
Aachener Str. 390
GHTC
An den Holter Sportstätten 11
Fleischerei Baumanns
Heiligenpesch 69
Reuter Badshop
Kühlenhof 2
Volksbank
Vorster Str. 526

41179

Hockeypark
Am Hockeypark 1
La Mia Napoli
Am Mühlentor 31
Restaurant La Forchetta
Gladbacher Str. 67
**Thaler'sche
Buchhandlung**
Kleiner Driesch 10
Palace St. George
Konrad-Zuse-Ring 10
Tennis-Club Rheindahlen
Mennrather Str. 21
Fiachs Hof
Merreter 10
VfL 1900 Borussia
Nordpark
Presse-Center Wilms
Plektrudisstr. 7
Gebrüder Jansen
Voosener Str. 64-66

41189

Subway
Adolf-Kempken-Weg 133
Gaststätte Wagner
Berger Dorfstr. 45
Bürgerservice Wickrath
Klosterstr. 8
**Rittergut Wanlo/
Golfclub**
Kuckumer Str. 61
Eiscafé Brustolon
Lindenplatz 1
Just Ladys
Quadtstr. 27
Feine Kost
Quadtstr. 28
Wickrathter Brauhaus
Wickrathberger Str. 6

41199

Holz Finis
Luisental 61
Prolibri Buchladen
Zur Burgmühle 20

41236

Blickpunkt Optik
Bahnhofstr. 18
Chaarisma
Dorfbroicher Str. 71
Tellmann
Friedrich-Ebert-Str. 76
Mega Sun
Gracht 23
etepeteete
Harmoniestr. 8
Fleischerei Hoever
Hauptstr. 83
Gottschalk Electronic
Limitenstr. 60
Dr. Dr. Lange & Weyel
Marktstr. 2
Männersache
Marktstr. 14
Rossini
Marktstr. 35
EDEKA
Mittelstr. 5
Brillen Dahmen
Odenkirchener Str. 20
Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78
Dr. Wacker
Stresemannstr. 44
Pro Elektra
Wilhelm-Straeter-Str. 4

41238

FitGym 24
Friedensstr. 145
Sportstudio Saphir
Konstantinstr. 2-16
**Sanitätshaus
Giesenkirchen**
Konstantinplatz 16
Friseur salon Barbara
Konstantinstr. 240
Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508
Metzgerei Theißen
Schlossstr. 98
Perलगarten
Schloß-Dyck-Str. 93

41239

Pleines Fashion Optik
Dahlener Str. 69-77
The Fudge Shop
Dahlener Str. 120-122
Freiraum Statthotel
Böningsstr. 151
Blumen Ohlig
Hohlstr. 77
Elisabeth-K'haus
Hubertusstr. 100
Eisenhof
Klusenstr. 97
**Gasthaus am
Schmolderpark**
Schmolderstr. 61

Brüggen

Burg Brüggen
Burgwall 4
Happelter Hof
Happelter Heide 2
Vis a Vis Bistro
Klosterstr. 31

Erkelenz

Brautmoden Böskens
Gewerbestr. Süd 52a
Terhorst Senfmühle
Richard-Lucas-Str. 10a
Home Bed Collection
Theodor-Körner-Str. 38

Kaarst

Katina Tiernahrung
Industriestr. 10a

Korschenbroich

Mode Express
An der Alten Post 4
Spirit of Beauty
Hindenburgstr. 3
Presseshop Leuter
Hindenburgstr. 32
Asia Therme
Holzkamp 7
Autohaus Dresen
Mühlenstr. 58
Die Conche
Ladestr. 1
**Liedberger Land-
gasthaus** Landstr. 19
Privatbrauerei Bolten
Rheydter Str. 138
Pflanzen-Center Birkhof
Rittergut Birkhof 1
**Buchhandlung
Gutenberg**
Sebastianustr. 4
Gasthaus Stappen
Steinhausen 39

Nettetal

Golfclub Haus Bey
An Haus Bey 16
Leuther Mühle
Hinsbecker Str. 34

Schwalmtal

Lüttelforster Mühle
Lüttelforst 303
Inselschlosschen
Harikseeweg 78

Viersen

Kaisermühle
An der Kaisermühle 20
Zaspel Factory Outlet
Schiefbahner Str. 11-13
Autozentrum West
Viersener Str. 113

Wegberg

Golfclub Schmitzhof
Arsbecker Str. 160
Burg Wegberg
Burgstr. 8
Golfclub Wildenrath
Friedrich-List-Allee

Willich

Gärtner Pötschke
Büttgener Str. 50
Bäckerei Greis
Kreuzstr. 3
Tommys Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156
Restaurant Kaiserhof
Unterbruch 6



Studinight im Mezcalito

Ob es immer nur Studenten sind, die sich mittwochs im Mezcalito herumtreiben, weiß keiner. Jedenfalls wird dort seit 20 Jahren immer gut gefeiert. Grüß Dich, Dorian!



Schein... Nacht im St. Vith

Die Bilder vom Heiligvorabend im St. Vith haben es nicht mehr rechtzeitig in die Januar-Ausgabe geschafft, sollten den Lesern aber nicht vorenthalten werden.



Hejo's Kultpalast im Messajero

Der Kultpalast macht glücklich, wie die Bilder der ausgelassenen Gäste immer wieder aufs Neue beweisen.



Bassment im Projekt 42

Bassment – finest of drum & bass and dubstep findet ab sofort wieder einmal monatlich jeden dritten Freitag statt. Das DJ-Line-up ist jedes Mal erlesen und sorgt für tiefe Schläge in die Bauchregion.





Musik im Café Kontor

Am 11.1.2013 präsentierte MG Kitchen TV im Café Kontor die jungen Musiker Steven Hein und Sorab Jon Asar.



Böckem im Irish Pub

Der Irish Pub „The Pogs“ auf der Bahnhofstraße in

Rheydt lockt seine Gäste mit ehrlicher und erdiger Musik.

Böckem passen voll ins Konzept und heizten den Pub ordentlich ein.

VERLAG

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach und Rheydt erscheint bei:
Marktimpuls GmbH & Co. KG
 Kaiserstr. 68, 41061 Mönchengladbach
 Tel. 02161/68695-20, Fax 02161/68695-21

REDAKTION

HERAUSGEBER

Sascha Broich, Marc Thiele

CHEFREDAKTEUR

Sascha Broich (V. i. S. d. P.)

KONTAKT REDAKTION

Tel. 02161/68695-30 · Fax 02161/68695-21
 E-Mail: redaktion@hindenburger.de

TERMIKALENDER

Martin Huth, termine@hindenburger.de
 Redaktionsschluss Terminkalender: 15. des Vormonats

REDAKTIONELLE MITARBEIT

Sascha Broich (sb), Sabrina Kirnapci (sk), Martin Huth (mh), Livia Hilgers (lh), Natascha Oberste (no), Donna Schmelzer (ds), Ingo Rütten (ir), Dr. Christian Wolfsberger (cw)

FOTOS

Stefan Götttschkes, Simone Stähn (Cover), Sascha Broich, Livia Hilgers, Donna Schmelzer

GRAFIK

Marktimpuls GmbH & Co. KG
 Satz & Layout: Sandra Ophel, Sascha Broich, Liane Retzkowski, Livia Hilgers, Donna Schmelzer
 Webdesign: Marc Thiele, Donna Schmelzer

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.

ANZEIGEN/VERTRIEB:

Verantwortlich

Marc Thiele, Tel. 02161/68695-50 · Fax 02161/68695-21
 E-Mail: media@hindenburger.de

Anzeigenverkauf/Anzeigenberatung

Jasmin Pretscher, André Weiß

Aktuelle Mediadaten und Anzeigenpreisliste

www.hindenburger.de/mediadaten.pdf

Auflage: 35.000. Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen, Geschäften und Gastronomiebetrieben im Erscheinungsgebiet.

HINDENBURGER ABO

Ein Abo (12 Ausgaben, Inland) kostet 36,- € inkl. 7 % MwSt. Mehr Informationen unter www.hindenburger.de.

www.hindenburger.de

MVZ-ADTC MÖNCHENGLADBACH/ERKELENZ GMBH

AUGENKLINIK BETHESDA

WISSEN » ERFAHRUNG » BERATUNG



Mit präziser Diagnostik und intensiver Beratung zur Behandlung von Fehlsichtigkeiten mit Lasik und künstlichen Linsen, Grauem Star, Grünem Star, feuchtem Makulaödem, altersbedingter Makuladegeneration, Diabetes, Venenverschlüssen und Uveitis.

» AN KARNEVAL BLEIBT KEIN AUGE TROCKEN!
WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL SPASS!

Wissen
Erfahrung
Beratung



Augenlinik Bethesda Ludwig-Weber-Straße 15
» Dr. Cordula Hörster 41061 Mönchengladbach
» Dr. Ulrich Grauel Tel. 02161 . 85200
» Dr. Jan Michel www.augenklinik-bethesda.de



■ DR. CORDULA HÖRSTER



■ DR. ULRICH GRAUEL



■ DR. JAN MICHEL

Augenzentrum Erkelenz

- » Dr. Bernd Hörster
- » Dr. Erdal Tahmaz
- » Prof. Dr. Hans-Reinhard Koch
- » André Mosblech

Ostpromenade 41 · 41812 Erkelenz
Tel. 02431 . 96620

www.augenzentrumerkelenz.de



■ DR. BERND HÖRSTER



■ DR. ERDAL TAHMAZ

Wir sind uns der Verantwortung bewusst:

Es geht um Ihre Gesundheit, Ihr Gesicht, Ihre sympathische Ausstrahlung, Ihre persönliche Wirkung – letztendlich um Ihr Wohlbefinden.

- Implantologie
- Oralchirurgie
- Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie
- Ästhetisch-Plastische Gesichtschirurgie
- Sanfte Faltenbehandlung
- Lidlifting
- Schmerzfreie Behandlungen
- Zahnärztliche Schlafmedizin

Besondere Lösungen sind unser Ziel: Sanfte Methodik und angenehme Atmosphäre sorgen in der Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie Dr. Dr. Lange & Weyel für eine spannungsfreie Behandlung. Neueste Verfahren, fachliches Know-how, dreidimensionale Diagnostik, computerunterstützte Implantationsplanung und klinische Erfahrung sind eine solide Basis für überzeugende Ergebnisse.

Beratung schafft Sicherheit und Vertrauen: Patienten sollen sich sicher fühlen und erst nach einer ausführlichen Information die für sie richtige Entscheidung treffen. Sprechen Sie mit uns. Wir werden Ihnen gerne alle Details erläutern und Ihnen mit mehr Informationen mehr Sicherheit vermitteln.



Dr. Dr. Lange & Weyel

Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie
Marktstraße 2, 41236 Mönchengladbach, Tel 021 66 944262