

MÄRZ 2013 · 7. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

HINDENBURGER

DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT



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

MILA WIEGAND

SURREALISTISCHE MALERIN AUS MÖNCHENGLADBACH



HINDENBURGER
SPEZIAL

**BAUEN &
WOHNEN 2013**

DAS HEFT IM HEFT

- DIE EXPERTEN
- GASSE ADRESSEN IN MG UND UMGEBUNG
- TRENDS
- KÜCHE, BAD UND LICHT
- INNOVATIV
- NEUES FÜR BODEN UND WANDE



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

editorial

realisation und umsetzung
m marktpuls
 werbeagentur + verlag



Herausgeber Sascha Broich und Marc Thiele

Alles online:
www.hindenburg.de

Liebe Leserinnen und Leser,

Im Februar freuten wir uns über die mit der Note 1,6 bestandene Abschlussprüfung unserer Auszubildenden Donna Schmelzer. Die fleißige Programmiererin darf sich nun ganz offiziell „Mediengestalterin Digital und Print“ nennen und wird von uns in ein Festanstellungsverhältnis übernommen. Wir gratulieren ganz herzlich!

Die surrealistische Malerin Mila Wiegand aus Mönchengladbach war eine Meisterschülerin von Sabin Bălașa, dem rumänischen Hofmaler des neostalinistischen Diktators Nicolae Ceaușescu. Sie gibt uns Einblicke in ihr Atelier und eine Antwort auf die Frage, warum sie keine Porträts ihres Ehemanns Kai Ebel malt.

Kunstvoll und doch ganz anders geht es im Offenen Atelier auf der Waldhausener Straße zu. „Zwischen Jugendtreff und Nachwuchsförderung“ bietet es Kreativen eine Plattform für ihre Projekte.

Wir sprachen mit Geschäftsführer Heiner Schmidt über Produkte, Pläne und Programme.

Wer aus dem Fenster schaut und kleine Häschen im Schnee spielen sieht (so geschehen in Bettrath am 24.2.2013), wird auf putzige Weise daran erinnert, dass Ostern bald vor der Tür steht. Angesichts der eisigen Temperaturen halten wir darum auch die lustigen gehäkelten Eierwärmer für ein durchaus passendes Accessoire für die christlichen Festtage.

Ob der Osterhase in diesem Jahr Bio-Eier färben wird, kann er bei all den Skandalen noch nicht sagen. Was jedoch der Niederrheiner, der den Sauerbraten gerne einmal aus Pferdefleisch zubereitet, über das Ross in der Lasagne denkt, erfahren Sie in unserer Umfrage.

„BissMarc geht aus“ und macht erneut die Altstadt unsicher. Im zweiten Teil der Wintertour geht es darum, das Tanzbein zu schwingen. Vom Goldwasser

über das Abacab bis in die Nacht – und zwar genau in dieser vorgeschriebenen Reihenfolge – verläuft der Ü21-Ausgeh-Abend des bisweilen launischen Mittvierzigers. Die Auswahl der Clubs ist bewusst selektiv, subjektiv und unbeirrbar.

Viel Spaß bei der Lektüre 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

10 Jahre Initiativkreis Mönchengladbach



Initiativkreis
 Mönchengladbach



Die Mitglieder: ALBERTO GmbH & Co. KG, AUNDE Group, Dr. Backes + Partner – Rechtsanwälte, BIENEN & PARTNER Immobilien GmbH, Bückmann Verwaltungs GmbH, Elektro Löb GmbH & Co. KG, Famos Immobilien GmbH, FIRST REISEBÜRO Mönchengladbach GmbH, Freisfeld vorm. Simon GmbH & Co. KG, Karten Druck & Medien GmbH & Co. KG, Die Chefärztekonzern Kliniken Maria Hilf, Ernst Kreuder GmbH & Co. KG Bauunternehmung, Mercedes-Benz Niederlassung Mönchengladbach, Krefelder Straße 180, mfi Grundstück GmbH & Co. Mönchengladbach Arcaden KG, NEW AG, real,- SB-Warenhaus GmbH, Refresco Deutschland GmbH, Rhenus Lub GmbH & Co KG, Heinrich Schmidt GmbH & Co. KG, Willy Schmitz Tuchfabrik GmbH & Co. KG, Dr. Schrammen Architekten BDA GmbH & Co. KG, Stadtplaner – Generalplaner, SMS Meer GmbH, Stadtparkasse Mönchengladbach, van Laack GmbH, vibrogruppe, Volksbank Mönchengladbach eG, WWS Wirtz, Walter, Schmitz GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, Steuerberatungsgesellschaft

Inhalt

TITELBILD

Covermodel

Mila Wiegand | Mönchengladbach | www.milawiegand.de

Fotografie

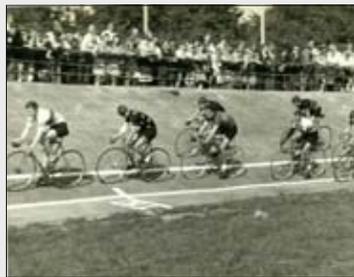
Simone Stähn | Mönchengladbach | www.focus-s.de

Interview



10 MILA WIEGAND
Surrealistische Kunst

Damals



13 STADTGESCHICHTE
Sportstätte Volksgarten

Lifestyle



24 OSTERACCESSOIRES
Von lustig bis praktisch

Sport



30 BORUSSIA
Neuer Ausrüster

Stadtleben

- 6 STADTGEFLÜSTER I**
Nacht der Bibliotheken
Modellspielzeugmarkt
Schloss Rheydt
- 7 REGIOPARK WICKRATH**
Zalando und Goodman
- 8 UMFRAGE**
Pferdefleisch in Fertigprodukten
- 8 LEBENSWEISHEITEN**
In Mönchengladbacher Platt
- 9 TATTOO INK EXPLOSION**
Über 120 Tattokünstler aus aller
Welt zeigen ihr Können
- 10 INTERVIEW**
Malerin Mila Wiegand
- 12 STADTGEFLÜSTER II**
Tiere suchen ein Zuhause
Eine-Welt-Tipp
Astronomietag 2013
- 13 STADTGESCHICHTE**
Sportstätte Volksgarten
- 14 STADTGEFLÜSTER III**
Schlossfrühling Schloss Dyck
Cabriwochen Autohaus Türk
3 Elemente
- 16 OFFENES ATELIER MG E. V.**
Plattform für Kreative

Lifestyle

- 18 FRÜHLINGSMODE**
DU4 Fashion
Eva Brachten
Cinque
- 20 KFZ-GUTACHTER**
Heinz Bolten
- 22 AUTOSATTLER**
Heinz Weber
- 24 OSTERACCESSOIRES**
Von lustig bis praktisch

Freizeit

- 26 TIPPS FÜR KIDS**
Das kleine Ich bin Ich
Lesebühnchen
Der Fischer und seine Frau
Cinderella
KiLifee - Kinderliederfestival
Osterferien-Workshops
Buchtipp:
Geschichten von der bunten Kuh

- 28 LITERATUR**
Von gediegen bis ulkig
- 28 CDS UND DVDS**
Von intim bis folkig
- 29 KINO HIGHLIGHTS**
Liebe und andere Turbulenzen
Hitchcock
Nachtzug nach Lissabon
Song für Marion
Berliner Philharmoniker live
Bolshoi Ballett live

Sport

- 30 BORUSSIA**
Neuer Ausrüster
- 31 HOCKEY**
GHTC und Juniorinnen-WM

Gesundheit

- 32 POLLENSAISON**
Pollenzählerin Martina Charné
- 34 ZAHNIMPLANTATE**
Lösungen bei Zahnverlust

Gastro

- 36 BISMARC GEHT AUS**
Goldwasser
Abacab
Die Nacht

Termine

- 38 HIGHLIGHTS**
Pioniere der Welt in Mönchen-
gladbach: Jimmy Wales
4. Meisterkonzert
Verlorene Kinder
- 38 KONZERTE**
- 39 AUSSTELLUNGEN**



Gesundheit



32 **STARTSCHUSS FÜR DIE POLLENSAISON**
Mess-Stelle St. Franziskus

Gastro



36 **BISSMARC GEHT AUS**
Wintertour, Teil 2

Und sonst?

- 39 SPORT**
- 40 TERMINE & EVENTS**
im März
- 46 ADRESSEN**
- 47 VERTEILSTELLEN**
Hier erhalten Sie den HINDENBURGER

- 48 IMPRESSIONEN**
Goldwasser
Messajero
Y.O.L.O.
Grafen clubbing
Raum 38
Hochzeits- und Festtagsmesse
Altweiber + Veilchendienstag
- 50 IMPRESSUM**

DAS GROSSE HEFT IM HEFT

BAUEN & WOHNEN

Die besten Adressen, Ratgeber, Experten und Fachbeiträge auf 24 Seiten zum Heraustrennen und Aufbewahren.



GANZ IN IHRER NÄHE NACH NEUBAU JETZT FITNESS AUF 1.500 M²

FÜR UNSCHLAGBARE 39,- € / MTL
INKLUSIVE IST:

NUTZUNG DER KOMPLETTEN ASIA-THERMENLANDSCHAFT (SOMMER: 2STD, WINTER: 1 STD INKLUSIVE)

GESUNDHEITS-CHECK & TRAININGSPLANERSTELLUNG

ALLE KURSE VON CYCLING ÜBER ZUMBA BIS PILATES U.V.M.

AQUA-FITNESS-KURSE ZZGL. 10,- € / MTL

ASIA THERME

HOLZKAMP 7, 41352 KORSCHENBROICH (KLEINENBROICH) TEL: 02 161 - 67608
WWW.ASIA-THERME.DE

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**Gemütliche Lapplandnacht**

Am Abend und in der Nacht des 16. März 2013 nimmt die Saunaoase Finlantis ab 18 Uhr ihre Gäste mit auf die Reise zu den



Ursprüngen des Saunavergnügens. Besucher können sich auf typisch finnische Aufgüsse freuen. Der Wellnessbereich bietet entspannende Wohlfühlmassagen. Während der Lappland-Nacht steht, wie an allen Event-Abenden, das angrenzende NetteBad kostenlos zum FKK-Baden zur Verfügung. Zum naturnahen Lappland-Erlebnis trägt auch der Feuerschein in der finnischen Schutzhütte Laavu bei. Weitere Infos unter www.finlantis.de.

Während der Lappland-Nacht steht, wie an allen Event-Abenden, das angrenzende NetteBad kostenlos zum FKK-Baden zur Verfügung. Zum naturnahen Lappland-Erlebnis trägt auch der Feuerschein in der finnischen Schutzhütte Laavu bei. Weitere Infos unter www.finlantis.de.

Finlantis, Buschstr. 22, 41334 Nettetal
Tel. 02157/8959570, www.finlantis.de

Ostern im Vitus Center

Am Samstag, 23.3.2013 sollten Hasenfans und Bastelfreunde einmal zwischen 12:00 und 16:00 Uhr im Vitus Center vorbeischauen. Dort findet nämlich eine große Osterhasen-Foto-Aktion statt. Besucher können sich hierbei mit dem Osterhasen fotografieren lassen, das Foto als Briefbogen ausdrucken und als Osterpost verschicken. Eine lustige Überraschung für Freunde und Familie. In der Bastelwerkstatt werden außerdem unter fachkundiger Anleitung Osternester und mehr gebastelt.



Besucher können sich hierbei mit dem Osterhasen fotografieren lassen, das Foto als Briefbogen ausdrucken und als Osterpost verschicken. Eine lustige Überraschung für Freunde und Familie. In der Bastelwerkstatt werden außerdem unter fachkundiger Anleitung Osternester und mehr gebastelt.

Eine lustige Überraschung für Freunde und Familie. In der Bastelwerkstatt werden außerdem unter fachkundiger Anleitung Osternester und mehr gebastelt.

„vitra“ – Ikonen des Möbeldesigns

Bereits 1950 präsentierten Charles und Ray Eames anlässlich eines Wettbewerbs des Museum of Modern Art die Entwürfe der „Plastic Chair Group“ – als erste industriell gefertigte Kunststoffstühle der Geschichte. Bis heute haben die Modelle nicht an Aktualität verloren. Im Gegenteil: Neben dem Lounge Chair zählt der Eames Plastic



Armchair zu den Ikonen des Möbeldesigns. Die Originale-Modelle von vitra gibt es bei Tellmann Einrichten & Gestalten.

Die Originale-Modelle von vitra gibt es bei Tellmann Einrichten & Gestalten.

Tellmann Einrichten & Gestalten, Friedrich-Ebert-Str. 76
41236 MG, Tel. 02166/48024

1. MÄRZ 2013**Die Nacht der Bibliotheken**

Kreativ, rockig und ganz schön wild wird's am 1. März in der Stadtbibliothek. Ab 19 Uhr rocken Project Acoustical die Bibliothek. Dann liefern sich Markim Pause & Friends ab 20 Uhr beim Slam Poetry Performance eine „wilde“ Wortschlacht. Den ganzen Abend lang gibt es „Public gaming“ mit Xbox und Nintendo3DS auf Großleinwand. Interessierte können mit Michaela Drosten (atelyeah.info) „wilde“ Dreieckstücher stricken oder „rockige“ Armreifen häkeln. Unter Anleitung von Nicole Zander (fürdich-genäht.de) kann an der Nähmaschine experimentiert werden. Smokey Eyes, rote Lippen oder wilde Haare stylen die Kosmetikerinnen des Maria-Lenssen-Berufskollegs. Außerdem gibt's QR-Caching mit tollen Gewinnen, einen Gutschein für jeden, der sich in der Bibliothek via Smartphone eincheckt, eine Twitterwall, Schnäppchen, MG-Objekte und Buch-Accessoires zu kaufen. Und das bei freiem Eintritt! Mehr als ein Grund mitzumachen! Das vollständige Programm findet sich unter: www.stadtbibliothek-mg.de

1. März 2013, 18:00-22:00 Uhr, **Stadtbibliothek Mönchengladbach**, Blücherstr. 6, 41061 MG

**24. MÄRZ 2013****Markt der kleinen Schätze**

Am 24. März findet in der Kaiser-Friedrich-Halle in Mönchengladbach wieder der große ADLER-Modellspielzeugmarkt statt. Händler bieten hier im großen Stil gebrauchte und neue Modelleisenbahnen, Modellautos, Modellbausätze, Zubehör, Elektronikteile, Ersatzteile, Literatur und altes Blechspielzeug zum Kauf an. Die Angebotspalette reicht von Einsteigermodellen über technisch aufwändige bis zu seltenen Sammlerstücken. Zu den begehrtesten Stücken gehören vor allem Modelleisenbahnen der bekannten Hersteller. In Ergänzung zum Handel im Internet bieten Börsen den Vorteil, die Objekte in Augenschein zu nehmen, auf einer multifunktionellen Testanlage vor dem Kauf auf Herz und Nieren zu testen und neue Inspirationen zu finden. Zudem bietet die Messe Neueinsteigern und Wiedereinsteigern die Möglichkeit, sich einen Überblick zu verschaffen.

Sonntag, 24. März 2013, 11:00-16:00 Uhr, **Kaiser-Friedrich-Halle**, Hohenzollernstr. 15, 41061 MG

AB 10. MÄRZ 2013**Auswärts essen, trinken, feiern**

Im Städtischen Museum Schloss Rheydt lädt die Ausstellung „Auswärts essen, trinken, feiern“ ab dem 10. März 2013 zum Besuch ein. Sie präsentiert das Spektrum der Gastronomie in Mönchengladbach – von Gaststätten und Cafés über Eiscafés und Kneipen bis zu Kiosken und Restaurants. Dabei werden unter anderem die kleinen und großen Besonderheiten vorgestellt. Die Ausstellung geht außerdem den Fragen nach, wann, warum und wo auswärtige Gastronomie genutzt wurde und welchen Wandel die heimische Gastronomie in den vergangenen 150 Jahren durchlaufen hat. Begleitet wird das Projekt vom Hugo Junkers-Gymnasium. Schülerinnen und Schüler kartieren mit den Zentren Mönchengladbachs und Rheydts beispielhaft zwei der wichtigsten gastronomischen Areale der Stadt. Die Ausstellung ist vom 10.3.2013 bis zum 30.6.2013 zu sehen.

Städtisches Museum Schloss Rheydt, Schlosstr. 508, 41238 MG



Gladbach schreit **vor Glück**

Zalando und Goodman feierten Grundsteinlegung:
Im Wickrather Regiopark entsteht ein Logistikzentrum
der Superlative mit 1.000 Arbeitsplätzen.



Christoph Stark, Logistikchef von Zalando, **David Schröder**, Geschäftsführer der Zalando-Tochter MyBrands Zalando eLogistics, NRW-Wirtschaftsminister **Garrelt Duin**, **Andreas Fleischer** (Goodman) und Oberbürgermeister **Norbert Bude** versiegelten die kupferne Zeitkapsel bei der Grundsteinlegung am 28. Januar 2013.

Die Baugrube im Regiopark in Wickrath ist gigantisch: 130.000 Kubikmeter Erd-aushub wurden seit Oktober 2012 versetzt, um einer Halle von 192 m Länge, 324 m Breite und 14,40 m Höhe Platz zu machen. Es entsteht eine Lagerfläche, so groß wie zwölf Fußballfelder oder vier der weltgrößten Containerschiffe. Das Beste für Mönchengladbach: Zalando schafft langfristig 1.000 Arbeitsplätze.

Das junge Unternehmen ging 2008 mit einer Hand voll ausgewählter Marken online. Die Schuhe wurden im büroeigenen Keller von den Mitarbeitern verpackt. Bereits 2009 erfolgte der Umzug in den ersten professionellen Logistikstandort. Das rasante Wachstum ging unaufhörlich weiter, bis das Unternehmen zu Europas größtem Online-Anbieter für Schuhe und Mode mit Logistikstandorten in Brandenburg, Thüringen und nun auch in Mönchengladbach avancierte. David Schröder, Geschäftsführer der MyBrands Zalando eLogistics: „Mit diesem Warenlager schärfen wir weiter unsere Logistikkompetenz. Insbesondere unsere Kunden im Rhein-Ruhr-Gebiet sowie in West- und Südeuropa werden künftig von verbesserten Lieferzeiten profitieren.“

Mit der Ansiedlung solcher Versandzentren, wie jüngst auch dem von Esprit im Regiopark, schärft Mönchengladbach sein Profil als Logistikstandort und stärkt den als Leitbranche definierten Wirtschaftszweig in NRW. Wirtschaftsminister Gerrit Duin freut sich daher nicht nur über die 1.000 Arbeitsplätze, die künftig hier entstehen: „Gerade die Region Niederrhein hat sich in den vergangenen Jahren zu einem bedeutenden Drehkreuz für internationale Logistik entwickelt, denn sie bietet eine zentrale Lage in Europa, leistungsfähige Infrastruktur und die Nähe zu Märkten und Verbrauchern.“

Auch Oberbürgermeister Norbert Bude dürfte vor Glück geschrien haben, als der Deal in trockene Tücher gebracht wurde und schildert seine Gedanken beim ersten Zusammentreffen mit der jungen Geschäftsleitung von Zalando in Mönchengladbach: „Welche Boygroup steigt denn da aus dem Taxi?“ Doch die Arbeit mit den modisch gekleideten Herrschaften gestaltete sich angenehm und überaus professionell. David Schröder: „Die schnelle Umsetzung unseres Vorhabens verdanken wir vor allem der hervorragenden Zusammenarbeit mit Stadt und Land, ohne die solch ein Großprojekt nicht möglich wäre.“

Für den Immobilieninvestor und Bauherrn Goodman ist Zalando ein idealer Partner: „Während der stationäre Handel stagniert, verzeichnet der Online-Handel zwanzigprozentige Zuwachsraten. Zalando ist der wachstumsstärkste Player im europäischen Markt“, so Andreas Fleischer, Regional Direktor der Goodman Germany GmbH.

Text: Sascha Broich



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
- Zahnärztliche Schlafmedizin / Schnarchtherapie

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

NACHGEFRAGT

Essen ist pfertig

Alle regen sich über das Pferdefleisch in Fertigprodukten auf. Aber warum eigentlich?

Bei Facebook ist der Pferdefleisch-Skandal ein gefundenes Fressen für alle, die Kalauer lieben: ... kann Spuren von Shetland Pony enthalten ... nun auch Seepferdchen in Fischstäbchen ... Mami, krieg' ich ein Pferd? Ja, ist schon in der Mikrowelle ... Während die einen Witze machen, regen sich die anderen auf. Glaubt man den Medien, ist die Empörung darüber groß, dass es sich ausgerechnet um Pferde handelt, die man im Gegensatz zu Rind und Schwein lieber im Stall als im Backofen sieht. Laut unserer Umfrage sehen die Gladbacher das anders. Sie sind zwar auch empört, aber eher deswegen, weil auf den Packungen nicht deklariert ist, was drin steckt. Uns wundert das nicht, denn der Pferde-Sauerbraten ist im Rheinland sehr beliebt.

Text: Livia Hilgers



Matthias Kutz, 23

Ich finde, es ist eine Riesenschweineerei, dass es einfach so in Fertigprodukte gemischt wurde. Aber das kennt man ja schon, ständig gibt es irgendwelche Lebensmittelskandale, ob es die Vogelgrippe oder die Schweinegrippe ist. Andauernd ist irgendetwas.



Alexandra Giesen, 37

Ich möchte wissen, was ich esse und kaufe deswegen generell wenig Fertigprodukte und bin deshalb nicht direkt betroffen. Ich würde bewusst aber auch kein Pferdefleisch kaufen. Generell finde ich es schlimm, dass es einfach nicht deklariert ist.



Robert H., 26

Das Thema wird vollkommen überwertet. Eigentlich ist Pferd ja sogar hochwertiger als Rind oder Schwein. Das einzige Problem sehe ich bei der fehlenden Etikettierung. Es gehen ja nicht direkt Gefahren von Pferdefleisch aus, aber man soll sich bewusst entscheiden können, es zu kaufen.



Corinna Winkes, 43

Eigentlich finde ich es nicht schlimm, weil Pferdefleisch ja grundsätzlich nichts Schlimmes ist. Aber das zieht ja viele Gedanken nach sich, in welchen Produkten noch Inhaltsstoffe enthalten sind, die nicht deklariert sind. Die Kontrollen sollten auf jeden Fall verschärft werden.



Monika Rößner, 52

Ich bedauere, dass die Panik immer nur ein paar Wochen andauert und danach wieder alles wie vorher ist. Außerdem frage ich mich, wie wirtschaftlich es sein kann, wenn das Fleisch so weit transportiert wird. Aber es darf sich auch keiner beschweren, wenn er solches Billigfleisch kauft.

Ute Gehring, 48

Ich koche ohnehin frisch und fühle mich deswegen nicht betroffen. Ich finde nur schlimm, dass es nicht gekennzeichnet ist. Pferd ist an und für sich ja gesund, aber die Tiere waren ja auch mit Medikamenten belastet, so etwas sollte nicht in Umlauf gebracht werden.



FOTOS: LIVIA HILGERS



ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

Lebensweisheiten in Mönchengladbacher Platt

Et Kruut – die Kräuter – werden im Platt niedrige, direkt aus dem Boden wachsende Pflanzen genannt.

In früheren Jahren kannte man den Begriff Unkraut – **Onkruut** – noch nicht, der kam erst später auf. Gewürz- oder Küchenkräuter hießen **Jekrü-eks**.

Ech han et Jekrü-eks henge en d'r Jaad jepo-et – ich habe die Küchenkräuter hinten in den Garten gepflanzt.

Do ös kee Kruut jään jewaaße – da ist kein Kraut gegen gewachsen, soll heißen, dass es

manchmal in einer hoffnungslosen Situation oder Krankheit keine Lösung gibt.

Die Aussage: **Do jeet et wi Kruut on Rööbe dureen** – da geht es wie Kraut und Rüben durcheinander, beschrieb ungeordnete Verhältnisse oder Zustände.

Dat Kruut, dat kenn ech, sait d'r Bu-er on satt sech möt de Vott en de Nii-etele – das Kraut kenne ich, sagte der Bauer und setzte sich mit dem nackten Hinterteil in die Brennesseln. Wer glaubte etwas besser zu kennen, bekommt manchmal die Folgen unangenehm zu spüren.

Onkruut verjeet net – Unkraut vergeht nicht, denn manche sind nicht unterzukriegen.

Vörr alles wääß-e Kruut, maar jään Dommheet ös-err kee jewaaße – Für alles wächst ein Kraut, nur gegen Dummheit ist noch keines gewachsen. Man kann durchaus der Meinung sein, dass die Dummheit so schnell nicht ausstirbt.

Jedold ös-e joot Kruut, et wääß net en allemaleks Jaad – Geduld ist ein gutes Kraut, sie wächst nicht in jedermanns Garten. Wir wünschen Ihnen für Ihren Kräutergarten viel Geduld und – **enne jrööne Dumm** – einen grünen Daumen.

Zusammengestellt von: **Helmut Schrammel**

Verwendete Literatur: Det on dat van osser Platt, Heft Nr. 14, 1991, von **Wilhelm Hastenrath**

The Tattoo Ink Explosion 4



Bei der „Art Fusion“ haben Tattoo-Künstler zehn Minuten Zeit, ein Bild zu malen, dann gehen sie weiter an die nächste Staffelei, so dass am Ende Kunstwerke entstehen, die einen ganz besonderen Stillmix haben. **Die Bilder werden für einen guten Zweck versteigert.**

Unter dem Motto „Welcome to Zombieland“ werden vom 15. bis 17. März 2013 über 120 Top-Tätowierer aus Deutschland und der Welt in die Kaiser-Friedrich-Halle kommen. Die Tattoo Ink Explosion wird von Andy Schmidt (Tattoo-Studio Andy's Body Electric in Willich) und von Tommy Köhler (South-West-Tattoo in Nidda) veranstaltet und ist für viele Tattoofans das Highlight der Saison 2013. Andy Schmidt verrät im Interview, was die Besucher in diesem Jahr erwartet.

Das Motto der diesjährigen Messe lautet „Welcome to Zombieland“. Worauf dürfen sich Horror-Fans freuen?

Es gibt in der Halle Walking Acts, also Zombies, die durch die Menge streifen. Außerdem wird es eine Zombie-Fashion-Show von Jungbluth aus Hamburg geben und wir prämiieren das schönste Horror-Tattoo. Bevor aber ein falscher Eindruck entsteht: Die Tattoo-Messe ist absolut familienfreundlich. Es gibt bis auf die Zombies, die viele Kinder ja auch schon von Halloween kennen, keine Programmpunkte, zu denen man Minderjährige nicht mitnehmen kann.

Die Tattoo Ink Explosion gehört zu den fünf größten ihrer Art in Deutschland. Es werden 120 handverlesene Tätowierer aus der ganzen Welt erwartet. Haben Besucher da überhaupt eine Chance, einen Tattoo-Termin zu ergattern?

Die meisten Tätowierer haben zwar bereits Termine für den Messezeitraum ausgemacht, halten sich aber auch Zeit für spontane Anfragen bereit. Ich empfehle, im Vorfeld auf den Webseiten der Künstler vorbeizuschauen und sich mit den Arbeiten und dem jeweiligen Stil vertraut zu machen, bevor es ans Tätowieren geht. Eine Künstlerliste gibt es unter www.tattooinkexplosion.com



Beim Pinstriping werden Gegenstände mit Deko-Linien verziert.

Ist die Messe für Leute, die sich nicht tätowieren lassen wollen, auch interessant?

Ja, auf jeden Fall. Es gibt zahlreiche Verkaufsstände mit Schmuck, Piercing-Schmuck, Klamotten, Büchern, Magazinen, Musik oder Accessoires. Das musikalische Bühnenprogramm gestalten die Rockabilly-Band „Johnny & The Hot Rods“ und die Hamburger Rock'n'Roll-Combo „The Spectators“. Im Rahmen der „Art Fusion“ malen Tattoo-Künstler live Bilder, die für einen guten Zweck versteigert werden, und Pinstriper zeigen ihre Kunst. Außerdem werden jeden Tag die schönsten Tattoos prämiert. Das können auch welche sein, die nicht vor Ort gestochen wurden. Hierfür gibt es unterschiedliche Kategorien. Etwas Besonderes ist in diesem Jahr die Kategorie „Borussia-Tattoo“. Der Preis hierfür wurde von Borussia gespendet, man darf also gespannt sein. (sk)

Tattoo Ink Explosion 4, 15.-17. März 2013
Kaiser-Friedrich-Halle, MG

Öffnungszeiten: Fr. 15:00-23:00 Uhr
Sa. 12:00-23:00 Uhr, So. 12:00-20:00 Uhr
Tageskarte: 15,- €, Kinder unter 12 Jahren und Behinderte ab 80 % GdB frei.

NEUERÖFFNUNG NACH UMBAU



Feiern Sie mit uns die Neueröffnung nach dem Umbau unserer Räume in Glehn. Unsere Eröffnungsüberraschung für Sie:

Bis zum 16.03.2013 erhalten Sie **20%* Rabatt** auf alle Gläser in Glehn und Rheydt!

Im neuen, frischen Ambiente in Glehn heißen wir Sie herzlich Willkommen und freuen uns auf Ihren Besuch! Viele neue Marken und eine große modische Auswahl erwarten Sie.

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

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

Wir tanzen aus dem Rahmen!

Für kleine bis GROSSE

& von Discofox über Salsa bis Wotzer

finden Sie bei uns Tanzspaß

nicht nur für Paare

Neue Kurse Anfang April

TOMMY'S Tanzstudio



ZUMBA fitness

Bekannt als

Mitglied im ADTV

Linsellesstr. 142-156 47877 Willich
02154 - 81 66 44 TOMMY'S-Tanzstudio.de



Derzeit entsteht eine neue Serie **surrealistischer Bilder**, die voraussichtlich 2014 präsentiert wird.

INTERVIEW

Mila **Wiegand**

Die Malerin Mila Wiegand aus Mönchengladbach über Ihre Liebe zum Surrealismus, den rumänischen Hofmaler Ceaușescu und warum sie keine Kai-Ebel-Porträts malt.

Wie gestaltete sich Dein bisheriger Werdegang als Künstlerin?

Mich hat schon immer das Zeichnen interessiert, weil es für mich eine intuitivere Ausdrucksform als das Sprechen oder Schreiben ist. Ich habe mich dann zunächst auf ein Architekturstudium vorbereitet, jedoch schnell festgestellt, dass mich die zugehörige

viele Ausstellungen in Museen ganz Europas. Während meines Studiums habe ich oft zusammen mit ihm und seinem Sohn im Atelier gearbeitet. Von ihm habe ich alles gelernt, er war mein eigentlicher Lehrmeister. Sein gegenständlicher Stil und die Herausforderung des Plastischen in der Malerei haben mich zutiefst fasziniert.

» Die aktuellen **Kunstrichtungen** entsprechen nicht meinem Stil «

Mathematik abschreckt. Ich habe mich dann damals in Rumänien für ein Kunststudium entschieden, und darum bin ich sehr froh, weil es einfach viel besser zu mir gepasst hat.

Woher rührt Deine Liebe zum Surrealismus?

Ich war neun Jahre lang mit dem Sohn des Hofmalers von Nicolae Ceaușescu zusammen. Sabin Bălașa war nicht nur in Rumänien ein vielbeachteter surrealistischer Maler, Autor und Filmemacher, er hatte auch

bei mich die sexuellen Andeutungen in seinen Werken nicht besonders ansprechen. Georges de la Tour finde ich mit seinen Ideen revolutionär, da er schon im 17. Jahrhundert angefangen hat mit profanen Details zu experimentieren, als andere Barockmaler noch vorzugsweise herrschaftliche Prominenz porträtierten. Seine Werke fanden im aufkommenden Surrealismus der 20er-Jahre dann auch wieder Beachtung. Picassos Blaue Periode ist für mich ebenfalls inspirierend.

Hast Du Vorbilder aus der surrealistischen Stilrichtung?

Ich finde die Techniken des Schweizer Malers HR Giger geradezu phänomenal, wo-

Woran liegt es, dass sich so wenige zeitgenössische Maler diesem Stil widmen?

Zum einen ist es eine technisch sehr anspruchsvolle Stilrichtung, bei der man viel von Anatomie, Licht, Schatten, Reflexion und Perspektive verstehen muss. Diese eher klassischen Qualitäten müssen einem schon sehr liegen, zum anderen muss man sie auch mögen. Die Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg hat viele neue, sehr moderne Stilrichtungen hervorgebracht, zu denen sich die meisten neuzeitlichen Künstler eben eher hingezogen fühlen.

Wie denkst Du über die aktuelle Kunstszene?

Die gegenwartsnahen Kunstrichtungen entsprechen einfach nicht meinem favorisierten Stil. Zudem halte ich die aktuelle Kunstszene – jedenfalls zum Teil – für sehr eingefahren, selbstverliebt und anderen Stilrichtungen gegenüber verschlossen. Surrealismus ist eben kein kontemporärer Stil und nicht mehr „in“. Aber Kunst sollte nichts mit Mode zu tun haben.

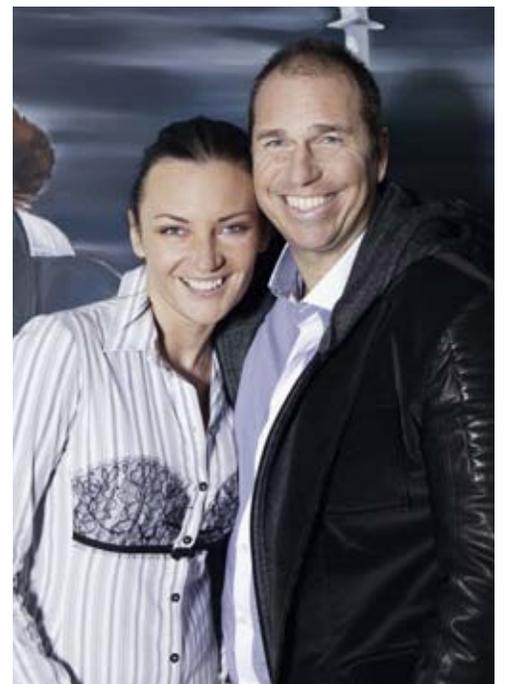
Hast Du schon einmal Deinen Mann porträtiert?

Nein, Kai-Ebel-Porträts braucht die Kunst wohl eher nicht. Am Ende müssten wir uns diese Bilder an die eigenen Wände hängen, und so sind wir wirklich nicht drauf.

Einwand von Kai Ebel: „Es sei denn ein Dart-Club würde eine Auftragsarbeit für eine neue Zielscheibe bestellen.“

Wo kann man Deine Arbeiten sehen?

Das Kunsthaus NRW am Luisenplatz 8 in Krefeld hat viele meiner Arbeiten. In dieser Sammlung für zeitgenössische und surrealistische Malerei hatte ich bereits Ausstellungen. Zurzeit arbeite ich an neuen Werken, die ich aber voraussichtlich 2014 präsentieren werde.



2009 heiratete Mila Wiegand den **Sportreporter Kai Ebel**.



Cat, Serie „Femme fragile“, 180 x 180 cm.



Entstehung, Serie „Zwei Dimensionen“, 120 x 180 cm.



Die Unschuldige, Serie „China“ 120 x 175 cm.

Die Frühlingskollektion ist da.

			Calvin Klein	
	Marc O'Polo <small>EYEWEAR</small>		Weitere Marken in unseren Niederlassungen.	

Pleines fashion weeks

Bis zu 200€ Fashion-Prämie!*

* Gilt beim Kauf einer kompletten Brille. Höhe des Rabattes abhängig vom Gesamtwert der Brille. Nicht mit anderen Aktionen und Gutscheinen kombinierbar. Gültig bis zum 13.04.2013.



Mönchengladbach: Hindenburgstr. / Ecke Friedrichstr. Tel.: 02161-207454
 MG-Rheydt: Marienplatz / Ecke Friedrich-Ebert-Str. Tel.: 02166-255669
 Korschenbroich: Hindenburgstraße 33 Tel.: 02161-644764



www.pleines.de
 facebook.com/pleines.optik

pleines
 fashion optik®

Liebe jeden Augenblick

TICKER

Der neue Vorstand des Marketingclub Mönchengladbach e. V.

Flughafen mit ungeahnten Möglichkeiten

Wussten Sie, dass der Flughafen Mönchengladbach der zweitgrößte Verkehrslandeplatz in Deutschland ist? Dies und noch zahlreiche andere interessante Fakten erläuterte Ruth Wilteler-Koch, Vorsitzende des Flughafenfördervereins e. V., in ihrer Präsentation vor dem Marketingclub Mönchengladbach e. V. zum Thema „Flughafen Mönchengladbach – mit ungeahnten Möglichkeiten“. Mit einem Vermietungsstand von rund 95 Prozent sind die am Platz befindlichen Hangars nahezu vollständig an Unternehmen, Privatpiloten und Fluggesellschaften vermietet. Zwei Boeing 737-Flugsimulatoren, mit denen auch Berufspiloten geschult werden, findet man hier am Ort bei der RWL German Flight Academy, die nach der Lufthansa die zweitgrößte Flugschule Deutschlands ist. Um das Image und die Popularität des Airports weiter zu stärken, werden zahlreiche Events veranstaltet, wie z. B. Tag der offenen Tür (8.6.2013) oder Live-Konzerte. Ein weiteres Großprojekt steht in den nächsten Jahren an. Auf dem Flughafen-gelände soll ein Event-Hangar entstehen, der zum einen als Location für Veranstaltungen, zum anderen als Seminar- und Gastronomiefläche mit Blick auf die JU 52 eine Attraktion in der Region darstellen wird. David Bongartz, Wirtschaftsförderung MG, konnte berichten, dass das geförderte Projekt gute Fortschritte macht und derzeit ein Betreiber für die Location gesucht wird. Abgerundet wurde der Abend durch eine Flughafenführung mit Besichtigung des Towers und des Abfertigungsgebäudes.

Vorschau:

Die nächste Clubveranstaltung findet am 26. März 2013 statt. Das Thema des Abends lautet: „Alexander von Humboldt II auf neuem Marketingkurs“, ein Vortrag von Markus Richard Spieker, Deutsche Stiftung Sail Training.

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

Spenden zu Ostern „von Hand zu Hand“

Ehrenamtler des „Lädchens“ der Pfarre St. Anna Waldhausen-Windberg führen am Montag, 25. und Dienstag, 26. März 2013 eine Ostern-Spendenaktion durch. Gesammelt werden Lebensmittel und Süßigkeiten mit gültigem Haltbarkeitsdatum, die nicht gekühlt werden müssen. Abgabe der Waren: 15:00-18:00 Uhr im „Lädchen“ rechts neben der Kletterkirche in Waldhausen oder nach Terminvereinbarung (0151/15841075). Das „Lädchen“ unterstützt Bedürftige des Pfarrbezirks mit Lebensmitteln.

**TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE**

Lady Luna

Seit August letzten Jahres sitzt die ruhige Katzen-dame mit den Pinselohren nun schon im Tierheim. Wegen finanzieller Schwierigkeiten haben sich ihre Vorbesitzer von ihr getrennt. Luna wurde Blasensteine entfernt, sie muss allerdings nicht mit Medikamenten behandelt werden, ein Spezialfutter reicht aus und es geht ihr gut. Luna zeigt sich im Tierheim eher verhalten, ist aber sehr verschmust. Sie wird dieses Jahr sieben Jahre alt und würde gerne zu Menschen ziehen, die Zeit für sie haben und sie wenig alleine lassen. Andere Katzen braucht sie nicht unbedingt.

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

FAIRSCHENKT, FAIRFÜHRT, FAIRKOSTET

5 mal fairer Genuss!



Lateinamerika ist ein Eldorado für Kaffee-Liebhaber. Ob der milde Kaffee mit einer zarten Süße aus Mexiko, der ausdrucksstarke mit nussiger Note aus Kolumbien oder der kräftige mit fruchtiger Säure aus Peru. Durch die unterschiedlichen Anbaubedingungen entstehen einzigartige Aromen, die man im Eine-Welt-Laden entdecken kann. Bei allen Kaffees von GEPA handelt es sich um 100 % reinen Arabica-Kaffee aus biologischem Anbau und fairem Handel, der von Kleinbauern

in Handarbeit gepflückt und verlesen wird. Der faire Handel bietet den Kleinbauern und ihren Familien eine sichere Lebensgrundlage.

250 g Packung Ursprungskaffee PUR, fünf verschiedene Sorten 4,99 €.

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

16. MÄRZ 2013

Astronomietag 2013

Am Samstag, 16. März 2013, bekommen Nachtschwärmer an der Sternwarte im Wasserwerk Rheindahlen (Menrather Straße 80) einen kleinen Einblick in das Hobby Astronomie. Nach Einbruch der Dämmerung werden die Mönchengladbacher Astronomen von 19:30 Uhr an bis etwa um Mitternacht mit Vorträgen zu den Objekten am Himmel, Sternführungen, Führungen in der Sternwarte, Beobachtungen durch verschiedene Instrumente und durch Informationsmaterial eine Einführung in die Astronomie geben. Außerdem wird Mitte März der Komet C/2011 L4 Panstarrs seinen glanzvollen Auftritt am Abendhimmel haben und wahrscheinlich sogar mit bloßem Auge deutlich sichtbar sein. Die Veranstaltung ist Teil der bundesweiten Aktion „Astronomietag 2013“, bei der nach aktuellem Stand in diesem Jahr in Deutschland rund 200 Vereinigungen und Privatbeobachter teilnehmen werden.



Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.
www.astro-mg.de



Die Volksgartenbahn (Radrennbahn) nach dem Umbau 1936.

Die Sportstätte **Volksgarten**

Als der von Peter Krall gestiftete Volksgarten 1898 dem Publikum übergeben wurde war er nicht nur „Erholungsstätte“ für alle Bevölkerungsschichten. Hierfür gab es die Möglichkeit, auf den Wegen zu flanieren, auf dem Weiher einen Kahn für eine Bootspartie anzumieten oder zur Erfrischung im Volksgartenrestaurant oder der Waldschänke einzukehren.

Die Wiesen des Volksgartens sollten von Turnern und Leichtathleten genutzt werden, und wurden es auch. Schon bald traf man sich hier zu Wettkämpfen. Ein Höhepunkt in dieser Beziehung waren sicher die „Vaterländischen Festspiele“ die seit 1904 in Gladbach stattfanden. In der damals üblichen Kombination aus Festrede, Festakt, Parade (durch die Stadt) und Wettkämpfen nutzten sie die Flächen des Volksgartens für Turn- und sonstige Sportwettkämpfe, oder aber zur Demonstration anderer Sportarten, wie zum Beispiel Spring- oder Dressurreiten. Der Schießsport war ebenfalls vertreten, der in der angrenzenden Bucht seine festen Schießstände errichtete. Selbst Tennis wurde gespielt.

Der Sport forderte zunehmend entsprechend ausgebaute Sportstätten. Da hierzu größere Erdarbeiten anfielen, konnte der Sportstättenbau auch immer als Arbeitsbeschaffungsmaßnahme dienen, um die Arbeitslosenzahlen in Krisenzeiten zu senken. So wurde zum Beispiel 1924 bis 1926 zur Zeit der alliierten Besetzung des Rheinlandes nach dem Ersten Weltkrieg das Volksbad errichtet. Aber auch der Ausbau der Sportstätten an der heutigen Carl-Diem-Straße zu einem richtigen Stadion mit Tribünen (1938) und überhöhten Kurven (1936) der rundum laufenden Bahn diente nicht nur der „Wehrrückführung“ durch den Sport, sondern auch der Beschäftigung von Arbeitskräften.

Der Volksgarten wies vor dem Zweiten Weltkrieg ein Schwimmbad, einen ausgebauten Schießstand sowie eine Sportarena mit Tribünen und überhöhten Kurven auf. Auf dieser Bahn fanden nicht nur Motorrad- und Radrennen, sondern auch die Kombination aus beidem statt: die „Steher“-Rennen, bei denen ein Motorrad einem Radfahrer Windschatten spendete.

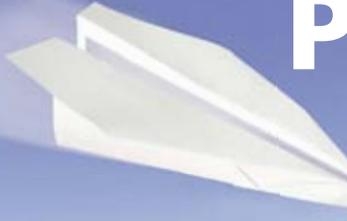


Einweihung des Sportplatzes am 12. Oktober 1911.

Die Rennen wurden auch direkt nach dem Krieg und bis in die 60er-Jahre veranstaltet. Nach dem Zweiten Weltkrieg bis in die 70er-Jahre fanden hier auch Hunderrennen statt. Für Radrennen und zur Veranstaltung von Boxkämpfen diente außerdem die 1914 eingeweihte, 1944 zerstörte und nicht wieder aufgebaute Volksgartenhalle. Mit dem schwindenden Interesse an den angeführten Sportarten sank auch das Interesse an diesen Sportstätten.

Text: Dr. Christian Wolfsberger

Punktlandung!



Bestellen unter

☎ 02161/49100

www.gem-mg.de



STÄDTISCHES MUSEUM
SCHLOSS RHEYDT

**Auswärts essen,
trinken, feiern**



Gastronomie in Mönchengladbach

AUSSTELLUNG
10. MÄRZ 2013 – 30. JUNI 2013

WWW.SCHLOSSRHEYDT.DE MÖNCHENGLADBACH

**MODELL
SPIELZEUG
MARKT**



MODELLEISENBAHNEN
MODELLAUTOS
BLECHSPIELZEUG
UND VIELES MEHR

24.3. UND 16.6.2013
11 BIS 16 UHR · EINTRITT 5 €

KAISER-FRIEDRICH-HALLE
HOENZOLLERNSTR. 15 · MG

WWW.ADLER-MAERKTE.DE

31. MÄRZ UND 1. APRIL

Der Frühling kommt!

Der beliebte Pflanzenmarkt „Schlossfrühling“ auf Schloss Dyck wird in diesem Jahr erstmals um einen großen Ostermarkt ergänzt. Inmitten der Mustergärten präsentieren ausgewählte Händler ihre Pflanzenraritäten. Dazu gehören Stauden, Gehölze, Clematis, Zitruspflanzen und Orchideen. Besucher bekommen alles geboten, was das Herz begehrt: schöne Dekorationen, Möbel, Gartenaccessoires, Schmuck, edle Kleidung, Weine und Leckereien. An Ostern werden Spaß und Überraschungen für die Kleinsten natürlich nicht fehlen. Der Eintritt kostet an der Tageskasse für Erwachsene 12,- € und für Kinder von 7 bis 16 Jahren 1,50 €.



Der HINDENBURGER verlost 5 x 2 Freikarten für den Schlossfrühling auf Schloss Dyck. Schreiben Sie einfach bis zum 15. März 2013 eine E-Mail mit dem Betreff „**Schlossfrühling**“ an gewinnspiel@hindenburger.de

31. März und 1. April, 10:00-18:00 Uhr, **Stiftung Schloss Dyck**, 41363 Jüchen

VOLKSWAGEN



Oben ohne in die Cabrio-Wochen

Bikini oder Badehose anziehen, Handtuch auf den Rücksitz, Verdeck auf und ab an den See. Wer den Sommer auch auf der Straße genießen möchte, kommt an einem Cabrio nicht vorbei. Der blaue Himmel, der kühle Fahrtwind und die Sonne auf der Haut machen jede Fahrt zum Ausflug. Wer die ersten Sonnenstrahlen bereits „oben ohne“ genießen möchte, sollte sich beeilen. Bis zum 30.4.2013 sind „Cabrio-Wochen“ bei Volkswagen. Die Cabrio-Modelle Beetle, Golf und Eos sind dann zu besonders günstigen Finanzierungsbedingungen von 0,9 % erhältlich. Echte Cabrio-Fans machen übrigens auch im Winter keinen Halt vor frischen Temperaturen: Mit einer dicken Jacke und ordentlicher Fußraumheizung kommen garantiert Frühlingsgefühle auf. Beim Autohaus Türk in Rheindahlen dürfen Sie das bei einer Probefahrt gerne einmal ausprobieren.

Autohaus Türk GmbH & Co. KG, Erkelenzer Str. 32, 41179 MG, Tel. 02161/588550, www.autohaustuerk.de

ABNEHMEN

3Elemente lässt Kilos purzeln

Das Team von 3Elemente freut sich mit den erfolgreichen Teilnehmern der Aktion „Gesund und nachhaltig abnehmen“. Das Konzept ist ganz einfach: Statt einer Radikalkur mit Jojoeffekt nehmen die Teilnehmer durch Bewegung und Ernährungsumstellung ab und erreichen so nachhaltig ihr Wunschgewicht. Durch die Verhaltensänderung kann das Gewicht langfristig gehalten werden. Die Teilnehmer wurden ein Jahr lang eng vom



Trainerteam des Figur- und Gesundheitsstudios 3Elemente begleitet und motiviert. Mit Erfolg! Heinz Oliver Schäfer (44) nahm sogar stolze 22 Kilogramm ab. Wer ebenfalls am Jahresprojekt für die Traumfigur teilnehmen möchte kann sich unter E-Mail info@3elemente-mg.de anmelden.

3Elemente, Künkelstr. 125, 41063 MG, Tel. 02161/2470350
www.3elemente-mg.de

SOO! MUSS TECHNIK

249,-

NOKIA LUMIA 620 SMARTPHONE
1 GHz Dual-Core-Prozessor, 5 Megapixel-Kamera.
Art. Nr.: 166 0857 (Schwarz), 166 0852 (Grün),
166 0854 (Gelb), 166 0855 (Weiß)

Internet per HSDPA & WiFi

Microsoft Windows Phone 8



259,-

LG P 760 OPTIMUS L9 SMARTPHONE
5 Megapixel-Kamera, Videoaufnahmen in HD, VGA Frontkamera. Art. Nr.: 163 4355 (Schwarz), 163 4364 (Weiß)

Android™ 4.0

Internet per HSDPA & WiFi

1 GHz Dual-Core Prozessor



339,-

0% MONATSRATE
Bei 0% effektivem Jahreszins mit 30 Monaten Laufzeit **11.63**

LG OPTIMUS P 880 4 X HD SMARTPHONE
8 Megapixel-Kamera, 1,3 Megapixel Frontkamera, Videoaufnahmen in HD Qualität. Art. Nr.: 156 5867 (Schwarz), 156 3552 (Weiß)

1,5 GHz Quad-Core-Prozessor

Starker 2.150 mAh Akku

True HD-IPS-Display



449,-

0% MONATSRATE
Bei 0% effektivem Jahreszins mit 30 Monaten Laufzeit **14.96**

SAMSUNG GALAXY S III SMARTPHONE
Brillanter HD Super AMOLED-Touchscreen, energieeffizienter 1,4 GHz Quad-Core-Prozessor, blickgesteuertes Display-Standby, sensorgesteuerte Direktwahl, intelligente Kamera-Funktionen (8 Megapixel-Kamera) Art. Nr.: 154 9211 (Blau), 155 3967 (Weiß)

Android™ 4.0

Schnelles Internet per HSPA+ & WLAN



PREPAID TARIF

5,-

O₂ Loop

- Nur 9 Cent pro Minute/SMS in alle dt. Netze
- Keine Grundgebühr, keine Vertragslaufzeit
- Jede Aufladung ab 15€ gewinnt*

* Alle Infos unter www.saturn.de/o2

0% TECHNIK FINANZIERUNG

EINFACHE RATENZAHLUNG! 0% effektiver Jahreszins, 30 Monate Laufzeit, ab einem Einkaufswert von € 300,-

SMARTPHONE TARIF

19,99
Monatlich

+ 200,-
Gutschein-Card

O₂ Blue Select

- Surf-Flatrate
- Netzzintern-Flatrate
- Telefon-Flatrate in ein Netz Ihrer Wahl (Festnetz, Telekom-, Vodafone- oder E-Plus-Mobilfunknetz)
- SMS-Flatrate
- + Extra-Festnetznummer

1 Nat. Standardgespräche/SMS in alle dt. Netze 0,09 € pro Min./SMS, ausgenommen Sonderrufnummern, Rufumleitungen u. SMS-Mehrwertdienste mit Premium-Billing. Jede angefangene Minute wird voll berechnet. Mobiles Surfen: Tagesflatrate für 0,99 €, automatische Aktivierung mit Datennutzung. Datenvolumen gilt nur für nat. paketvermittelte Datennutzung, nicht für VoIP oder sonstige Sprach-, Videotelefonie- oder Peer-to-Peer-Dienste. Bis 30 MB/Abrechnungstag max. Geschwindigkeit: 7,2 Mbit/s, danach max. 64 kBit/s. SIM-Karte in einem o2 Prepaid-Handy oder in Handy ohne SIM-/Net-Lock nutzbar.

2 Nur gültig bei Buchung eines O₂ Blue Select Tarifs. Mindestvertragslaufzeit: 24 Monate. Einmaliger Anschlusspreis € 29,99. Aktion gültig von 18.02. bis 31.03.2013. Alle Tarif-Infos in Ihrem Saturn und auf www.saturn.de/o2

3 Keine Bar- und Teilzahlung möglich. Warenaustausch nur bei gleichzeitiger Rückgabe der aufgeladenen Gutscheinarte möglich.

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



**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 Kunst- und Kulturinitiative „Offenes Atelier Mönchengladbach e. V.“ hat mit dem „Blauen Haus“ einen Veranstaltungsort in bestbesuchter Lage zur Verfügung.

Zwischen Jugendtreff und Nachwuchsförderung

Das „Offene Atelier“ in der Waldhausener Straße bringt junge und ältere Künstler zusammen und bietet Kreativen eine Plattform für ihre Projekte. Wir sprachen mit Geschäftsführer Heiner Schmidt über Produkte, Pläne und Programme.

Text: Sabrina Kimapci

Das Offene Atelier liegt mitten auf Mönchengladbachs Partymeile. War das Zufall oder Absicht?

Das war reiner Zufall, so wie auch das „Offene Atelier“ zufällig entstanden ist. Ich bin 2009 mit meinem Maler-Atelier von Rheydt nach Mönchengladbach gezogen und habe die Räumlichkeiten hier angemietet. Die Tür stand immer offen, so dass Leute einfach auf ein Gespräch reinkamen. Da ich nicht nur Maler sondern auch Musiker bin, brachte immer mal wieder jemand sein Instrument mit und wir machten zusammen Musik – so entwickelte sich das Atelier zum Treffpunkt für Kreative aus unterschiedlichen Bereichen. Später gaben wir dem Ganzen dann eine Vereinsstruktur.

Welche Idee steckt hinter dem Verein?

Mit dem Vereinsbeitrag werden die gemeinnützigen Inhalte finanziert. Für die Mitglieder gibt es den Vorteil, dass jeder Künstler eine Plattform für seine Projekte hat. Er kann die Räume des Vereins nutzen und profitiert von der Infrastruktur und den Netzwerken. Wo gibt es das sonst, dass man für 14 Euro im Monat von der Webseite über den Presseverteiler bis zum



Maler Musiker und Offenes-Atelier-Geschäftsführer **Heiner Schmidt**.

Veranstaltungsort alles nutzen kann, was man braucht, um seine Arbeiten, Auftritte oder seine Workshops einem größeren Publikum zugänglich zu machen? Darüber hinaus liegen uns natürlich die Nachwuchsförderung und der Erfahrungsaustausch am Herzen. Von den älteren Künstlern lernen die jüngeren – neben fachlichen Details – auch oft eine etwas nüchternere Sichtweise. Viele Künstler müssen einem Brotjob nachgehen, um die Lebenshaltungskosten zu decken – ich auch. Ein anders Thema ist die Notwendigkeit, Eigeninitiative zu zeigen. Ohne persönlichen Einsatz geht gar nichts.

Der Verein hat mittlerweile mehr als 40 Mitglieder vom Graffiti-Künstler über Profi-Musiker und Profi-Fotografen bis zu Meisterschülern aus dem Bereich der Malerei. Im Offenen Atelier treffen sich viele kreative Leute. Was gibt es bislang an erfolgreichen Projekten zu verzeichnen?

Wir veranstalten regelmäßig Ausstellungen, Lesungen und Konzerte. Sehr erfolgreich war die Blaue Stunde, die Lesebühne im Blauen Haus, bei der die Stammautoren Patrick Salmen, Lasse Samström, Markim Pause, Marco Jonas Jahn und Nachwuchsautoren ihre Geschichten, Gedichte und Anekdoten zum Besten gaben. Musikalisch ist die Konzertreihe „The Livingroom“ im Blauen Haus gut angekommen. Sie wird von einem engagierten Team veranstaltet, das bei uns eine günstige Location zur Umsetzung der Idee gefunden hat. Ausstellungen gab es – außer im Atelier selber – unter anderem in den Räumen der Polizeiwache in Mönchengladbach. Der vereinseigene Verlag will regional bekannte Autoren und neue Talente zusammenzubringen. So ist letztes Jahr beispielsweise „nachtaktiv 2012 – Das Buch zur Kulturnacht Mönchengladbach“ erschienen. In unserem Online-



Besucher im Offenen Atelier: Tanja Benning (links) studiert Kulturpädagogik, komponiert und schreibt eigene Songs. Studentin Diandra Mona Böhning macht das Bandbooking im Atelier und ist Sängerin der Gruppe „DiTah“.

shop sind Arbeiten aus den Bereichen Malerei, Fotografie und Grafik erhältlich – zum Beispiel auch eine Gladbach-Serie.

Was ist für die Zukunft geplant?

Spruchreif ist die Sommer-Akademie, bei der ab April von Fotografie über Gitarre und Schlagzeug bis Ölmalerei einige Workshops angeboten werden. Es ist auch ein Rhythmus-Workshop in Vorbereitung, der von Raimund Engelhardt mitgeleitet wird, der indische Musik studiert hat und auf diesem Gebiet ein absoluter Profi ist. Die Workshops können über den Shop auf unserer Webseite gebucht werden. Außerdem wollen wir mehr Konzerte und Partys veranstalten.

Ist es im Offenen Atelier noch immer so, dass jeder reinkommen kann?

Ja sicher, der Name ist Programm. Nachmittags ist meistens jemand hier. Ansonsten empfehle ich unsere Jam-Sessions, die jeden Mittwoch stattfinden. Auch Nicht-Vereinsmitglieder sind herzlich eingeladen. Das Blaue Haus kann übrigens ebenfalls jeder für Veranstaltungen mieten. Gegen eine kleine Spende für Wandfarbe steht auch unsere Streetart-Wand im Innenhof für angehende Graffiti-Künstler zur Verfügung. Wer nicht vorbeikommt, uns aber unterstützen möchte, kann dies gerne machen. Wir freuen uns über jede Spende. Auf unserer Webseite gibt es hierfür einen eigenen Button.

Offenes Atelier Mönchengladbach e. V., Waldhausener Str. 14 + 16, 41061 MG
Tel. 0152/01726527 (Heiner Schmidt), www.oam-ev.de

Jeden Tag ein bisschen jünger.



REGENERATION^E – Anti-Aging Pflege für sensible, anspruchsvolle Haut
REGENERATIONE bewirkt eine gestraffte, festere Haut, mildert Falten und schenkt ein vitales, jüngeres Aussehen. Die Widerstandskraft, wird erhöht, das Allergierisiko wird minimiert.

100% ohne Parfüm, Farb-, Konservierungsstoffe, Paraffine, Silikone, PEG, Tierextrakte

**DADO
SENS**
DERMACOSMETICS

Pflegt medizinisch. Wirkt natürlich.

Reformhaus **Haas**

Vitalität, Pflege und Genuss

Hindenburgstraße 157
41061 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 61 - 2 36 81
www.reformhaus-haas.de

IN VINO VERITAS
wein und spezialitäten



**TAGEN
GENIESSEN
KOCHEN**



Das Restaurant In Vino Veritas besticht durch seine Idyllische Lage. Es liegt Verkehrsgünstig an der A44 und ist von Düsseldorf bequem zu erreichen. In dem historischem Anwesen befinden sich stilvoll eingerichtete Räumlichkeiten, welche man für nette Abende, gemütliche Kaffeerunden, Kochkurse oder auch Firmenevents nutzen kann. Eine ausgewählte Speisekarte führt Sie crossover durch die Genüsse des Niederrheins, begleitet von einer umfangreichen Weinkarte.

In Vino Veritas
Holterhöfe 15
47877 Willich
T 02154.8140854
F 02154.8889915
Di bis So + Feiertags
10 bis 23 Uhr
Küche bis 22 Uhr

www.i-v-v-weinhandel.de



**DIE NEUE SCHUH-KOLLEKTION
JETZT ERHÄLTICH BEI:**

100 Jahre seit 1910
SCHUHHAUS
Wintzen

Das Fachgeschäft mit dem guten Service

MG: Hindenburgstraße 113
RY: Hauptstraße 38

2013 MARKTIMPULS.DE

Bunt und blumig in den modischen Frühling 2013

Die Tage werden heller, ab und zu kommt die Sonne durch. Zeit für einen Blick auf die Frühjahrs- und Sommerkollektionen der heimischen Modemacher.



DU4 FASHION

Das Vichykaro, ein DU4-Klassiker, wurde um eine Vielzahl neuer sommerlicher Kolorierungen erweitert. Highlights der sommerlichen Kollektion sind kräftig überfärbte oder überdruckte, buntgewebte Dessins. Bedruckte Baumwollstretch- und Voile-Qualitäten setzen modische Akzente. Besonderheiten sind Kontrastspielereien, farbige Steppungen, bunte Knopflöcher und kontrastfarbig angenähte Perlmutterknöpfe.



EVA BRACHTEN

Neu im Frühling/Sommer 2013 sind bei Eva Brachten originelle Röcke aus fließenden Stoffen, die vorne spitz zulaufen. Sie können auch gedreht werden, so dass sie an den Seiten länger und vorne kürzer sind. Das Material hat einen leichten Glanz. Die Röcke gibt es in verschiedenen Mustern und Farbkombinationen. Ebenfalls neu: leichte Dreieckstücher, Blazer mit Schalkragen aus Sweatshirt-Stoffen und gemütliche Haremshosen aus Jersey in unterschiedlichen Farben.



CINQUE

Die Inspirationsquelle der CINQUE Sommerkollektion 2013 ist eine Rundreise durch das sinnliche und ewig betörende Italien. Der erste Liefertermin besteht aus der perfekten Garderobe für einen mondänen Städte-Trip. Der zweite Liefertermin ist inspiriert von den Farben und dem Style einer italienischen Eisdiele der 50er-Jahre.



07. MÄRZ 2013 | MUSTERTEILVERKAUF SPRING/SUMMER 2013

Wir freuen uns auf Sie | Ihr Cinque Team

CINQUE STORE OUTLET | Am Kämpchen 9–13 | 41061 Mönchengladbach | +49 (0)2161 180709 | cinqueoutlet@cinque.de | cinque.de
Mo–Fr 10–19 Uhr | Sa 10–16 Uhr

Rolf Sprenger
KAROSSERIE- UND LACKIERFACHBETRIEB

Im zertifizierten Meisterbetrieb **Rolf Sprenger** vertrauen Sie Ihr Fahrzeug Profis an. Unfall- und Lackschäden werden schnell und kompetent behoben.

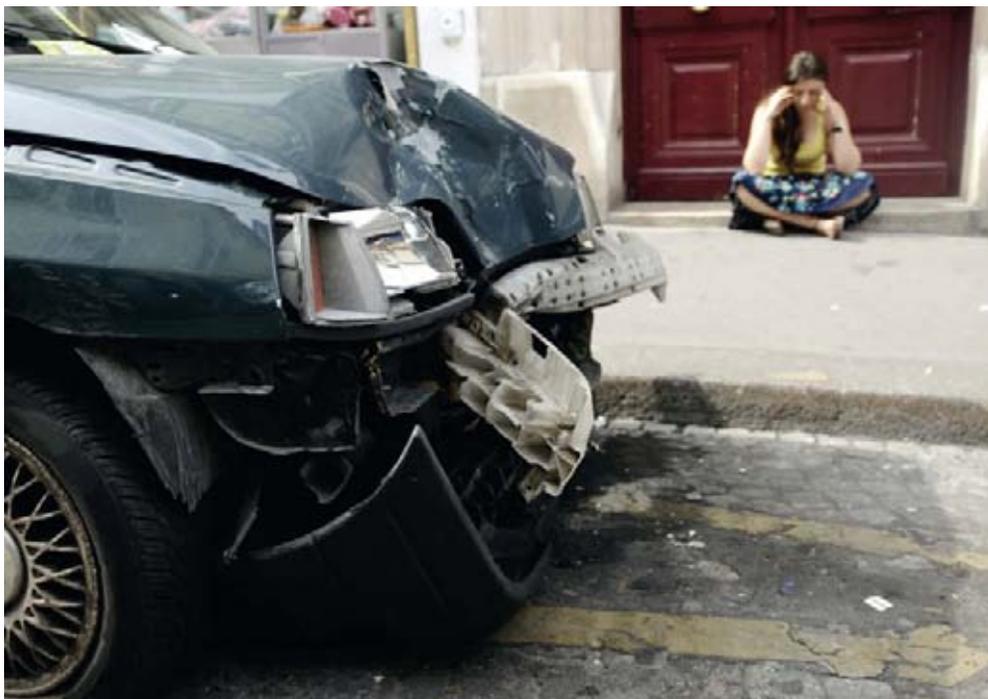
Qualitätsarbeit SEIT 50 JAHREN

- ✓ Unfallreparaturen
- ✓ Instandsetzungen
- ✓ PKW Teil- und Ganzlackierung
- ✓ Glasschadenerneuerung
- ✓ Sonder- und Designlackierung
- ✓ Nutzfahrzeuglackierung
- ✓ Motorradlackierung
- ✓ Oldtimerrestauration
- ✓ Fahrzeugaufbereitung (innen und außen)
- ✓ Langzeit-Lackversiegelung
- ✓ Ausbeulen ohne Lackierung (bei kleinen Beulen)

Im dritten Jahr in Folge: WERKSTATT DES VERTRAUENS 2013

Sprenger Rolf · Karosserie- und Lackierfachbetrieb
41066 Mönchengladbach · Boettgerstraße 9
Tel (02161) 994070 · Fax (02161) 662806
info@sprenger-rolf.de · www.sprenger-rolf.de

2011 MARKTIMPULS.DE

Wer die Unfallschaden-Abwicklung aus der Hand gibt, **der versenkt unter Umständen viel Geld.**

Sachverständig statt Abzocke!

Nach einem Unfall sollten Sie nicht die Versicherung des Unfallverursachers anrufen, sondern einen unabhängigen Kfz-Sachverständigen.

Der Mensch hat es gerne bequem, vor allem, wenn es um so lästige Themen wie die Schadensregulierung nach einem Unfall geht. Viele Autobesitzer überlassen deswegen die Ermittlung der Schadenshöhe einfach der Werkstatt oder sogar der gegnerischen Versicherung. Kfz-Sachverständiger Heinz Bolten: „Die Versicherungen bekommen die Unfallmeldung von ihren Versicherten und gehen mittlerweile sogar soweit, dass sie gezielt die Geschädigten anrufen, um ihnen Rundum-Servicepakete vom Gutachten bis zur Reparatur anzubieten. Vor allem Leute, die sich mit Autos nicht so gut auskennen, greifen gerne zu, wenn in Aussicht steht, dass der Wagen ohne per-

sönlichen Aufwand bald wieder fahrbereit und sogar frisch gewaschen vor der Tür steht.“

Wertminderung und Nutzungsausfall geltend machen

Was verlockend klingt, dient einzig und allein dem Zweck, Geld zu sparen. Eigentlich logisch, denn wer zahlen muss – in diesem Fall die Versicherung – versucht, den Schaden klein zu halten. Auch die Werkstatt ist nicht der richtige Ansprechpartner bei der Schadensermittlung. Selbst wenn der Kostenvoranschlag sorgfältig erstellt wird, geht dem Geschädigten Geld verloren. Heinz Bolten: „Die Werkstatt kann nicht den Wertverlust des Fahrzeugs errechnen, um ihn der gegnerischen Versicherung in Rechnung zu stellen. Das kann nur ein Kfz-Sachverständiger. Außerdem hat der Geschädigte unter Umständen Anspruch auf einen Leihwagen. Nutzt er den nicht, bekommt er die Nutzungsentschädigung ausbezahlt. Auch die geht verloren, wenn man sich nur auf den Kostenvoranschlag beschränkt.“

Beweissicherung kann wichtig sein

Bei hohem Schaden kann es passieren, dass die Versicherung bezweifelt, dass die Schäden, die in Rechnung gestellt wurden, wirklich alle vom Unfall stammen. Hier ist es besonders wichtig, einen Kfz-



Heinz Bolten, Geschäftsführer der Eis KG. Die Eis KG wurde Anfang der 60er-Jahre durch Heinrich Eis gegründet und ist heute eines der ältesten Sachverständigen-Büros in Mönchengladbach.

AHG Autohaus Geuthe GmbH & Co. KG

Vertragswerkstatt 

PLATZ 1
im Bereich „Service“
aller Ford-Werkstätten deutschlandweit!

UNSERE LEISTUNGEN U. A.:

- KFZ-Reparaturen aller Art (für alle KFZ-Marken!)
- **NEU!** 3D-Achsvermessung
- Große & kleine Inspektionen
- HU und AU
- Windschutzscheiben
- Reifenservice
- Leihwagen
- Neu- & Gebrauchtwagen
- An- & Verkauf

Autohaus Geuthe GmbH & Co. KG
KFZ-Meister-Fachbetrieb · Bernd Uwe Geuthe
Herrenshoffer Straße 55 · 41352 Korschenbroich
Tel. 02161 / 641306 · www.autohausgeuthe.de

Sachverständigen an der Seite zu haben, der die Schadensursache belegt. Kommt die Schadensmeldung nämlich von einem solchen Fachmann, legen die Versicherungen nur sehr selten ihr Veto ein.

Sachverständiger und Rechtsanwalt werden bezahlt

Statistisch hat jeder Autofahrer nur alle acht Jahre einen Unfall. Kein Wunder also, dass kaum jemand seine Rechte kennt. Schon gar nicht, wenn einem die Profis zuvorkommen. Heinz Bolten: „Selbst wenn die Versicherung ohne Ihre Zustimmung einen Sachverständigen bestellt hat, steht es Ihnen grundsätzlich frei, einen Sachverständigen Ihres Vertrauens zur Beweissicherung und Feststellung der Schadenshöhe zu beauftragen. Die Kosten für das Sachverständigengutachten sind erstattungspflichtig. Ebenso verhält es sich mit den Kosten für einen Rechtsanwalt.“

Sofort den Profi rufen

Der beste Rat: Rufen Sie nach einem Unfall sofort beim Kfz-Sachverständigen an. Heinz Bolten: „Bei größeren Schäden kommen wir vorbei. Ist das Auto noch fahrbereit, vereinbaren Sie einfach einen Termin und kommen zu uns. Wir schauen zunächst, ob es sich um einen Bagatellschaden handelt. Ist das der Fall, raten wir zu einem Kostenvoranschlag durch die Werkstatt, weil die Kosten für den Sachverständigen bei Schäden unter 800 Euro nicht erstattet werden. Ansonsten erstellen wir innerhalb weniger Tage das Gutachten.“

.....
Eis KG, Alsstr. 192, 41063 MG, Tel. 02161/823860, www.eiskg.de



Den Sachverständigen, **den die Versicherung bezahlen muss**, darf sich jeder selber aussuchen.

INFO

Achtung Wertverlust!

Hatte ein Fahrzeug schon einmal einen Unfall, wirkt sich das beim Verkauf auf den Preis aus. Nur ein Kfz-Sachverständiger kann die Höhe dieser Wertminderung ermitteln, die von der Versicherung des Unfallverursachers erstattet wird. Im Schnitt lohnt sich die Wertverlustermittlung bei Fahrzeugen, die bis zu sechs Jahre alt sind und/oder unter 120 000 Kilometer gelaufen sind.

Kurz zusammengefasst!

Dass Versicherungen ungern zahlen, versteht sich von selbst. Schließlich ist Einnehmen und nicht Zahlen ihr Geschäft. Ebenfalls selbstverständlich ist aber, dass eine gegnerische Haftpflichtversicherung bei einem unverschuldeten Autounfall zahlen muss. Dazu ist sie gesetzlich verpflichtet. Trotzdem gelingt es den Versicherungen immer wieder, sich einem Teil ihrer Zahlungen zu entziehen. Und zwar durch Freundlichkeit und scheinbares Entgegenkommen. So bieten sie an, einen Gutachter zu schicken oder das kaputte Auto selbst abzuholen und in die Werkstatt zu bringen.

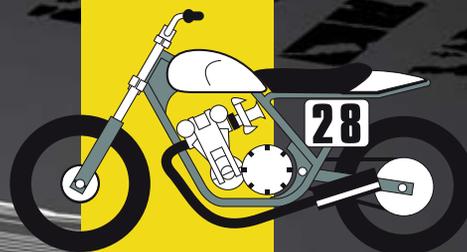
Was viele Autofahrer nicht wissen: Sie haben Anspruch darauf, ihren Wagen in einer Markenwerkstatt reparieren zu lassen und sich einen eigenen Gutachter zu suchen - sofern man nicht dem der Versicherung zugestimmt hat und es sich nicht um einen Bagatellschaden handelt (unter 800 Euro). Der eigene Gutachter schätzt nämlich den Wiederbeschaffungswert eines Autos möglicherweise ganz anders ein als der Experte der zahlungspflichtigen Versicherung. Grundsätzlich sollte man einen Gutachter zu Rate ziehen, weil Kostenvoranschläge einer Werkstatt nicht die Wertminderung des Wagens berücksichtigen. Auch einen Anwalt sollte man sich unbedingt nehmen. Ist man völlig schuldlos, muss ihn die gegnerische Versicherung ebenfalls zu 100 Prozent bezahlen. Das gilt auch für den Mietwagen; doch Vorsicht: Nehmen Sie einen normalen Mietwagen und keinen „Unfallersatzwagen“. Der ist oft bis zu viermal teurer und kann eine Zahlungsverweigerung der Haftpflichtversicherung auslösen.

MOTORRADWERKSTATT

für alle japanischen und europäischen Motorräder und Roller

**Saisonstart
 Feier am
 20. April
 ab 10.00Uhr**

MOTOWORK



Tomphecke 28 41169 MG Tel.: 55 18 06 motowork.de



Genau. Richtig.

**Die Leistungen von TÜV Rheinland –
Genau. Richtig.
Für mein Fahrzeug und meine Sicherheit.**

- Haupt- inkl. Abgasuntersuchung
- Eintragungen und Abnahmen
- Gebrauchtwagen-Zertifikat
- Oldtimer-Gutachten
- Tuningberatung

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin unter www.tuv.com/termin oder rufen Sie uns an: Kostenlose Telefon-Hotline 0800 8838 8838.

Unsere Prüfstellen in Mönchengladbach:
Hermges, Theodor-Heuss-Str. 93-95
Uedding, Lehmkuhlenweg 2b
Wickrath, Adolf-Kempken Weg 139



Offen Für Abwechslungen aller Art

Das neue Beetle Cabriolet*.

Entdecken Sie einen Klassiker in neuer Form.
Jetzt bei uns bestellbar. Weitere Informationen unter www.volkswagen.de

* Kraftstoffverbrauch des neuen Beetle Cabriolet in l/100 km: kombiniert 7,9-4,5, CO₂-Emissionen un g/km: kombiniert 183-118.

Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis



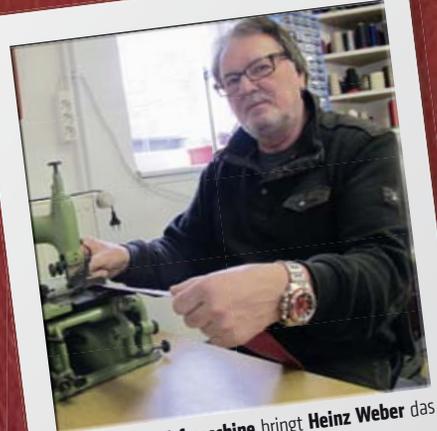
Das Auto.

Ihr Volkswagen Partner

Autohaus Türk GmbH & Co. KG
Erkelenser Straße 32, 41179 Mönchengladbach
Tel. 02161/588550
www.autohaustuerk.de



Frisch lackiert wartet der „Ponton Cabrio“ auf neue Polster und ein neues Verdeck.



An der Ausschärfmaschine bringt Heinz Weber das Leder auf eine einheitliche Dicke.



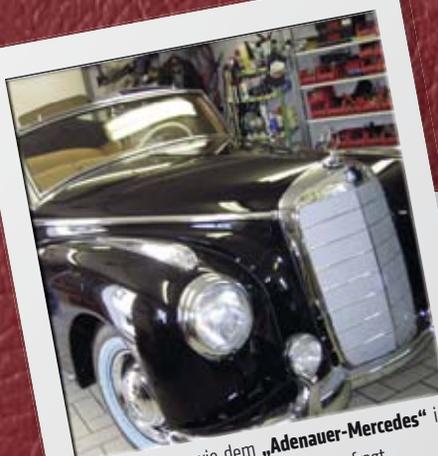
Der hintere Innenraum eines Mercedes 220 SE Ponton Cabrio im „nackten“ Zustand.



Die Rückenlehne ist frisch bezogen und wird nun montiert.



„Bitte Platz zu nehmen!“ Rückbank, Armlehnen und restaurierte Holzteile komplettieren das Luxusmobil.



Bei Fahrzeugen wie dem „Adenauer-Mercedes“ ist handwerkliches Geschick besonders gefragt.



So schön wie eine Handtasche: Feinstes Leder und Chrom machen aus der Tür ein Schmuckstück.



Beim Autosattler

Heinz Weber restauriert seit 50 Jahren Fahrzeuginnenräume, davon 25 Jahre als selbstständiger Autosattler.

Welche Kunden nehmen die Arbeit eines Autosattlers in Anspruch?

Es sind Autobesitzer, deren Fahrzeug im Innenraum Beschädigungen jeglicher Art aufweist, oder die sich dort für etwas Neues entscheiden. Das sind beispielsweise Sitze, Türverkleidungen, Teppichböden, Dachhimmel oder auch Cabriovertische. Auch komplette Umrüstungen von Stoff oder Kunststoff auf eine hochwertige Lederausstattung werden häufig beauftragt. Viele Aufträge kommen auch von Autohäusern, Händlern und Werkstätten.

Sind darunter auch Oldtimer?

Mit alten Fahrzeugen arbeite ich besonders gerne. Wenn das normale Tagesgeschäft erledigt ist, habe ich die Ruhe für filigrane Arbeiten an seltenen und hochwertigen Oldtimern. Vom Fiat 500 über den „Adenauer Mercedes“ bis zum Rolls Royce sind hier schon die schönsten Automobile in der Werkstatt gewesen. Durch den guten Kontakt zu Mercedes-Besitzern habe ich es häufig mit Fahrzeugen, wie dem 190 SL, der „Pagode“ oder dem berühmten 300 SL mit Flügeltüren zu tun. Natürlich arbeite ich auch gerne mit Youngtimern und solchen, die gerade erst zum Oldtimer geworden sind. Dabei erfülle ich auch gerne außergewöhnliche Wünsche.

Welche Materialien werden verarbeitet?

Es gibt noch erstaunlich viele Originalstoffe, die von Großhändlern aus Überproduktionen der Hersteller aufgekauft wurden und nun angeboten werden. Stoffe von älteren und gefragten Oldtimern werden sogar nachgewebt. So kann es passieren, dass plötzlich wieder originalgetreue Stoffe für einen VW Käfer aus dem Jahr 1960 erhältlich sind. Auch Lederprägungen werden reproduziert, damit der restaurierte Oldtimer so nah am Original bleibt wie nur eben möglich.

Wie sind die typischen Arbeitsschritte bei einer Restauration?

In der Karosseriewerkstatt wird das Fahrzeug komplett zerlegt, der Motor überholt, die Karosserie ausgebessert und lackiert und Metallteile neu verchromt. Der Innenraum wird dann in meiner Werkstatt restauriert. Polsterbezüge werden angefertigt, Türverkleidungen neu aufgebaut, Armaturen eingefasst und neue Teppichböden an den Rändern mit Leder eingefasst und individuell verlegt. Um die Holzteile kümmert sich mein Schwiegersohn, der Kunstschreiner ist. Auch das sind sehr filigrane Spezialanfertigungen, zum Teil mit neuen Furnieren, die acht bis zehnmal lackiert werden müssen, bis sie perfekt aussehen.

Sind die Kunden am Werdegang ihres Fahrzeugs interessiert?

Auf jeden Fall. Ihr Auto ist ja zum Teil sehr lange in der Werkstatt – allein das Verchromen dauert bis zu zehn Wochen. In dieser Zeit besuchen mich die Kunden oft, um die nächsten Schritte abzusprechen oder einfach um zu sehen, was ihr Schatz macht. Manche sehen eine aufwändige Restaurierung als Investition in eine Kapitalanlage mit hohem Wertsteigerungspotenzial, andere sparen ein Leben lang darauf und sind mit Herzblut dabei. Dann entwickelt sich oft ein sehr persönlicher Kontakt, an den ich mich lange Jahre erinnern kann.

Text und Fotos: Sascha Broich

Kontakt: Heinz Weber, Tel. 02161/604252



Sachverständige für KFZ-Schäden und -Bewertung

- Erstellung von KFZ-Schadengutachten
- Wertermittlung von gebrauchten KFZ aller Art
- Wertermittlung von Oldtimern
- Beweissicherung nach Verkehrsunfällen
- Partner der Schaden-Schnell-Hilfe (SSH)
- Vertragspartner der GTÜ (Abnahme § 29)
- Heinz Bolten – ADAC Vertragsachverständiger
- Von der IHK mittlerer Niederrhein öffentlich bestellte und vereidigte Sachverständige & Heinz Bolten & Peter Hillers

EiS

KG

Alsstraße 192 - 41063 Mönchengladbach

Tel.: 02161/82386-0 - Fax: 02161/82386-11

www.eiskg.de - E-Mail: info@eiskg.de

Das Sondermodell Edition: Noch mehr Forester fürs Geld!

Das Sondermodell Forester Edition lässt kaum Wünsche offen: exklusive 17-Zoll Leichtmetallfelgen, Panorama-Glasschiebedach, silberfarbene Dachreling, drei Farbtöne zur Wahl und mehr! Sehen lassen kann sich auch der Preisvorteil.² Also: wann sehen wir Sie zur Probefahrt?

Erhältlich als Forester 2.0D mit 108 kW (147 PS) oder 2.0X mit 110 kW (150 PS).

EDITION

Exklusiv bei uns für
29.990,- €¹

**5.800,- Euro
Preisvorteil!^{1,2}**



Confidence in Motion

Autohaus Fredi Schumacher GmbH

Weserstraße 5, 41836 Hückelhoven

Telefon 02433-981976, Telefax 02433-938887

Weltgrößter
Allrad-PKW-Hersteller
www.subaru.de

Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts: 9,7 bis 7,2; außerorts: 6,5 bis 5,3; kombiniert: 7,5 bis 6,0. CO₂-Emission (g/km) kombiniert: 174 bis 158. Abbildung enthält Sonderausstattung.

¹ Für den Subaru Forester 2.0 D Edition Sondermodell mit einer Tageszulassung auf AH Schumacher.

² Preisvorteil gegenüber einem vergleichbar ausgestatteten Serienmodell.



Tradition und frische Ideen



Seit über 100 Jahren bietet die 5-Sterne-Feinkostfleischerei Kohlen besten Service und feinste Qualität.

Neben Fleisch- und Wurstwaren bieten wir täglich wechselnde Mittagmenüs und einen Partyservice mit individuellen Speisen für Buffets, Frühstücke und Empfänge.

Unsere Waren und Speisen werden aus regionalen Produkten hergestellt – für beste Qualität.

Feinkostfleischerei Kohlen

Alte Landstraße 100 · 41844 Wegberg-Klinkum
Tel. 02434/1051 · www.fleischerei-kohlen.de

Filiale Wegberg: Passage „Alt Berk“ · 41844 Wegberg
Filiale MG-Hardt: Glockenstraße 4 · 41169 MG-Hardt

Ostereier mit Biss

Eier färben kann doch jeder. Wir haben ein paar lustige, kreative und ungewöhnliche Alternativen zu Farbe und Pinsel herausgesucht.

Text: Sabrina Kirnapci



Lustig

Verkleiden statt färben! Mit diesen handgehäkelten Eierwärmern wird das Frühstücksei zum „Funky Egg“ für Individualisten. Einfach die „Mützen“ aus Baumwolle übers Ei stülpen, die Gesichter malen und fertig ist der Gangster, der Wiker oder das Hühnchen. www.design-3000.de, je 7,95 €

Eckig

Viereckig statt oval! Mit der OVO-Form können Sie das eckige Frühstücksei im Wasserbad oder in der Mikrowelle zubereiten. Einfach das Ei aufschlagen, in die Form geben, würzen und garen. Die Silikon-Form ist spülmaschinengeeignet. www.lekue-shop.de, 14,95 €



Schnell

Mikrowelle statt Topf! Einfach etwas Wasser in das Kunststoff-Ei füllen, das Frühstücksei in den Aluminium-Einsatz legen, Deckel drauf und ab in die Mikrowelle. Der Mikrowellen-Eierkoher dient gleichzeitig als Eierbecher und Eierwärmer. Ping! www.design-3000.de, 6,95 €

Duftend

Duft statt Dotter! Wer dieses Frühstücksei aufschlägt und die darin enthaltene Erde regelmäßig gießt, der darf sich auf eine kleine duftende Lavendelpflanze freuen. Die Pflanze kann bis zu fünf Monate im Ei bleiben und wird dann umgetopft. Das Keramik-Ei ist handgemacht, der Untersetzer besteht aus Terrakotta. www.design-3000.de, 9,95 €



Einfach mal die Seele baumeln lassen

Moderne, gemütliche Zimmer · Exklusive Bäder
Reichhaltiges Frühstücksbuffet · Ruhige Lage
Veranstaltungsräume für bis zu 300 Personen



Kölner Straße 36 a · 41334 Nettetal-Kaldenkirchen
Tel. (021 57) 13 86-0 · Fax (021 57) 13 86-130
info@zurmuehle.net · www.zurmuehle.net

Kreativ

Ob Marmorieren oder Gravieren, Bemalen oder Verzieren mit Perlen: Dieses Buch zeigt eine große Vielfalt an Techniken, um Ostereier zu gestalten. Die Ideen reichen von traditionellen Motiven über farbenfrohe Ensembles bis hin zu modernen Farbvariationen in Pink und Lila. Mit nützlichen Tipps und Tricks rund um das Gestalten von Ostereiern von bunt bis edel.

Buchhandlung Degenhardt, 8,90 €
ISBN: 978-3772438844



Praktisch

McEgg hält Hammer und Eierlöffel bereit und dient gleichzeitig als Eierbecher. Wer braucht da noch bunte Eier? In der Kappe von McEgg können die Eierschalen gesammelt werden. **Galeria Kaufhof, 9,95 €**

Fair

Faire Süßigkeiten erfreuen nicht nur Jung und Alt hier bei uns, sondern auch Kleinbauern und Produzenten im globalen Süden. Denn der Mehrpreis aus dem fairen Handel bietet ihnen Sicherheit und eine bessere Lebensgrundlage.

Eine-Welt-Laden Mönchengladbach, Osterhase 1,70 €
Oster-Paranuss-Eier 3,50 €, Bio-Osterriegel 0,99 €



Eine Anwendung
und Sie sind
Nichtraucher!



das
laserinstitut

Zentrum für Gesundheitsförderung

Raucherentwöhnung



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

GOLDANKAUF

gibt

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

Tipps für Kids

von Martin Huth



Das kleine Ich bin Ich

Das Hallo Du Theater aus Bochum zeigt im BIS-Zentrum für Kinder von 4 bis 7 Jahre ein Figurentheaterstück in Vers, Reim und Gesang nach dem Bilderbuch von Mira Lobe und Susi Weigel.

„Heda Du da, sage mir, was bist Du denn für ein Tier? So etwas Komisches wie Dich sah ich hier noch niemals nicht“, quakt der Frosch. Das kleine Etwas hat keine Antwort und so geht es von Tier zu Tier, um herauszufinden was und wer es ist. Die Reihungsgeschichte vom einem unbekanntem Tierchen, das umherläuft, um seine Identität zu finden und überall nur Unverständnis erntet, endet schließlich in der genialen kindgemäßen Aussage: Ich bin Ich!

Aufführungen: Sonntag, 10. März, 16:00 Uhr und Montag, 11. März, 9:00 + 11:00 Uhr
Eintritt: 5,- € für Kinder, 7,- € für Erwachsene.

Osterferien-Workshops im Cafe Kreativ

Los geht's am Montag, 25. März, 14:30 bis 16:30 Uhr mit einem Textilkurs (20,- € inkl. Material), bei dem das Gestalten mit Holzstempeln sowie der Kartoffeldruck auf Kissen oder Taschen im Vordergrund steht. Am Dienstag, 26. März, 10:00 bis 12:30 Uhr lernt ihr die Nähmaschine kennen und näht euer erstes Projekt (25,- € inkl. Material). Das Motto am Mittwoch, 27. März lautet „Malen & Basteln für Ostern“. Von 10:00 bis 12:00 Uhr könnt ihr zeichnen und von 14:00 bis 16:00 Uhr bastelt ihr Blumen aus Papier (jeweils 15,- € inkl. Material). Am Donnerstag, 28. März, 10:00 bis 12:00 Uhr gibt es einen weiteren Zeichenkurs mit Rötel, Kreide und Kohle (15,- € inkl. Material) und von 12:00 bis 14:30 Uhr einen Nähkurs (25,- € inkl. Material). Anmeldungen unter Telefon 02166/6750098 oder E-Mail an Cafe-Kreativ-Rheydt@gmx.de

Lesebühnchen

Am Dienstag, 19. März, 16:30 Uhr liest Paula Emmrich für Kinder ab 5 Jahre im Theatercafé Linol aus „Das kleine Gespenst“ von Otfried Preußler. Auf Burg Eulenstein haust seit uralten Zeiten ein kleines Gespenst. Sobald die Rathausuhr Mitternacht schlägt, erwacht es und schwebt ins Burgmuseum, besucht seinen besten Freund Uhu Schuhu oder hüpf hoch oben auf den Mauern von Zinne zu Zinne. Das ist so lustig und schön, dass es sehr glücklich ist und vor Freude kichert.

Trotzdem fehlt dem kleinen Gespenst etwas: Es wäre so gern einmal bei Tageslicht auf! Immer wieder versucht es, nach Mitternacht wach zu bleiben – aber sobald die Geisterstunde um ein Uhr vorbei ist, schläft es ein. Das macht das kleine Gespenst sehr traurig. Aber man weiß ja, dass Wünsche mitunter gerade dann in Erfüllung gehen, wenn man am allerwenigsten damit rechnet ...

Der Eintritt ist frei!



Der Fischer und seine Frau

Es waren einmal ein Fischer und seine Frau, die wohnen zusammen in einem alten Topf dicht am Meer. Jeden Tag ging der Fischer hinaus um zu angeln. Und eines Tages fängt er einen sprechenden Butt ...

Dieses Märchen frei nach den Gebrüder Grimm gibt es am Sonntag, 24. März um 15:00 Uhr im Theater Spielplatz zu sehen. Darsteller: Verena Bill und Michael Koenen vom Niederrheintheater.

Eintritt: 4,- € Kinder ab 3 Jahre, 6,- € Erwachsene.



Petra Kania Geschichten von der bunten Kuh

Bunte Eier sind schön, bunte Kühe noch viel spannender – unter diesem Motto erleben Jungen und Mädchen (und vor allem Vorleser!) eine aufregende Geschichte rund um eine farbenfrohe Kuh. Die möchte erst so sein wie andere Kühe, nämlich weniger bunt, dann wieder genießt sie ihr Anderssein – fast so wie im richtigen Leben, wo auch Kinder schon mal ausgegrenzt werden, weil sie nicht mit dem Strom schwimmen. Neben einer Fee tauchen weitere Tiere auf, die sich von anderen auf liebenswürdige Art und Weise unterscheiden.

Das Buch passt neben den zahlreichen liebevollen Illustrationen aus einem weiteren Grund zur österlichen Zeit: Es behandelt ganz vorsichtig das Thema Tod. Petra Kania zeigt Wege auf, wie schon die Kleinsten mit Schicksalen umgehen können. Rundherum sind es schöne, sehr abwechslungsreiche Geschichten, bei denen sogar gesungen oder gebacken werden kann (Petra Kania verrät u. a. ein Waffel-Rezept).

Für Kinder ab 6 Jahre. Papierfresserchens MTM-Verlag, 68 Seiten, 14,30 €.



Weitere Veranstaltungen findet ihr im Terminkalender ab Seite 40 unter „KIDS“!



Vom 4. bis 17. März 2013 findet wieder das größte Kinderliederfestival Deutschlands statt.

Die Zuschauer von 3 bis 93 Jahre erwartet in Mönchengladbach ein buntes Mitmach-, Mitsing-, Mit-tanz- und Mitkrachmachprogramm:

„**Bunte Knaller**“ – 5. März, 10:30 Uhr im TIG mit dem Kinderliedermacher Geraldino

„**Einfach abfahren!**“ – 8. März, 15:00 Uhr in der Stadtteilbibliothek Rheydt mit Geraldino
Eintritt frei!



„**Lieselotte Quetschkommode auf Abenteuerreise**“ – 10. März, 11:00 Uhr im Theater Spielplatz + 14. März, 10:30 Uhr im TIG mit Astrid Hauke
Lieselotte ist mit ihrem großen Koffer unterwegs auf Abenteuerreise. Sie freut sich auf neue Freunde und jede Menge Spaß. In ihrem Koffer findet sie einen großen Piratenhut. Wie ist er nur dort hineingelangt? Lieselotte lädt das Publikum ein auf eine maritime Reise mit vielen Überraschungen, auf ein spannendes Piratenabenteuer mit Musik.

Gala mit Astrid Hauke, Geraldino, Cattu, Lila Lindwurm und den JEKISS-Chören – 10. März, 15:00 Uhr im Carl-Orff-Saal der Musikschule

„**Traumfänger-Mitmach-Konzert**“ – 12. März, 10:30 Uhr im TIG mit Cattu, dem Traumfänger

Abschlusskonzert mit der Lila Lindwurm Band, Singpause Meerbusch und Gast Tom Werens – 17. März, 15:00 Uhr im TIG

Karten gibt es im TIG – Theater im Gründungshaus unter Tel. 02161/1858280 oder per E-Mail an Info@TIG-MG.de



Cinderella

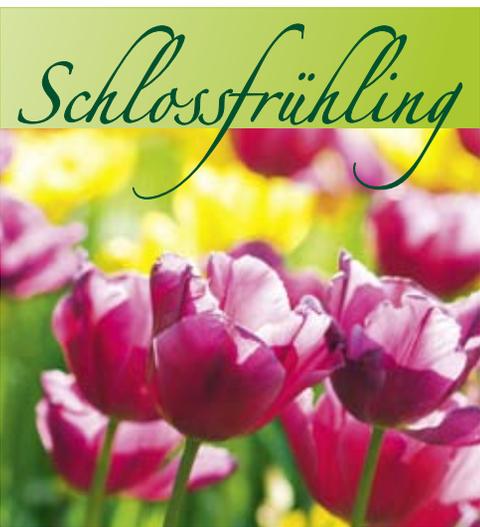
Das märchenhafte Pop-Musical für Kinder ab 3 Jahre wird am Sonntag, 3. März um 15:30 Uhr in der Kaiser-Friedrich-Halle aufgeführt. Die Schauspielerin Isabel Varell schlüpft in die Rolle der guten Fee Jolanda und hilft Cinderella gemeinsam mit ihren tierischen Freunden, des Prinzens Herz für sich zu gewinnen und gegen ihre böse Mutter und die missgünstigen Schwestern zu bestehen.

Gemeinsam mit Liebe, Witz und Tatkraft Widrigkeiten überwinden, sich gegenseitig Mut spenden und

an sich glauben, damit Wunder wahr werden – das ist die Botschaft, dieses wirklich märchenhaften Popmusicals, in dem eine der beliebtesten Märchengeschichten der Welt modern und erfrischend interpretiert wird: Mit mitreißend-rockigen Popsongs und verträumten Balladen, einem Fantasie beflügelnden Bühnenbild und farbenfrohen Kostümen.

Eintritt:

ab 17,85 €; ermäßigte Preise für Kinder bis 12 Jahre.



Schloss Dyck
Ostersonntag & Ostermontag
Pflanzen- & Ostermarkt
10-18 Uhr

SCHLOSS DYCK

Stiftung Schloss Dyck
Zentrum für Gartenkunst
und Landschaftskultur
www.stiftung-schloss-dyck.de

VITUS
CENTER

Sa. 23.3.2013
12 bis 16 Uhr

Bastelwerkstatt
für Kinder und alle,
die Spaß daran haben

Foto-Aktion
zum mitmachen

**Kommt der
Osterhase?**



Eine Aktion Ihrer Werbegemeinschaft Vitus Center GbR

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

HARTMUT LANGE

DAS HAUS IN DER DOROTHEENSTRASSE**Gediegen**

Fünf neue Novellen führen uns in den Südwesten von Berlin, immer am Teltow-Kanal entlang mit seinen wilden Krähen, verwunschenen Waldstücken und einsamen Villen. Allen Novellen gemeinsam ist die Anstrengung, das Leben auch in grenzwertigen, fast unwirklichen Situationen zu meistern. Die Protagonisten sind so unterschiedlich wie die Lebensbemeisterung

selbst und doch gelingt es dem Autor, dass alle fünf Novellen am Ende wie eine einzige großartige Novelle wirken, eingewebt in einen ebenso sensiblen wie spannenden und gediegenen Handlungsrahmen. Das ist die hohe Kunst am Wort, mit der uns Hartmut Lange seit Jahrzehnten überzeugt und bereichert.

Verlag Diogenes, 125 Seiten, 19,90 €Empfohlen von Buchhandlung Wackes, Hindenburgstr. 139
41061 MG, www.wackes-buch.de

HÉCTOR TOBAR

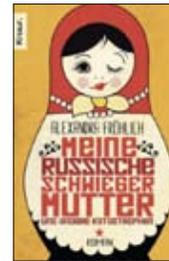
IN DEN HÄUSERN DER BARBAREN**Lehrreich**

Vor den Toren von Los Angeles lebt die wohlhabende Familie Thompson in ihrem luxuriösen Haus mit großem Garten, Pool und Doppelgarage den amerikanischen Traum. Doch nach einem schrecklichen Streit verlassen die Eheleute Maureen und Scott getrennt ihr Haus und lassen unwissend das junge unerfahrene mexikanische Hausmädchen Araceli allein mit den beiden Kindern

zurück. Vollkommen auf sich allein gestellt, sieht sich Araceli nach einigen Tagen gezwungen, Hilfe zu suchen und setzt damit eine Kette von dramatischen und tragischen Ereignissen in Gang. Sensibel erzählter, fesselnder und sozialkritischer amerikanischer Gesellschaftsroman mit glaubwürdigen, beeindruckenden Figuren.

Piper Verlag, 496 Seiten, 19,99 €Empfohlen von Buchhandlung Degenhardt, Friedrichstr. 14
41061 MG, www.buchhandlung-degenhardt.de

ALEXANDRA FRÖHLICH

MEINE RUSSISCHE SCHWIEGERMUTTER...**Ulkig**

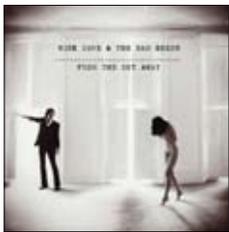
Die deutsche Anwältin Paula lebt nicht sehr glücklich. Sie hat sich gerade getrennt und auch ihre Kanzlei läuft nicht sehr gut. Aber da steht plötzlich ein russischer Paar vor ihr. Aber was die von ihr wollen, lässt sich nur mit Hilfe ihres Sohnes Artjom herausfinden. Und wie es nun mal so ist im Leben, verliebt Paula sich in Artjom und die beiden heiraten schließlich.

Aber worauf sie sich da eigentlich eingelassen hat, war ihr nicht bewusst. Versteht ihre Schwiegermutter nun deutsch oder nicht? Warum sind hier so viele Hunde? Was tut Artjom, wenn er mehrere Wochen auf „Bissness“-Reisen ist? Ein fröhliches Buch zum Trainieren der Lachmuskeln!

Knauer Verlag, 320 Seiten, 12,99 €

Empfohlen von Livia Hilgers

NICK CAVE

PUSH THE SKY AWAY**Intim****ROCK**

Es passiert nicht oft, dass Plattencover so schön daher kommen wie dieses Exemplar. Das 15. Studioalbum des Multibandleaders kommt etwas anders, ja, sogar ruhiger daher, als seine bisherigen Projekte. Und das ist auch gut

so. Dem Album hört man die Mitarbeit von Warren Ellis stark durch einen hypnotischen und geisterhaften Klang. Auch lyrisch wird wieder gewohnt hohe Qualität geboten, Nick Cave überzeugt erneut mit einer Mischung aus Slang, hochpoetischer Sprache und wohlplatzierten Kraftausdrücken. Es ist ohne Zweifel eines der ruhigeren, aber auch besseren Nick Cave & The Bad Seeds-Alben.

Bad Seeds Ltd./Rough Trade 9 Tracks, 15,99 €

JAKE BUGG

JAKE BUGG**Folkig****FOLK**

Jake Bugg ist gerade erst 18 Jahre alt, aber begeistert schon Größen wie Noel Gallagher, der ihn auch schon mit auf Tour genommen hat. Kein Wunder also, dass das Album des jungen Herrn sofort auf Platz 1 der britischen Charts

geschnellt ist. Erst vor sechs Jahren begann er Gitarre zu spielen, aber die Akkorde und das Picking sitzen ordentlich. Tatsächlich lassen sich Vergleiche zu Bob Dylan ziehen, nur eben mit typisch britischem Klang. Seine Musik ist nicht spektakulär, aber genau das macht sie so außergewöhnlich in einer Zeit, wo alles auf irgendeine Art anders und neu sein muss.

Mercury/UNIVERSAL 14 Tracks, 12,99 €

CULT OF LUNA

VERTIKAL**Kalt****POSTROCK**

Nach fünf Jahren der Stille kommen die Schweden zurück und beschenken uns mit einem Album, welches der Soundtrack zum Untergang der Welt sein könnte. Kalte metallische Riffs, kraftvolle Schreie und seltsam elektronische Klänge durchziehen die Klangwelt von „Vertikal“.

Die Stücke bauen sich teilweise sehr langsam auf und man muss sich wirklich in das Werk einhören, die Platte hört man nicht einfach nur nebenbei. Aber das macht sie nur umso besser und nur so kann sie bis zum letzten tiefen Abgrund begeistern. Cult of Luna sind definitiv eine Band, die man sich unbedingt einmal live anschauen sollte.

Atlantic/WEA 11 Tracks, 9,99 €

DVD

TAKEN 2**Spannend****ACTION**

Wer Taken bzw. 96 Hours gesehen hat, hätte vermutlich nicht gedacht, dass es noch eine Fortsetzung geben könnte. Aber auch hier hat man es geschafft, sich einen halbwegs schlüssigen Handlungsstrang auszudenken. Der ehemalige CIA-Agent Mills arbeitet nun als Leibwächter in Istanbul. Als Ex-Frau und Tochter ihn besuchen, schlagen die

Bösewichte aus Teil Eins zu, um sich zu rächen und nehmen das Ex-Ehepaar als Geiseln. Mills soll für den Tod der Albaner bezahlen, die er im Zuge der Rettung seiner Tochter aus dem Mädchenhandel getötet hatte. Nun ist es an der Tochter, die Rettung zu ermöglichen.

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

GAME

DEAD SPACE 3**Gruselig****ACTION**

Der dritte Teil des Survival Horror Games ist nicht unumstritten. Aber die Fortsetzung reiht sich problemlos in die Reihe ein. Isaac Clark geht wieder auf Weltraummission. Neu ist hierbei der Koop-Modus und das Eisplanetensetting. Aber die Bedenken sind unbegründet. Um sich gegen

die Massen von Necromorph-Aliens verteidigen zu können, hat Clark zwei Waffen im Arsenal, die aber frei konfigurierbar sind, was geradezu zu Experimenten einlädt. Übertrendende Technik und faszinierende Bilder. Insgesamt sehr zu empfehlen!

PS3/Xbox360/PC**MUSIK
DVDs
GAMES**Rezensiert von **Livia Hilgers****SATURN**

KINO HIGHLIGHTS



LADIES NIGHT

am 6.3.2013, 20 Uhr

Liebe und andere Turbulenzen

Paolo arbeitet als Busfahrer für Touristen in Paris. Doch anstatt die Stadt der Liebe zu loben, erzählt Paolo seinen Gästen immer, dass es sich bei Paris lediglich um eine Kopie von Rom handelt. Paolo liebt die Metropole seiner Heimat Italien. Er und seine deutsche Freundin Greta (Nora Tschirner) führen eine tolle Beziehung und Paolo plant Greta einen Antrag zu machen. Als er jedoch durch Zufall Cécile (Louise Monot) sieht, verliebt sich der Busfahrer auf der Stelle in sie. Im Überschlag der Gefühle nähert sich doch Paolo Cécile mehr, als ursprünglich gedacht: Er fährt sie mit seinem Bus an ...



FILM

ab 14.3.2013

Hitchcock

Der einflussreichste Filmemacher des vergangenen Jahrhunderts, Alfred Hitchcock (Anthony Hopkins), steckt mitten in den Vorbereitungen zu seinem späteren Meisterwerk „Psycho“ mit Janet Leigh (Scarlett Johansson), Vera Miles (Jessica Biel) und Anthony Perkins (James D'Arcy). Ihm zur Seite steht seine Ehefrau Alma Reville (Helen Mirren), die ihn bei aller Skepsis vollends unterstützt. Die Filmbranche versagt die Finanzierung. Der 60-jährige Filmemacher wird für zu alt und sein Projekt für nicht gut genug gehalten, so dass Hitchcock selbst für die Kosten der Produktion aufkommen möchte.



FILM

ab 7.3.2013

Nachtzug nach Lissabon

Raimund Gregorius ist ein alternder Schweizer Professor der alten Sprachen, sein Leben ist im Alltagstrott festgefahren. Nach einer Begegnung mit einer wunderschönen portugiesischen Frau kündigt er und geht nach Lissabon. Dort stolpert er über das Buch eines sehr interessanten portugiesischen Autors, der bereits gegen den portugiesischen Diktator Antonio de Oliveira Salazar kämpfte. Beeindruckt vom aufregenden Leben des Schriftstellers, geht Gregorius jedem Hinweis nach, um den Aufenthaltsort des Mannes ausfindig zu machen und erfährt dabei mehr über die wahre Bedeutung seines Lebens.



FILM

ab 14.3.2013

Song for Marion

Der 72-jährige Arthur ist ein mürrischer alter Mann. Seine Frau Marion ist der einzige Mensch, dem er vertraut, während er sich mit seinem erwachsenen Sohn unentwegt streitet. Marion ist Mitglied in einem christlichen Chor, der neben traditionellen Liedern hin und wieder auch mal Heavy-Metal-Nummern einstudiert. Die Chorleiterin möchte Arthur unbedingt im Chor haben und kann ihn trotz seines Sturkopfs überreden, mitzusingen. Entgegen seiner Erwartungen lässt die Musik neue und beinahe vergessene Lebensfreude in Arthur aufkommen und er erkennt, dass es nie zu spät für Veränderungen ist.

KLASSIK LIVE IN HD

BERLINER PHILHARMONIKER LIVE

FR, 8. MÄRZ 2013, 19:30 UHR

Andris Nelsons Symphonische Welten – Mozart, Wagner, Schostakowitsch

Wolfgang Amadeus Mozart: Symphonie Nr. 33 B-Dur

Richard Wagner: Ouvertüre zur Oper Tannhäuser und der Sängerkrieg auf Wartburg

Dmitri Schostakowitsch: Symphonie Nr. 6 h-Moll



KLASSIK LIVE IN HD

BOLSHOI BALLETT LIVE: DIE FRÜHLINGSWEIHE

SO, 31. MÄRZ 2013, 17:00 UHR

„Le sacre du printemps“ wurde 1913 von Igor Strawinsky und Vaslav Nijinsky ursprünglich für die Ballets Russes von Serge Diaghilew kreiert und wird hier zum hundertsten Jahrestag der Kreation des Werks in einer ganz neuen Choreografie von Wayne McGregor mit energiegeladenen und fließenden Bewegungen gezeigt.



COMET CINE CENTER



KINO CO. HAUS ZAAR

facebook

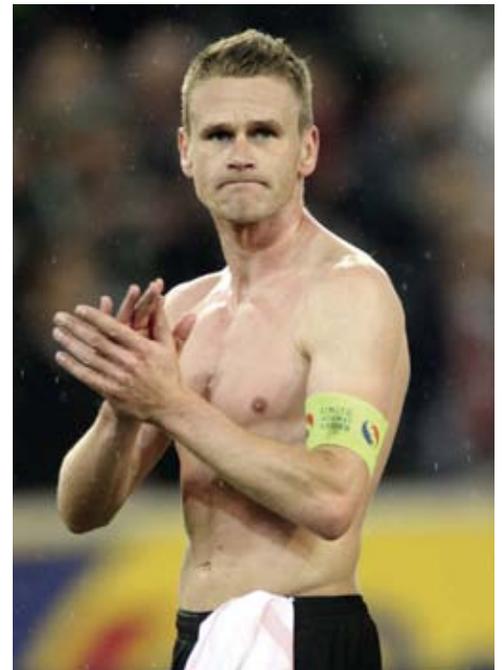
facebook.com/CometCineCenter

twitter

twitter.com/CometCineCenter



Die Weichen für die Zukunft sind gestellt, **wohin aber führt Trainer Lucien Favre seine Mannschaft noch in dieser Saison?**



Mannschaftskapitän Filip Daems hat seinen Stamplatz verloren, seinen Vertrag aber um ein weiteres Jahr bis Juni 2014 verlängert.



Kappa statt Knipser

Borussias stellt Weichen für die Zukunft und „nur“ neuen Ausrüster vor.

Text: Ingo Rütten

Der Hinweis, Borussia Mönchengladbach sei ein echter Traditionsverein mit fantastischen Fans, fehlt bei keiner Pressekonferenz anlässlich einer Vorstellung eines neuen Spielers oder Sponsors. Da machte die Präsentation des neuen Ausrüsters des VfL keine Ausnahme – auch wenn viele Borussenanhänger enttäuscht waren, dass das neue Outfit der einzige Neuzugang in diesem Winter war. Und auch der ist wie das mindestens so oft zitierte vorstehende Kompliment nur ein „Vorgriff auf die neue Saison“.

Und doch gab es einen entscheidenden Satz von Peter Schmidt, Geschäftsführer der Kappa Deutschland GmbH, der unterstrich, warum der neue Ausrüster die einzige Vorstellungs-Pressekonferenz der vergangenen Wochen bekam: „Borussia hat im sportlichen Bereich zurück zu alter Stärke gefunden.“ Kappa, wie der bis zum Saisonende noch amtierende Ausrüster Lotto mit italienischen Wurzeln, hatte zuletzt in der Bundesliga mit Werder Bremen und Borussia Dortmund zusammengearbeitet – mit Erfolg! Lotto dagegen verabschiedet sich nach zehn Jahren titellos vom VfL, trotzdem nannte VfL-Geschäftsführer Stephan Schippers die Partnerschaft „lang und gut“.

Der VfL scheint im Laufe dieser Saison alle Weichen für die Zukunft stellen zu wollen, beinahe gerät dabei das Sportliche – oder zumindest der kurzfristige Erfolg – in den Hintergrund. Sportdirektor Max Eberl predigt die Konsolidierung, Trainer Lucien Favre schickt sogar Igor de Camargo in den Kraichgau (zu 1899 Hoffenheim) und beraubt sich damit einer Alternative,

die Borussia in den letzten Jahren mit vielen wichtigen Toren nicht mehr und nicht weniger als das Überleben sicherte. Einen neuen – besseren – Knipser indes fand die Scoutingabteilung für den Trainer nicht.

Fußball bleibt ein Tagesgeschäft, Dank hält nicht lange vor! Vergangenes interessiert die Fangemeinde nur am Rande, so wurde beispielsweise auch die einstimmige Wiederwahl des Präsidiums gerade eben so zur

» Drei Gegentore rufen keine Jubelstürme hervor «

Kenntnis genommen – wer hätte das vor knapp zwei Jahren für möglich gehalten? Sportlich haben die Vertragsverlängerungen von Mannschaftskapitän Filip Daems und Talent Amin Younes Aussagekraft – ob die beiden noch in dieser Saison ihren Wert für den VfL beweisen können? Die nächsten Spiele in diesen Wochen werden zeigen, ob das Sportliche noch mal in den Vordergrund tritt oder aber die neue Saison ihren Schatten ausbreitet.

Ob Daems seinen Stamplatz auf der linken Abwehrseite Oscar Wendt im Frühjahr wieder abjagen kann, wird den Fans egal sein, solange Borussia weiter auf Kurs Europa League-Platz bleibt. Die Chance ist da, doch bedarf es dazu vor allem einer Leistungssteigerung im Defensivverhalten. Weder das 3:3 gegen Bayer Leverkusen noch das denkwürdige Spiel gegen Lazio Rom mit demselben Resultat rief an-

gesichts der drei Gegentore Jubelstürme hervor. Unentschieden – vor allem in Heimspielen – bringen im Kampf um die internationalen Plätze keinen Vorteil gegen die quantitativ enorme Konkurrenz.

Mit einem Sieg in Frankfurt könnte die Favre-Elf mehr als nur ein erfolgreiches Frühjahr einläuten, auch die drei anderen Gegner in diesem Monat haben das Zeug dazu, nach vorne zu marschieren, beziehungsweise dort zu bleiben. Die Tabelle ist eng, so dass selbst Freiburg, das eine sensationell gute Saison spielt, am Ende wieder in der Region zu finden sein kann, wo man es erwartet hatte. Ein Sieg des VfL Ende des Monats wäre nicht nur der zweite Auswärtssieg im März: Er wäre ein nächster Schritt, um in der kommenden Saison in den Genuss solcher Fußballfeste zu kommen, wie es die Borussenanhänger trotz des bitteren Endes gegen Lazio im Borussia-Park erlebt haben.

TERMINE IM MÄRZ

Fr. 1.3., 20:30 Uhr Bundesliga:
Eintracht Frankfurt – **Borussia**
Sa. 9.3., 18:30 Uhr, Bundesliga:
Borussia – Werder Bremen
So. 17.3., 17:30 Uhr, Bundesliga:
Borussia – Hannover 96
Sa. 30.3., 15:30 Uhr, Bundesliga:
SC Freiburg – **Borussia**

U21-Weltmeisterschaft im Hockeypark

Die GHTC-Herren freuen sich auf die Bundesliga-Rückrunde, die Hockeyfans auf die Juniorinnen-WM im Sommer.



Tom Spenrath (rechts) möchte mit dem GHTC den Verbleib in der Bundesliga sichern und dann im Sommer entspannt die Juniorinnen-Weltmeisterschaft in Mönchengladbach genießen.

In der Halle haben die Herren des Gladbacher HTC den Ligaverbleib in der 1. Hockey-Bundesliga geschafft. Am 23. März wollen sie im ersten Heimspiel der Rückrunde auf dem Feld den nächsten Schritt tun, um dieses Unterfangen zu wiederholen. Gegner ist dann der Düsseldorfer HC. Ein kurzer Blick auf die Tabelle reicht aus, um die Bedeutung der Partie zu erkennen: Düsseldorf liegt mit vier Punkten an vorletzter Stelle der Tabelle und hat halb so viele Punkte gesammelt wie der GHTC. Vor allem in Hinblick auf die beiden folgenden Spiele gegen die Spitzenteams von Uhlenhorst Mülheim und des Harvestehuder THC wäre ein erfolgreicher Start immens wichtig für den GHTC.

Denkt man an den Sommer, haben die Mönchengladbacher Hockeyfans bereits einen Höhepunkt vor Augen: Erstmals wird in Deutschland eine Weltmeisterschaft der Juniorinnen unter 21 Jahren ausgetragen. Vom 27. Juli bis zum 4. August stehen sich in unserer Stadt die 16 besten Hockey-Nachwuchsteams der Welt gegenüber. Es sind die siebten Titelkämpfe in der Geschichte dieser Weltmeisterschaft, Deutschland gewann je einmal Gold, Silber und Bronze und möchte die Heim-WM im Hockeypark nutzen, um wieder einen Platz auf dem Treppchen zu besteigen. „Wir freuen uns sehr auf diese Weltmeisterschaft im eigenen Land. In diesem traumhaften Stadion spielen zu dürfen, das wir von der Herren-WM 2006 und der Doppel-EM 2011 als Zuschauer kennen, ist fantastisch“, erklärt Nationaltrainer Marc Herbert.

Die GHTC-Herren werden sich die jungen Damen sicher auch ansehen, am liebsten als erstklassige Gastgeber; bis zum Ende der Rückrunde am 26. Mai hat der GHTC Zeit, zu punkten.

Text: Ingo Rütten

ACTIC[®]
FITNESS IM "VITUSBAD"

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



Normalpreis 39,90 € / Monat*

**Schüler-, Studenten- und
Senioren Tarif 34,90 € / Monat***

**Vertragslaufzeit 12 Monate*

vitusbad

**WER SICH IM MÄRZ 2013 ANMELDET,
ERHÄLT EIN ÜBERRASCHUNGS-GESCHENK!**

UNSER KONZEPT:

- Training bei ACTIC Fitness auf 1200 qm und Schwimmen im „Vitusbad“
- Cardio -und Krafttraining an hochwertigen Nautilus-Geräten
- Umfangreiches Kursangebot
- Professionelle Trainingsbetreuung
- Kostenloses Probetraining

Schwimmen zu den Öffnungszeiten des Bades möglich

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



Mittwoch,
20. März 2013

Vortragsreihe 2013

Wenn der Zucker an die Nieren geht.

Priv.-Doz. Dr. med.
Ulf Janssen,
Chefarzt Klinik für
Nephrologie und Diabetologie

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



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

GESUNDHEIT AKTUELL



Golf-Physio-Trainer®
PRAXIS AM SCHLOSS WICKRATH



GESCHENKGUTSCHEINE

Alexander Quack
Gaby Zerres
Dorothee Tobeck

Praxis für
Krankengymnastik,
Massage, Ergotherapie
und Logopädie

Wickrathberger Straße 14
41189 Mönchengladbach
Telefon (0 21 66) 14 45 04
Telefax (0 21 66) 14 45 13

2009 MARKTIMPULS.DE



So werden die Pollen gefangen: In der Burkard-Sporenfalle wird durch einen Schlitz ein konstanter Luftstrom angesaugt. Die Saugleistung entspricht dem Atemzug eines Menschen. Die Luft prallt auf einen Folienstreifen, der mit Vaseline bestrichen ist, die Pollen bleiben haften.

Startschuss für die Pollensaison

Wenn auf dem Dach des St. Franziskus-Krankenhauses in Mönchengladbach Pollen in die Falle gehen, ist das der Startschuss für alle anderen Mess-Stationen in Nordrhein-Westfalen.

Text: Sabrina Kimapci

„Hasel und Erle fliegen schon!“, berichtet Martina Charné, die seit über 20 Jahren täglich Pollen zählt und sich die Freude an ihrer Aufgabe sichtlich bewahrt hat. Sie verweist auf eine Tabelle, in der aufgelistet ist, wie viel Blütenstaub von welcher Sorte an diesem Tag gefunden wurde. Die Auswertung der Pollenfunde ist nicht die Hauptaufgabe der Laborleiterin, die sich in der Allergologie der Klinik für Pneumologie um medizinische Analysen kümmert, aber die tägliche Abwechslung und den Ausflug in 15 Meter Höhe möchte sie nicht missen. „Meine Kollegin

und ich wurden oft gefragt, wo wir denn hinwollen, wenn wir auf dem Weg nach oben zur Pollenfalle waren. Wir haben dann gescherzt, dass wir aufs Dach gehen, weil da unsere Sonnenliegen stehen. Der Ausblick vom Kamillus-Krankenhaus auf den Wald war ja auch toll.“

Heute ist der Ausblick, der sich Martina Charné bei der täglichen Pollenarbeit bietet, nicht mehr ganz so waldreich, denn die Burkard-Falle, mit der die Pollen gesammelt werden, ist mit der Klinik für Pneumologie umgezogen und steht jetzt auf dem Dach des Krankenhauses St. Franziskus. Die Arbeit hat sich jedoch nicht verändert. Bei Wind und Wetter löst Martina Charné morgens die Spule aus der Burkard-Falle und nimmt die Pollen auf dem Folienstreifen mit ins Labor. „Bei Schnee habe ich mir schon einmal mit einem kleinen Besen den Weg zur Pollenfalle freifegen müssen und mit einem Föhn die Spule gelöst, weil sie vereist war“, berichtet sie und lacht.



Auch in Mönchengladbach werden immer mehr Ambrosia-Pollen gefangen. Sie sind allergieauslösend. Die Pflanze kommt ursprünglich aus Nordamerika und breitet sich in weiten Teilen Europas aus.

Im Labor wird der Klebestreifen eingefärbt und unter Mikroskop gelegt, dann wird gezählt – manchmal Tausende Pollen von einer Sorte. Im Winter sind es naturgemäß weniger oder gar keine. Durch ein bestimmtes System kann sogar ermittelt werden, zu welcher Uhrzeit welche Pollen gefangen wurden. Die Ergebnisse der täglichen Pollenzählung werden an die Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst

und an das Deutsche Wetteramt übermittelt. Die Pollenflugvorhersage, die man über die Medien mitgeteilt bekommt, ist also teilweise von den Daten abhängig, die Martina Charné mit ihrer Kollegin ermittelt. Der Mess-Stelle in Mönchengladbach kommt hierbei sogar eine Sonderstellung zu. Als Referenz-Mess-Stelle werden hier das ganze Jahr über Pollen gefangen. Sobald Martina Charné nach dem Winter den ersten Blütenstaub auf dem Klebestreifen entdeckt, fällt der Startschuss für alle anderen Mess-Stellen in Nordrhein-Westfalen, die während der kalten Jahreszeit pausieren.

Vor 20 Jahren hätte sich die Laborleiterin noch nicht träumen lassen, dass sie irgendwann einmal Pollen an der Form erkennt, Pollen-Fortbildungen in der Charité in Berlin besucht und von der Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst auf ihre Fachkunde überprüft wird. Nachdem die Klinik für Pneumologie aber die ehrenamtliche Aufgabe der Pollenmessung übernommen hat, ist sie heute absolute Expertin und hat sogar Lieblingspollen: „Ich mag den kleinen Sauerampfer, weil diese Pollen eine besonders schöne Form haben.“



Laborleiterin Martina Charné färbt den Klebestreifen ein und zählt die gefangenen Pollen.

INFO

Nach Angaben der Mess-Stelle im Krankenhaus St. Franziskus und auch der Europäischen Stiftung für Allergieforschung (ECARF) in Berlin fliegen seit einigen Tagen bereits Hasel- und Erlenpollen. Betroffene reagierten trotz der geringen Menge heftig darauf. Das hänge damit zusammen, dass sie über mehrere Monate keinen Kontakt mehr mit den Allergenen hatten und sie daher nicht mehr gewohnt seien, erläutert ECARF-Experte Prof. Karl-Christian Bergmann. Außerdem könne die Nase durch vorausgegangene Infekte wie Grippe oder Erkältung empfindlicher sein als sonst. Derzeit reichen dem Leiter der Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst (PID) zufolge schon ein bis fünf Haselpollen pro Kubikmeter Luft, um erwachsenen Pollenallergikern zu schaffen zu machen. Später in der Saison würden erst fünf bis zehn Pollen pro Kubikmeter zu Symptomen führen. Bergmann rechnet für dieses Jahr mit einer größeren Allergenmenge als im vorigen Jahr. Anzeichen für eine Allergie können Niesen, Nasenjucken, tiefende Nase oder tränende Augen sein. Betroffene lassen das am besten vom Facharzt abklären. Wer mehr über das Verhältnis seiner Beschwerden zum Pollenflug in Deutschland wissen möchte, kann das kostenlose Pollentagebuch nutzen, das die PID im Internet zur Verfügung stellt: www.pollenstiftung.de

Abnehmen 2013

Bewegung, Ernährung & Motivation als Jahresprojekt

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

Hörminis in aller Ohren

So klein und leistungsstark

ÜBERZEIGEN SIE SICH SELBST!

Tragen Sie die „Hörmini“ kostenlos und unverbindlich Probe!

Die kleinsten Mini-Hörsysteme sind fast nur unter der Lupe sichtbar, man wird keinen Höreräteträger mehr erkennen. Trotzdem passt viel Technik in so ein System und macht es damit zu einem idealen Begleiter in allen Situationen.

Aktion verlängert bis 31.3.2013

Aufgrund Ihrer großen Nachfrage verlängern wir hiermit die „Hörmini“-Testwochen

Erleben Sie die Design-Hörgeräte in faszinierend kleiner Baugröße und innovativer Technologie. Coupon einfach beim nächsten Besuch mitbringen! Aktionszeitraum 1.3. bis 31.3.2013



Abb. ähnlich

Hörcentrum

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 61.294 07 87 · Mo. bis. Fr. 9-13 Uhr und 14-18 Uhr
infohoerzentrum-mg.de · www.hoerzentrum-mg.de

Implantate – verlässliche und schonende Lösungen bei Zahnverlust

Zähne können in jedem Alter verlorengehen. Es gibt viele Ursachen für Zahnverlust. Ob ein, mehrere oder alle Zähne fehlen: Die Implantologie ist die fortschrittlichste und ästhetisch anspruchsvollste Methode, um Lücken zu schließen und eine gesunde Kaufunktion wieder herzustellen.

Die Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Lange & Weyel in Mönchengladbach ist spezialisiert auf Eingriffe im Bereich der dentalen Implantologie. Dr. Dr. Lange und Herr Weyel sind zertifizierte Implantologen. „Die jahrelange Erfahrung mit unseren Patienten zeigt, Implantate können das Leben positiv verändern und sorgen für eine bessere Lebensqualität“, so Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel. Die beiden Behandler arbeiten seit über 20 Jahren in der Implantologie und stehen für Behandlungskonzepte, die Funktionalität mit hoher Ästhetik verbinden. Ihre Erfahrungen in der Implantologie werden in den dentalen Fachmedien publiziert.

Die häufigsten Fragen zur Implantologie:

Was ist ein Implantat?

Implantate sind künstliche Zahnwurzeln aus hochreinem Titan, das wie körpereigenes Gewebe angenommen wird. Eine neue Entwicklung in diesem Bereich sind innovative vollkeramische Implantate aus Zirkonoxid für Patienten mit verstärkter Immunreaktion. Zu Titanimplantaten liegen seit über 40 Jahren fundierte weltweite Erkenntnisse und Erfahrungen vor. Implantate haben in den meisten Fällen die Form einer Schraube. Die Länge und der Durchmesser eines Implantates variieren je nach geplantem Einsatz und der klinischen Situation eines Patienten.

Spürt man die Implantate?

Implantatgetragene Zähne vermitteln das Gefühl eigener Zähne. Sie fühlen sich an wie natürliche, sitzen fest und fügen sich harmonisch in die individuelle Zahnumgebung ein. Auch Prothesen lassen sich sicher verankern. Implantate werden nach dem Vorbild der Natur als künstliche Wurzel zur Befestigung neuer Zähne genutzt. Mit implantatgetragenen Zähnen können Patienten wieder kräftig zubeißen, herzhaft lachen und unbeschwert sprechen.

Wie wird eine Implantatbehandlung geplant?

Neueste diagnostische Verfahren sind die Grundlage, um die Planung und Behandlung eines implantologischen Eingriffs so präzise wie möglich zu gestalten. Implantatlösungen können auf Basis digitaler Volumentomographie geplant werden. Diese liefert eine dreidimensionale

Darstellung der knöchernen Kieferstrukturen. Vor dem Eingriff erhalten Überweiser und Chirurg detaillierte Informationen zum Knochenangebot, zur Knochenqualität und zu den anatomischen Nachbarstrukturen. Der Nervenverlauf und Kieferhöhlenboden lassen sich exakt darstellen. Die dreidimensional festgelegte Implantatposition unterstützt das Behandler-team bei Planung und Realisierung des angestrebten, ästhetisch anspruchsvollen Ergebnisses. Vorteil der digitalen Volumentomographie ist die deutlich geringere Strahlenbelastung gegenüber der bekannten Computertomographie sowie eine sichere Planung der Implantatposition.

Wie werden Implantate gesetzt?

Implantate werden oft von einem erfahrenen Chirurgen ambulant, unter lokaler Betäubung oder Sedierung (Dämmerschlaf) in den Ober- oder Unterkiefer gesetzt. Auf Wunsch kann der Eingriff auch unter Vollnarkose erfolgen. Während der Einheilzeit wächst das Knochengewebe fest mit dem Implantat. In der Praxis des überweisenden Zahnarztes werden anschließend auf dieser stabilen Basis die Kronen, Brücken oder Prothesen befestigt.

Für wen eignen sich Implantate?

Im Prinzip können Zahnimplantate fast in jedem Alter eingesetzt werden. Ausnahmen sind Kinder und Jugendliche in der Wachstumsphase. Für eine Implantatbehandlung muss das Wachstum abgeschlossen sein. Grundlegende Voraussetzungen für die Implantation sind neben normaler Wundheilungskapazität und allgemeiner Gesundheit ein ausreichendes Knochenangebot.

Kann auch nach Knochenabbau implantiert werden?

Volumen und Qualität des Knochens spielen eine entscheidende Rolle für die Einheilung des Implantates und den langfristigen Erfolg der Implantologie. Sollte die Qualität und das Knochenvolumen nicht genügen, wird bei größeren Defekten neues Volumen mit Eigenknochen aufgebaut. Kleinere Defizite können mit Knochenersatzmaterialien ausgeglichen werden. Alternativen zu klassischen Knochenaufbaumaßnahmen sind Bone-Spreading (Knochen aufspreizen) und Bone-Splitting (Knochen teilen). Bei diesen Techniken wird ein zu schmaler Kieferkamm (Alveolarfortsatz) exakt verbreitert, um ein besseres Implantatlager zu schaffen.



Implantatlösung **Einzelzahn**.



Versorgte **Freiendücke**.



Implantat als **künstliche Wurzel**.



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

Beweglich bleiben bis ins hohe Alter

Teil 1: Spätestens ab Vierzig beginnt der Körper „einzurosten“. So mancher hat Schwierigkeiten, sich die Strümpfe anzuziehen oder die Schuhe zuzuschnüren. Auch der untere Rücken und die Schulter- und Nackenpartie machen Probleme im Alltag. Nur ein beweglicher und geschmeidiger Körper kann sich schmerzfrei im Alltag bewegen und sich bei Sportarten wie Laufen, Radfahren, Schwimmen, Tennisspielen, Golfen etc. optimal entfalten, so dass der Sport Spaß macht und die gewünschten Resultate mit sich bringt.

Der am meisten vernachlässigte Bereich in gängigen Fitness- und Übungsprogrammen ist das Training zur Verbesserung und zum Erhalt der Beweglichkeit. Bevor ein intensives körperliches Training begonnen wird, sollte überprüft werden, ob der Körper für die geplante Art der Belastung bereit ist. Auch wenn man vorsichtig beginnt, kann es zu Überlastungen und Verletzungen kommen, vor allem, wenn funktionelle Defizite bei grundlegenden Bewegungsmustern vorliegen.

Deshalb sollte von einem erfahrenen Fachmann funktionelle Bewegungsdefizite ermittelt werden, um diese sinnvoll zu beheben. Diese können z. B. durch Unbeweglichkeiten, Instabilitäten oder verzögerter bis schwacher Muskelaktivierung hervorgerufen werden. Wenn dann noch eine Asymmetrie hinzukommt, d. h. unterschiedliche Bewegungsfähigkeiten im Seitenvergleich (Arme, Beine), dann muss der Körper zwangsläufig an anderer Stelle überbeansprucht werden, um dieses Ungleichgewicht zu kompensieren.

Dadurch kann es zu Überlastungen und Verletzungen kommen. Bei Asymmetrien oder deutlichen Einschränkungen bei der Bewegungsfähigkeit ist von einem intensiven Training zunächst abzuraten, vor allem, wenn das Training kraftbetont ist oder viele wiederkehrende Wiederholungen durchgeführt werden (z. B. bei Laufbewegungen, Marathon etc.).

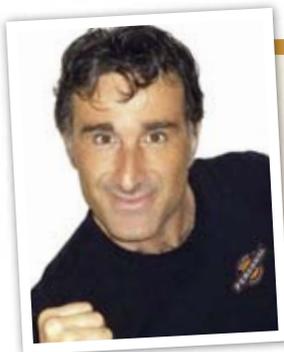
Im nächsten Beitrag werde ich speziell auf die Schulterbeweglichkeit eingehen. Auf Wunsch sende ich Ihnen einige Beispiele zu **Mobilisation von Hüftgelenken, Verbesserung der Schulterbeweglichkeit, Wirbelsäulengeschmeidigkeit.**

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

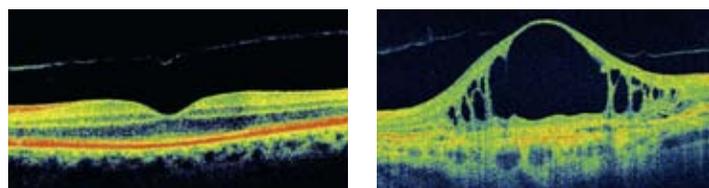


INFO

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 31. März 2013.



OCT-Aufnahmen bei einem gesunden Auge (l.) und einem Makulaödem (r.)

Bessere Diagnostik und Therapie für Patienten mit **Makulaödem**

Das Makulaödem ist eine Schwellung durch Einlagerung von Flüssigkeit an der Stelle des schärfsten Sehens in der Netzhaut, das zu einer erheblichen Herabsetzung der Sehschärfe führt. Diese schreitet unbehandelt fast immer fort. Der betroffene Patient sieht verzerrt an der Stelle, die er genau ansehen will oder sogar nur einen dunklen Fleck, so dass das Lesen unmöglich wird. Das Makulaödem tritt häufig in Zusammenhang mit der altersbedingten Makuladegeneration (AMD), aber auch als Folge eines Netzhautvenenverschlusses oder auch eines Diabetes auf.

Bereits im vergangenen Jahr haben wir den Lesern des Hindenburger von den Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten des feuchten Makulaödems bei AMD und die Kostenübernahme durch die gesetzlichen Krankenkassen berichtet. Allerdings musste vor jeder Serie der Medikamenteneingabe in den Glaskörper eine sog. Fluoreszenz-Angiographie erfolgen. Makulaödeme im Rahmen des Diabetes und nach Zentralvenenverschlüssen der Netzhaut konnten nur nach einem individuellen Antragsverfahren – natürlich mit Zeitverlust – behandelt werden. Jetzt hat sich die Zusammenarbeit mit den Krankenkassen wieder einmal zugunsten der Patienten bewährt: Vor Kurzem haben die meisten gesetzlichen Krankenkassen (mit Ausnahme der BKKen) vertraglich zugesagt, die Kosten für die Verlaufskontrolle des Makulaödems mithilfe der OCTs (oculäre Kohärenz-Tomographie) ohne Antrag auf Kostenübernahme zu decken. Auf diese Weise bleibt den Patienten die belastendere Angiographie erspart, für die eine Injektion von Farbstoffen notwendig ist, um die Gefäße der Netzhaut darzustellen.

Wir freuen uns, den Patienten, die unter den Folgen der AMD, des Diabetes und Netzhautvenenverschlüssen leiden, diese Kontrollen und Behandlungsmöglichkeit durch Eingabe von Medikamenten in den Glaskörper anbieten zu können. Die weniger belastenden Verlaufskontrollen mit dem OCT müssen monatlich erfolgen und können auch von dafür zugelassenen, nicht operierenden Augenärzten durchgeführt werden. Durch diese neuen Verträge bleiben vielen Patienten Kosten und belastende Untersuchungen erspart. Die erfahrenen Ärzte der Augenklinik Bethesda beraten Sie gerne!

INFO



Augenklinik Bethesda

Im MVZ / ADTC Mönchengladbach-Erkelenz
Ludwig-Weber-Str. 15 · 41061 Mönchengladbach
Tel. 02161/85200 · www.augenklinik-bethesda.de



VERY BRITISH THINGS

CREAM TEAS, SCONES, CLOTTED CREAM, ORANGE MARMALADES, CURDS, TEAS, CHOCOLATES, BISCUITS, PIES, BACON, SAUSAGES, COOL SOUVENIERS AND MUCH MORE



EASTER-SPECIAL

3 FOR 2

3 MAL 120 G FUDGE NEHMEN, NUR 2 MAL BEZAHLEN

10%

AUF IHREN RESTLICHEN EINKAUF

ANGEBOT NUR GÜLTIG BIS 31.3.2013 MIT DIESEM COUPON



THE FUDGE SHOP · Dahlener Str. 120-122
41239 MG · Tel. 021 66 - 1 46 55 07
british-fudge.com · Parkplatz vorhanden!
Open: Mo-Fr 9-19 h · Sa 10-16 h

2012 MARKTIMPULS.DE

BISSMARC GEHT AUS

Kommt! Lasst uns tanzen gehen! Vor einiger Zeit noch eine mehr als gewagte Aussage in Mönchengladbach. Zumindest wenn man die 21 altersmäßig hinter sich gelassen hatte oder seine Sicherheitsbedenken zusammen mit dem gesunden Menschenverstand an der Garderobe abgeben konnte. Heute eine gute Idee, die erst mal die Frage nach dem Wohin aufwirft.

Im zweiten Teil der BissMarc-Wintertour geht es darum, das Tanzbein zu schwingen. Also los! Gehen wir! Wenn Ihr mir schon im ersten Teil (dem mit dem Vorglücken aus dem Februar-Heft) gefolgt seid, habt Ihr die richtige Stimmung für einen tollen Abend. Es müsste jetzt so ungefähr Mitternacht sein, die beste Zeit für den perfekten Start ins ...



GOLDWASSER

auf der Waldhausener Straße. Direkt gegenüber des „Dicken Turms“ gelegen, ist mein allerliebster Starter-Club schon rein äußerlich ein Goldstück. Der Eindruck setzt sich definitiv fort, wenn man am Türteam vorbeigekommen ist und den Club betritt. Der ist übrigens eigentlich ein sehr geiles Restaurant mit ebenso toller Küche, wird aber gegen 23:00 Uhr an den Wochenenden einfach mal in einen Club umgeräumt. Wer übrigens schon vor 23:00 Uhr im Goldwasser ist, z. B. zum Warm-up oder zum Essen, bekommt automatisch eine Verzehrkarte, spart aber den Eintrittspreis von 3,50 €. Da wir in Mönchengladbach fürs Vorglücken immer ein wenig länger brauchen, dauert es etwas, bis sich das Goldwasser angenehm gefüllt hat, aber so zwischen 24:00 und 1:00 Uhr sollte der notwendige Besucherpegel erreicht sein. Zu essen gibt's jetzt leider nix mehr, aber dafür sehr leckere Cocktails. Meine weiblichen Bekannten stehen auf den Goldfisch in der Minibowle, ich da eher auf den Standard Caipirinha oder den Long Island Ice Tea. Aber widmen wir uns mal dem Publikum, denn das ist wirklich gut gemischt. Man kann sich hier nicht wie üblich in Clubs festlegen, welche Gästeschar an welchem Abend kommt. An einigen Abenden ist das Publikum eher jünger (zwischen 25 und 35), an anderen wiederum älter (sorry!), also eher ab 35 aufwärts. Vom Typus her definitiv Mainstream, die Mä-

dels gestyled und modebewusst, die Jungs auch (OK, das eine oder andere zu offene Camp-David-Polo-shirt ist dabei) – kurz gesagt, Mann und Frau achten auf ihr Erscheinungsbild. Dafür, dass die Stimmung exzellent bleibt, sorgen unter anderem die wechselnden DJs (Buddah, Rix, M-Rotation und J-Tag). Irgendwann wird es dann aber für uns Zeit, zu gehen und einen ersten Locationwechsel anzustreben.



Für Singles und Suchende: Das Verhältnis Männer zu Frauen ist meistens perfekt. Neben dem Feiern ist das Flirten hier wohl Hauptbestandteil des Abends, aber bitte mit Stil.

Waldhausener Str. 21, 41061 MG

www.goldwasser-mg.de, Club Fr.+Sa. ab 23:00 Uhr

Es ist jetzt irgendwo gegen 2:30 Uhr und wir wandern weiter die Waldhausener Straße hinunter ... Meine Ohren brauchen nach dem ganzen Mainstream jetzt unbedingt mal andere Töne, härtere Töne, ältere Töne und da gibt es eigentlich nur einen passenden Ort ... wir gehen zu Klaus!

Nein, wir gehen jetzt keinen Kumpel oder Verwandten besuchen, obwohl es ist schon irgendwie familiär im ...



ABACAB

Es sieht von außen schon anders aus, eher wie eine dunkle Kneipe oder finstere Kaschemme. Wer's nicht kennt, denk vielleicht Übles. Vergesst es. Es wird geil hinter der dunklen Tür im dunklen Ort. Man kennt die meisten Gesichter dort schon immer oder von den letzten durchzechten Nächten an der Theke und

wenn man sie nicht kennt, erkennt man sie meistens eh nicht – ist zu dunkel da. Außerdem ist man viel zu sehr damit beschäftigt, das Heineken in der Flasche zu behalten, während man auf der Ganzraumtanzfläche zu den Independent- und Rockhits seiner Jugend abgeht wie Zäpfchen. Viel investiert hat Klaus in seinen Laden definitiv nicht. N'bisschen versifft ist hier irgendwie ein andres Wort für Stil, aber das ist egal – das ist das Abacab und wir lieben es so wie es ist. Das Thekenteam ist visuell krass unterwegs, aber extrem nett und schnell. Verdurstet muss im Abacab niemand – obwohl ihnen vor Kurzem doch tatsächlich der Red7-Vorrat ausgegangen ist. Unfassbar!

Für die musikalische Begleitung der Party-Zeitreisenden sorgen hier El Cheffe Klaus höchstselbst, DJ Neo und meistens samstags DJ Markus. Zu vorgerückter Stunde – also so ab 1:00 Uhr trifft sich hier eine gut gemischte Gästeschar, die auf Independent, Rock, Grunge und Musik aus den 80er/90er-Jahren steht. Der Rest ist egal, man feiert hier eh nur sich und seine Freunde und achtet nicht wirklich darauf, zu welcher Randgruppe dieses oder jenes Gästee Exemplar denn nun gehört. Alles total entspannt. Kein Posen, kein cooles Rumstehen und gut aussehen müssen – achtet eh keiner drauf. Kein Fokus aufs Flirten und Baggern – das kommt da irgendwie von selbst. Plötzlich tanzt irgendwer einfach mit und wenn's passt, dann passt's und wenn nicht, dann nicht. Gegen 5:00 Uhr macht die Bude dicht. Das sind dann auch viele der Gäste und uns zieht es weiter in ...



Für Singles und Suchende: Das Verhältnis Männer zu Frauen ist hier total egal. Man hat hier anderes im Sinn und wenn sich was ergibt, dann ist das halt so.

Waldhausener Str. 41, 41061 MG, www.abacab-mg.de, Fr. und Sa. ab 21 Uhr

DIE NACHT

Es geht wieder bergauf, die Waldhausener Straße hoch. Kurz bevor wir das Goldwasser erreichen, biegen wir rechts ab in Mönchengladbachs wohl szenigsten Club – die Nacht. Leicht zu verfehlen, denn es gibt kein Schild, aber man findet sie trotzdem. Der Eingang ist schon ein Vorgeschmack auf das, was uns oben im eigentlichen Club erwartet. Es ist klein, es ist eng, es ist voll, es ist heiß. Man schwitzt. Gewollt zu den harten elektronischen Beats oder ungewollt, weil einfach alle schwitzen. Die Menschen der Nacht sind schön, stylish, sexy und extrem gut drauf. Kein Wunder bei der Musik. Ich nenne es mal House – irgendwann hab ich versäumt, mich bezüglich der ganzen Unterarten der House-Musik weiterzubilden. Meine Füße tun das für mich und in der Nacht tun sie das die ganze Zeit. Stillstand ist da unmöglich. Irgendwann ist der ganze Raum nur noch eine wogende, tanzende Masse heißer, meist sexy Körper ... oh das klingt ein wenig seltsam ... ist aber Tatsache und sagt doch eigentlich schon alles. Außer – es ist laut. Extrem laut. Ohrenärzte würden vor der Nacht warnen – gesundheitsgefährdend. Wer's nicht so laut mag, nimmt Ohropax mit. Aber House muss laut sein. Für die richtigen Pegel der Beats sorgt dabei ein illustres und wechselndes Line-up, das neben unserem allseits und zu recht beliebten DJ Marwin als Resident auch oft nationale und internationale Größen des DJ House-Handwerks begrüßt. Babak und sein Team haben den Laden voll im Griff, der bei der Hitze so wichtige Getränke nachschub läuft gut und trotz der, man könnte fast sagen enthemmten, Stimmung gibt es so gut wie nie Ärger und wenn doch mal, wird das Problem diskret und schnell gelöst. Irgendwann hat aber auch für uns die Nacht ein Ende, aber nicht für alle. Hier geht's weiter und wenn nicht, dann zieht die Housegemeinde einfach weiter. Man ist eben einfach gut drauf :-)



Es geht wieder bergauf, die Waldhausener Straße hoch. Kurz bevor wir das Goldwasser erreichen, biegen wir rechts ab in Mönchengladbachs wohl szenigsten Club – die Nacht. Leicht zu verfehlen, denn es gibt kein Schild, aber man findet sie trotzdem. Der Eingang ist schon ein Vorgeschmack auf das, was uns oben im eigentlichen Club erwartet. Es ist klein, es ist eng, es ist voll, es ist heiß. Man schwitzt. Gewollt zu den harten elektronischen Beats oder ungewollt, weil einfach alle schwitzen. Die Menschen der Nacht sind schön, stylish, sexy und extrem gut drauf. Kein Wunder bei der Musik. Ich nenne es mal House – irgendwann hab ich versäumt, mich bezüglich der ganzen Unterarten der House-Musik weiterzubilden. Meine Füße tun das für mich und in der Nacht tun sie das die ganze Zeit. Stillstand ist da unmöglich. Irgendwann ist der ganze Raum nur noch eine wogende, tanzende Masse heißer, meist sexy Körper ... oh das klingt ein wenig seltsam ... ist aber Tatsache und sagt doch eigentlich schon alles. Außer – es ist laut. Extrem laut. Ohrenärzte würden vor der Nacht warnen – gesundheitsgefährdend. Wer's nicht so laut mag, nimmt Ohropax mit. Aber House muss laut sein. Für die richtigen Pegel der Beats sorgt dabei ein illustres und wechselndes Line-up, das neben unserem allseits und zu recht beliebten DJ Marwin als Resident auch oft nationale und internationale Größen des DJ House-Handwerks begrüßt. Babak und sein Team haben den Laden voll im Griff, der bei der Hitze so wichtige Getränke nachschub läuft gut und trotz der, man könnte fast sagen enthemmten, Stimmung gibt es so gut wie nie Ärger und wenn doch mal, wird das Problem diskret und schnell gelöst. Irgendwann hat aber auch für uns die Nacht ein Ende, aber nicht für alle. Hier geht's weiter und wenn nicht, dann zieht die Housegemeinde einfach weiter. Man ist eben einfach gut drauf :-)



Für Singles und Suchende: Das Verhältnis Männer zu Frauen ist perfekt. Flirten und mehr ist hier definitiv Teil der Nacht-Gestaltung.

Waldhausener Str. 25, 41061 MG, www.nacht-mg.de

NEU!

JETZT AM KIOSK
NUR 4,50 €

GASTRO GUIDE

LINKER NIEDERRHEIN



Mönchengladbach

Krefeld

Viersen

Heinsberg

Neuss

Konzeption und Realisation

HINDENBURGER
DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT

mmarktimpuls
werbeagentur + verlag



HIGHLIGHTS IM MÄRZ

PIONIERE DER WELT IN MG

Jimmy Wales



Die Reihe „Pioniere der Welt in Mönchengladbach“ wird mit einem Besuch des US-amerikanischen Unternehmers Jimmy Wales fortgesetzt, der als Hauptgründer der Online-Enzyklopädie Wikipedia eine der größten Erfolgsgeschichten des Internets auf den Weg brachte.

Jimmy Donal Wales wurde 1966 in Huntsville/Alabama geboren. 1996 gründete Wales das kommerzielle Internet-unternehmen Bornis.com, das sich ohne Risikokapitalgeber zu einer wirtschaftlich erfolgreichen Plattform entwickelte. Nachdem sich die freie Software-Bewegung für Computerprogramme zunehmend durchsetzte, verfolgte Wales ab 1999 die Idee einer frei zugänglichen Internet-Enzyklopädie. 2000 gründete er gemeinsam mit Larry Sanger das Online-Informationsportal Nupedia, das von kostenfrei arbeitenden Redakteuren, Autoren und Lektoren unterstützt wurde. Die Online-Enzyklopädie Wikipedia entstand 2001. Nach einem

rasanten Wachstum enthält Wikipedia heute weit mehr als eine Million Artikel allein in deutscher Sprache. In der Kaiser-Friedrich-Halle wird Jimmy Wales über das Thema „Democracy and the Internet“ reden, der Vortrag wird simultan ins Deutsche übersetzt.

Mi. 6.3.2013, 20:00 // Kaiser-Friedrich-Halle

KLASSIK

4. Meisterkonzert



Das Gürzenich-Orchester Köln zählt zu den führenden Orchestern Deutschlands und blickt auf eine große Tradition zurück. Wenn sich aus einem solchen Spitzenorchester ein Kammerorchester bildet, darf man Gutes erwarten. Das Gürzenich-Kammerorchester Köln wurde in seiner jetzigen Form 1993 aus Mitgliedern des Kölner Traditionsorchesters gegründet. Ziel war, das Kammerorchesterrepertoire als Kammermusik – also überwiegend ohne Dirigenten – aufzuführen. Kern des Ensembles ist eine feste Streicherbesetzung von etwa 15 Musi-

kern. Leiter ist Torsten Janicke, Erster Konzertmeister des Gürzenich-Orchesters Köln. Nach seinem Studium bei Prof. Heinz Rudolf und Prof. Gustav Schmahel an der Dresdner Musikhochschule wurde er zunächst Erster Konzertmeister beim Rundfunk-Sinfonie-Orchester Leipzig und bei den Essener Philharmonikern. 1991 kam der mehrfache Preisträger internationaler Wettbewerbe in derselben Position zum Gürzenich-Orchester Köln. Beim Meisterkonzert in der Kaiser-Friedrich-Halle ist Torsten Janicke der Solist in Mendelssohns berühmtem d-Moll-Konzert, das von Mozarts Divertimento KV 138 und Tschaiwskys wundervollem „Souvenir de Florence“ umrahmt wird.

Do. 7.3.2013, 20:00 // Kaiser-Friedrich-Halle

THEATER

Verlorene Kinder



Sommer. Ferien. Koffer packen. Abschied. Start. Stunden später die Katastrophe ... Das Ballett „Verlorene Kinder“ erinnert an das tragische Flugzeugunglück bei Überlingen am Bodensee am 1. Juli 2002. Damals fanden bei der Kollision eines Passagierflugzeuges mit einer Frachtmaschine mehr als 70 Menschen, darunter 52 Kinder und Jugendliche aus der russischen Stadt Ufa, den Tod.

André Parfenov, selbst in Ufa aufgewachsen und seit 1998 Solopianist am Theater Krefeld und Mönchengladbach, komponierte eine emotionale farbige Musik, die auch russische Intonationen, Jazzrhythmen, Lied- und Tanzformen einbezieht. In Zusammenarbeit mit Robert North schuf er einen außergewöhnlichen Abend, der nicht Schmerz und Trauer in den Mittelpunkt der künstlerischen Annäherung stellt, sondern Erinnerungen an glückliche Tage mit lachenden Kindern bei Sport und Spiel, beim Lernen, Musizieren oder Malen – Erinnerungen an Zeiten voller Träume und Hoffnung.

Sa. 16.3.2013, 20:00 (Premiere) // Theater Mönchengladbach, Große Bühne
Weitere Termine: 20.3., 26.3., jeweils 20:00



KONZERTE

KLASSIK & CHOR

Abschlusskonzert Jugend musiziert
Fr. 1.3.2013, 19:00
Eintritt frei!
Stadtparksaale MG, Bismarckplatz

Gospelkonzert: Kathy Kelly
Fr. 1.3.2013, 20:00
Gemeinschaftskonzert mit dem Gospelchor Listen!
Kath. Pfarrkirche St. Marien

Welches Instrument ist das?
Sa. 2.3.2013, 14:00
Konzert und Schnuppertag für alle Kinder zwischen 5 und 7 Jahre, die ein Instrument erlernen wollen und deren Eltern. Eintritt frei!
Musikschule, Carl-Orff-Saal

klangvoll | Rheydt macht Musik
Sa. 2.3.2013, 15:00
Jugendblasorchester Günhoven.
Eintritt frei!
Stadtteilbibliothek Rheydt

Junges Podium
Di. 5.3.2013, 19:00
Förderklassenschüler musizieren.
Eintritt frei!
Musikschule, Carl-Orff-Saal

vino e musica ... mit Tangoyim
Do. 7.3.2013, 19:00
Stefanie Hölzle (Geige, Klarinette, Bratsche, Gesang) und Daniel Marsch (Akkordeon, Gesang) spielen Klezmer, jiddische Lieder und Musik vom Balkan.
Kult + Genuss

4. Meisterkonzert
Do. 7.3.2013, 20:00
Das Gürzenich-Kammerorchester Köln spielt Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Felix Mendelssohn Bartholdy und Peter I. Tschaiwsky.
Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe „Highlights“

4. Schlosskonzert
Fr. 8.3.2013, 20:00
Das Vitus-Quartett spielt Werke von Ludwig van Beethoven und Franz Schubert.
Schloss Rheydt, Rittersaal
» siehe Seite 41 oben

Une Soirée Francaise
Di. 12.3.2013, 20:00
Quatuor Danel, Ann-Katrin Naidu und Oliver Triendl spielen Werke von Ernest Chausson, Gabriel Fauré, Maurice Ravel, Claude Debussy und César Franck.
Zeughaus Neuss

Strichstärke
Do. 14.3.2013, 19:00
Vernissage in Kooperation mit der Ev. Stiftung Hephata.
Cityhaus, Raum 109

Streicherglanz und Kontrapunkt
So. 17.3.2013, 11:00
Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt unter Leitung von Rainer Schmidt Werke von Joseph Haydn und Felix Mendelssohn Bartholdy.
Zeughaus Neuss

Junges Podium
Di. 19.3.2013, 19:00
Förderklassenschüler musizieren.
Eintritt frei!
Musikschule, Carl-Orff-Saal

Ensemble Artefakt
Fr. 22.3.2013, 20:00
Werke von P. Vasks und J. Brahms für Klavierquartett.
Musikschule, Carl-Orff-Saal

Orgelkonzert zum Palmsonntag
So. 24.3.2013, 17:00
Reinhold Richter spielt Werke von Johann Sebastian Bach und Max Reger.
Kath. Pfarrkirche St. Helena
» siehe Seite 45 oben

Rathauskonzert
So. 24.3.2013, 17:00
Mit Andrea Hörkens (Sopran) und Hildegard Seidel (Piano).
Rathaus Abtei

JAZZ & CO.

silk-O-phonicS
Sa. 2.3.2013, 20:00
Jazz/Pop/Swing – Gesangsensemble aus Krefeld unter der musikalischen Leitung von Christiane Böckeler.
BIS-Zentrum

Redhouse Jazzband
So. 3.3.2013, 12:00-15:00
Fröhlich swingender Mittagsschoppen.
Ratskeller Rheydt

Futschikato Jazz Session
Do. 7.3.2013, 20:00
Messajero

Bistro Hutkonzert: Bridgeless
Do. 7.3.2013, 20:00
Jazz-Band des Groove. Eintritt frei!
TIG – Theater im Gründungshaus

Kulturfrühstück: Irgend(s)wie cool
So. 10.3.2013, 11:00
Konstantin Jansen (Gesang, Gitarre), Anja Wulf (Gesang), Axel Bungert (Gitarren), Helmut Parmitzke (Bass), Frank Sijssling (Percussion, Drums) und Peter Krebs (Drums, Percussion).
BIS-Zentrum
» siehe Seite 42 oben

Jazz am Schmölderpark: Old Market Stompers
Mi. 13.3.2013, 19:30
Gasthaus am Schmölderpark

Jazz in der Brauerei
Do. 14.3.2013, 19:30
„Boundless Dixieland Quartet“.
Brauerei Zum Stefanus

Open Session
Do. 21.3.2013, 19:30
Impro-Konzert mit „Sofa Sogut“.
TIG – Theater im Gründungshaus

Swing in der Brauerei
Do. 28.3.2013, 19:30
Jazz der Swing-Ära mit dem Sextett „Swing Fashion“. Eintritt frei!
Brauerei Zum Stefanus

ROCK & POP

Die Sweethearts
Fr. 1.3.2013, 20:00
Sound der 50er- und 60er-Jahre.
Gaststätte Vennen, Korschenbroich

2 Jahre Freitagswelt – Nie wieder Freitagswelt!
Fr. 1.3.2013, 20:30
Mit „Feine Sahne Fischfilet“, „Sooke“, „Düsenjäger“, „Koeter“, „The Electric Taste“, „Dorfadel“, „Felix Raymond“ und „OhShitRobots!“ Party ab 0:00.
Projekt42
» siehe Seite 40 oben

IAMDYNAMITE + Support
Sa. 2.3.2013, 19:30
Roots Club

Obergärgig
Sa. 2.3.2013, 20:00
Denk Mal... Geneickener Hof

Go Music
Sa. 2.3.2013, 21:00
Das Original by Martin Engelen.
Böck'em
Fr. 8.3.2013, 21:00
Cover-Rock „mit viel Groove und ohne Gesülze“.
Messajero

Rockstadt live
Sa. 9.3.2013, 19:00
Mit „One Morning in Spring“, „Violet“, „Never Grown Up“ und „Koertis“.
Roots Club

Sophie and Friends
Sa. 9.3.2013, 21:00
Messajero
» siehe Seite 42 oben

Treffpunkt Beat-Club
Fr. 15.3.2013, 20:00
Talk und Live-Musik mit „Mr. Pleasant“.
TIG – Theater im Gründungshaus

African Night
Fr. 15.3.2013, 20:30
Mit Sängerin „Layo“ aus Nigeria.
Kings Club, Nettetel-Kaldenkirchen

Brings: Die Nacht ist nicht zum schlafen da!
Fr. 15.3.2013, 20:30
Kunstwerk Wickrath

The Wild Geese
Sa. 16.3.2013, 20:00
Denk Mal... Geneickener Hof

Blug plays Hendrix
Sa. 16.3.2013, 21:00
Mit hochkarätiger Bandbesetzung.
Messajero

vino e musica ... mit Josienne Clarke und Ben Walker
Do. 21.3.2013, 19:00
Kult + Genuss
» siehe Seite 44 oben

Live im Terminal: Snakewater
Fr. 22.3.2013, 20:30
Abschlusskonzert der Deutschland-Tournee.
Flughafen Mönchengladbach



AUSSTELLUNGEN

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

Ursula Schachschneider

bis So. 3.3.2013
Malerei der Grevenbroicher Künstlerin.
Kunstfenster Rheydt

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 Ausstellungsprojekt des Museum Sztuki in Łódź und des Museums Abteiberg.
Stadt: Museum Abteiberg

3 x 3 – Trialog der drei Religionen Judentum, Christentum und Islam

12:00-18:00 di-so
Weg
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

Glaubensbekenntnisse

ab So. 3.3.2013 bis So. 31.3.2013
Eröffnung: So. 3.3.2013, 12:00
12:00-16:00 sa + so
Die Künstlerin Menia beschäftigt sich in ihren aktuellen Werken mit dem Gewaltpotential und den Widersprüchen in den abrahamitischen Religionen.
EA 71

Linie Kunst: Phasen

bis Fr. 8.3.2013
8:00-17:00 mo-do, 8:00-13:00 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
Foyer

8. Tag der offenen Töpferei

Sa./So. 9./10.3.2013, 10:00-18:00
Künstler bei der Arbeit. Kursergebnisse, Großplastiken, Galerie.
Atelier Kunst und Keramik

Art-Vielfalt

Sa./So. 16./17.3.2013, 12:00-18:00
9 Künstler der verschiedensten Kunstströmungen präsentieren ihre Werke.
Sandbauernhof Liedberg
Am Markt 10, Korschenbroich

Kunst für die Sinne

Sa./So. 16./17.3.2013, 11:00-18:00
Kunsthandwerker aus Mönchengladbach und Umgebung präsentieren ihre eigens hergestellten Kunstwerke: freies Perlenweben, Fotos, Seifen, Wolle, Kreatives für Kids, Schmuck, Malerei, Filz, Patchwork und Kulinarisches. Eintritt frei!
Nassauer Stall, Schloss Wickrath



Sigrid Lobin: Fotoserien

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

Opferanden und Meerbüro II

ab So. 3.3.2013 bis So. 17.3.2013
Eröffnung: So. 3.3.2013, 11:30
Bei den Arbeiten von Karl v. Mönchschau wird Korrosion zum Medium der Malerei.
[Kunstraumno.10]

Abenteuer Fläche

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

IMPULSE 24

bis Fr. 5.4.2013
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.
Bild: Stefan Jeske „Pentagondodekader“, 2009.
Galerie Löhrl



Fotografische Malerei

bis Mo. 15.4.2013
10:00-11:00 + 18:30-20:30 di-fr
Landschaftsmalerei von Jürgen Schmitz.
BIS-Zentrum, Café bisQuit

Wil Albertz

ab So. 3.3.2013 bis So. 5.5.2013
Eröffnung: So. 3.3.2013, 17:00
Werke des Bildhauers.
Kunstfenster Rheydt

Auswärts essen

ab So. 10.3.2013 bis So. 30.6.2013
Eröffnung: So. 10.3.2013, 11:30
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa + so
Die Ausstellung zeigt, welche Rolle die Gaststätten im sozialen Alltagsleben der Menschen in Mönchengladbach spielen und noch immer spielen.
Stadt: Museum Schloss Rheydt

Das Goldene System

bis Fr. 31.5.2013
Grafiken von Jack Kremers, der während seines Studiums den Goldenen Schnitt in die dritte Dimension übertrug.
Graefen + König



Lonelyfingers

ab So. 17.3.2013 bis So. 2.6.2013
Eröffnung: So. 17.3.2013, 12:00
11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa + so
Fundstücke aus Künstlerateliers von Jaroslav Flicinski, Jessica Gispert, Manuel Graf, Owen Gump, Diango Hernández, Rita McBride, Anne Pöhlmann, Glen Rubsamen, Tom Sloan und Monika Stricker.
Stadt: Museum Abteiberg

Linie Kunst: Innenraum

ab Fr. 1.3.2013 bis Do. 27.6.2013
Eröffnung: Fr. 1.3.2013, 19:00
8:00-17:00 mo-do, 8:00-13:00 fr
Ausstellung von Nicole Peters.
NEW-Hauptverwaltung
Foyer

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.
Stadt: 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. 9.3.2013, 18:30
25. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Werder Bremen

So. 17.3.2013, 17:30

26. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Hannover 96
Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 30

Regionalliga West Männer

Sa. 2.3.2013, 14:00
26. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – SC Wiedenbrück

Fr. 15.3.2013, 19:00

28. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – MSV Duisburg U23

Di. 19.3.2013, 19:00

Nachholspiel vom 24. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – FC Kray
Grenzlandstadion

A-Junioren Bundesliga West

So. 3.3.2013, 11:00
19. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – VfL Bochum

Sa. 16.3.2013, 11:00

20. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Fortuna Köln
Borussia-Park

B-Junioren Bundesliga West

So. 10.3.2013, 11:00
16. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Alemannia Aachen
Borussia-Park



Regionalliga West Frauen

So. 10.3.2013, 13:00
15. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – FC R 2001 Duisburg II
Sportanlage Am Haus Lütz

B-Juniorinnen Bundesliga West/ Südwest

Sa. 16.3.2013, 14:00
13. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – 1. FC Saarbrücken
Sportanlage Am Haus Lütz

Niederrheinliga Frauen

So. 3.3.2013, 13:00
14. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach II – SC Viktoria Krefeld

So. 17.3.2013, 13:00

16. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach II – TB Heißen
Sportanlage Am Haus Lütz

HANDBALL

3. Liga West Männer

Sa. 9.3.2013, 19:30
21. Spieltag:
TV Korschenbroich – TSG A-H Bielefeld
Waldsporthalle Korschenbroich
Am Sportplatz 11a

Oberliga Männer

Sa. 9.3.2013, 19:30
21. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – TuSEM Essen 2
Jahnhalle



HOCKEY

1. Feld-Bundesliga Männer

Sa. 23.3.2013, 16:00
9. Spieltag:
Gladbacher HTC – Düsseldorfer HC
Hockeyplatz GHTC-Clubgelände
» siehe Seite 31



KEGELN

Offene Stadtmeisterschaft 2013

Fr.-So. 8.-10.3.2013, ab 10:00: Vorläufe
So. 17.3.2013, 9:00-12:00: Finale
Jahnhalle

LEICHTATHLETIK

Ausdauerlauf für Einsteiger

immer sonntags, ab 9:00
Laufanfänger werden durch Intervalle an den Ausdauerlauf herangeführt. Sie sind bei regelmäßiger Teilnahme in der Lage, 30 oder mehr Minuten ohne Unterbrechung zu laufen.
Parkplatz Zoppenbroicher Straße
Bresgespark

PFERDESPORT

Trabrennen

Mo. 11.3.2013, 18:30
Veranstalter: Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.
Trabrennbahn



TANZEN

3. Stadtmeisterschaft im Gardetanz
Fr. 3.3.2013, ab 10:00
Krahendonkhalle MG-Neuwerk

TENNIS

Hallen-Kreis- und Stadtmeisterschaften 2013 der Jugend

Fr. 8.3.2013, 14:30-17:30
Sa./So. 9./10.3.2013, ab 9:00
Sa./So. 16./17.3.2013, ab 9:00
Tennishalle MG-Giesenkirchen
Trimpelshütter Str. 34 b

TISCHTENNIS

Regionalliga West Frauen

Sa. 9.3.2013, 18:30
17. Spieltag:
DJK SF 08 Rheydt – DC Dream Team Recklinghausen
Turnhalle Schule Waisenhausstraße



SONSTIGES

Kurs Fit mit Baby

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

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



'Mama findet's lustig' Fr. 1.3.2013, 20:00 TIG - Theater im Gründungshaus Papa und Mama fahren ihn hin und holen ihn nachher wieder ab - daher ,betreute Comedy'.

FR1 MÄRZ

BÜHNE

'All you need is Love!' Das Beatles-Musical erzählt die Geschichte der ,Fab Four' von den Anfängen im Hamburger Star Club bis zum letzten Konzert.

KIDS

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

Filzzerfahrung Workshops für Mutter und Kleinkind (ab 2,5 Jahre).

LITERATUR

'Deine Bibliothek - wilder als Du denkst!' Nacht der Bibliotheken. Eintritt frei! 18:00-22:00 Zentralbibliothek

Kastanienhof Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten

Ü-35-PARTY HEISS & KULTIG am Fr, 1. März 2013, ab 22 Uhr DISCO-FOX-PARTY am Sa, 9. März 2013, ab 22 Uhr

PARTY

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

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

'Barfuß & Rauchfrei!' - Freeflow Danceparty Global Dance Beat mit DJ Süli und g.Polka. 20:00 BIS-Zentrum

Freitagswelt #16 2 Jahre Freitagswelt - Nie wieder Freitagswelt! 20:30 Projekt 42

Sean Finn Supportact: Pablo Kaah. 22:00 Graefen clubbing Ü35-Party Heiß und kultig!

SONSTIGES

FrauenAktionsTage in Mönchengladbach: Der richtige Standpunkt: Gegen Gewalt

SA2 MÄRZ

BÜHNE

'Stars & Stripes' Theaterball 2013 mit dem Opern- und Ballett-Ensemble des Theaters und den Niederheinischen Sinfonikern.

KIDS

Pool-Party für Teenager Angesagte Hits, farbiges Wasser, Sound- und Lightshow unter Wasser.

PARTY

Rock around the clock Rock 'n' Roll der 50er und 60er. 19:00 American's Cocktail Time Saturday@Cocos

Übungsparty im TSC-Rheindahlen

Übungsparty für alle, die zu schöner Musik tanzen möchten. 20:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum Broicher Str. 13



Hot Clubbing 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

Samstag Nacht 22:00 Nacht Nightgalerie Samstag Sexy Black

100 % Black Music. 2 für 1 und Lady's freier Eintritt bis 0:00.

Goldrausch Dance, Funk, Classix mit DJ Budda.

Global Beats & Bass Drum 'n' Bass meets Global Beats mit DJ Rimmi

23:00 Projekt 42 Aftershowsorty Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Luca.

23:00 Roots Club Respektable Hip Hop, Pop, Indie mit DJ Vince_W.

23:00 Rossi, Küche Seth Gelkko 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 Mönchengladbach, auf dem zu über 80 % Trödel zu finden ist.

Auktion Pfandhaus Brocker 10:30 Vorbesichtigung, 12:00 Versteigerung. Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES Erste-Hilfe-Kurs am Kind Auffrischungskurs. 8:00-15:00 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus



Freitagswelt #16 Fr. 1.3.2013, 20:30 Projekt 42

Die antifaschistische Ska-Punk-Band ,Feine Sahne Fischfilet' hypt seit einer Nennung im Verfassungsschutzbericht von Mecklenburg-Vorpommern quer durch die Republik.

selbst treu geblieben. Mit ihren authentischen Texten und dem sympathischen Mix aus schrammligen Punkgitarren und skaesken Bläsern passen sie perfekt nach Mönchengladbach.

Wasserturm-Besichtigung

jeweils um 10:00, 11:00 und 12:00. Wasserturm Viersener Straße Klassik live in HD: Wagners ,Parsifal'

SO3 MÄRZ

KIDS

'Das hässliche junge Entlein' Aufführung des Theater Mario für Kinder ab 4 Jahre.

Museumsführung Für Kinder ab dem Schulalter. 15:00 Städt. Museum Schloss Rheydt

'Cinderella' Märchenhaftes Pop-Musical für Kinder ab 3 Jahre.

15:30 Kaiser-Friedrich-Halle siehe ,Tipp für Kids', Seite 26/27

LITERATUR

'Ein Schnupfen hätte auch gereicht' Die Komikerin Gaby Köster liest aus ihrem Buch.

SONSTIGES

Zierfisch- und Wasserpflanzenbörse Veranstalter: Verein für Aquarien- und Terrarienkunde Mönchengladbach e. V.

10:00-12:00 Kleingartenanlage Pilatus Kall

Erster Sonntag Stündlich Führungen durch die Sammlung bei freiem Eintritt.

Tanztee 16:00-20:00 Kastanienhof

MO4 MÄRZ

KIDS

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

PARTY

Salsa und Merengue Mit kostenlosem Tanzkurs. Eintritt frei! 21:00 Kastanienhof

DI5 MÄRZ

BÜHNE

Night of the Dance: ,FLOW' Irish Step, Akrobatik, Stunt, Dance. 20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

KIDS

Kilifee - Mönchengladbacher Kinderliederfestival 2013: Geraldino ,Bunte Knaller'.

10:30 TIG - Theater im Gründungshaus siehe ,Tipp für Kids', Seite 26/27

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

1. Geburtstag Gemeinsame Feier von La Tienda, Cafe Kreativ, Make-up Café und Jeans-point mit Eröffnung des Pavillons.

ab 14:30 Hauptstr. 20, MG-Rheydt

VORTRÄGE

Informationen für Berufsrückkehrer Tipps und Informationen zum beruflichen Wiedereinstieg.

Arbeiten in den Niederlanden Informationsveranstaltung über Arbeitsstellen, Arbeitsbedingungen, die Sozialversicherung und das Arbeitsrecht in den Niederlanden.

Mutter-Kind-Kuren 10:00-11:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

Informationveranstaltungen für werdende Eltern Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißal.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus Wie schütze ich (m)ein Kind vor sexuellem Missbrauch

20:00-21:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

CT und MRT: Faszinierende Einblicke in den menschlichen Körper Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins; Referent: Prof. Dr. Christoph Müller-Leisse.

20:00 Haus Erholung

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.

MI6 MÄRZ

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 19:00 American's

Übungsparty

19:30 Tanzschule ,More than Dancing' Ausgehien! Mit Glückspilz-Lotterie. Eintritt frei inkl. einem Gratislos!

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

20:00 Mezzalito Housebrause Mit den DJs Sebastian Rebig, Robert Herx & Dennis Gläser; Live Percussion: Optimo; Visuals: VJ Pathfinder.

20:00 Projekt 42 Midewo 22:00 Raum 38 Kommune 61 Hip Hop, Classics, House mit DJ Budda.

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

Informationsabend für werdende Eltern Rund um Schwangerschaft und Geburt.

18:00-20:30 Krankenhaus Neuwerk, Eltern-Kind-Zentrum

Pioniere der Welt in Mönchengladbach: Jimmy Wales Vortrag des Wikipedia-Gründers.

20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

Wie schütze ich (m)ein Kind vor sexuellem Missbrauch

20:00-21:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

Jobbörse Sie suchen einen neuen Arbeitsplatz - wir helfen Ihnen einfach und schnell freie Arbeitsstellen zu finden.

Wie schütze ich (m)ein Kind vor sexuellem Missbrauch

20:00-21:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

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.

20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

Wie schütze ich (m)ein Kind vor sexuellem Missbrauch

20:00-21:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

Informationsveranstaltungen für werdende Eltern Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißal.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus



4. Schlosskonzert
Fr. 8.3.2013, 20:00
Schloss Rheydt, Rittersaal

Im vierten Schlosskonzert am 8. März 2013 werden Mitglieder der Niederrheinischen Sinfoniker im Rittersaal musizieren. Auf dem Programm steht unter anderem Franz Schuberts wundervolles Streichquintett C-Dur D 956, von dem Joachim Kaiser sagt, vor diesem Werk „verneigen sich alle Menschen, denen Musik, Kammermusik gar, etwas bedeutet, glücklich bewundernd – oder sie schwärmen. Das Werk nimmt einen singulären Platz in Schuberts Schaffen, ja gar in der Musikliteratur ein. Es ist rätselhaft und es ist vollendet.“

„Shootout“
Vorpremiere.
20:30 Comet Cine Center
„Nachtzug nach Lissabon“
Afterwork-Kino.
20:30 Comet Cine Center

DO7
MÄRZ

BÜHNE
„Pension Schöllér“
Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.
20:00 Theater Mönchengladbach,
Große Bühne
„Keine Anhang!“
Neues Programm von und mit
Sascha Gammell.
20:30 Kunstwerk Wickrath

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-Bettrath

PARTY
StüdiNight
3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcaltito

VORTRÄGE
Teamwork live – Ausbildung bei der Polizei
Einstieg und berufliche Perspektiven bei der Polizei. Referent: Gerhard Assmann, Einstellungsberater der Polizeibehörde Mönchengladbach.
15:00 Berufsinformationzentrum
Kosmische Kollision
Referent: Dr. Axel Tillemans.
19:30 Volkshochschule, Haus Berggarten

SONSTIGES
Rund ums Osternest
Häkel-Workshop.
14:00-15:30 Cafe Kreativ
Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürrip – jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde, Nakatenusstr. 95

FR8
MÄRZ

BÜHNE
„I Love You, You're Perfect, Now Change!“ (Premiere)
Comedy-Musical von Jimmy Roberts (Musik) und Joe DiPietro (Text). Vier Darsteller schlüpfen in insgesamt 56 verschiedene Rollen und erzählen witzige Beziehungssketche.
19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

„Ferien auf Sagrotan“
Comedy von und mit Ingo Borchers.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)
„Der Kirchgarten“
Tragikomisch und mit abgründigem Humor erzählt Anton Cechov von einer Zeit des Umbruchs, in der Besitzstände und Machtstrukturen neu verteilt werden.
20:00 Theater Mönchengladbach,
Große Bühne
„Schwächen umarmen“
Scurriles Kabarett am Abgrund mit und durch Sabine Domogala.
20:00 TiG – Theater im Gründungshaus
Caveman: „Du sammeln. Ich jagen!“
Theater-Comedy.
20:30 Kunstwerk Wickrath

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

KiLiFee – Mönchengladbacher Kinderliederfestival 2013:
Geraldino „Einfach abfahren!“
Eintritt frei!
15:00 Stadtbibliothek Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 26/27
Osterdelko
Mutter-Kind-Filzworkshop.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

PARTY
Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 Americar'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
Klit Pop
21:00 Graefen clubbing
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Fetenhits-Party
Chartbreaker. Eintritt frei!
21:00 Mauerwerk

Belinda
22:00 Nacht
Nachtgalerie Freitag
Party Classics.
22:00 Nachtgalerie
I love Black
No. 1 in R&B. 2 for 1 bis 0:00.
23:00 Black & White
Rundfunk (Funky Tunes)
Mit DJs Barilafunk & Ju Rassic im Mainfloor und DJ Mazer161 aka Mirko Tanaskovic mit eigenem Plattenstand in der Lounge.
23:00 Projekt 42
Mädelsabend
Rockig bis poppig mit Mr. Bata.
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

Marwin
Dance, Pop, Classics.
23:00 Rossi, Salon
SONSTIGES
Souveränes Auftreten im Beruf
Workshop für Frauen.
10:30-17:00 Familienbildungsstätte Hansastraße
Berliner Philharmoniker live im Kino
„Symphonie Nr. 33 B-Dur“ von Wolfgang Amadeus Mozart. „Tannhäuser“-Ouvertüre von Richard Wagner und „Symphonie Nr. 6 h-Moll“ von Dmitri Schostakowitsch. Dirigent: Andris Nelsons.
19:30 Comet Cine Center

So weit und doch so nah – Wissenswertes über Kometen
Beobachtungabend mit dem Teleskop. Veranstalter: Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.
20:00 Sternwarte Rheindahlen, Vortragsraum Wasserwerk

SA9
MÄRZ

BÜHNE
„Pension Schöllér“
Schwank von Carl Laufs und Wilhelm Jacoby.
20:00 Theater Mönchengladbach,
Große Bühne
Caveman: „Du sammeln. Ich jagen!“
Theater-Comedy.
20:30 Kunstwerk Wickrath

KIDS
Leseszwerge
Samstagsgeschichten für Kinder ab 4 Jahre. Andrea Peters und Michaela Neumann freuen sich nach tollen Karnevalstagen auf ihre Leseszwerge. Welches Buch sie mitbringen? Lasst euch überraschen und habt jede Menge Spaß beim Zuhören! Eintritt frei!
11:00-12:00 Zentralbibliothek

Frühlingsbasteln
Schöne Motive für Ostern und den Frühling.
11:00-16:00 Mayersche Buchhandlung

PARTY
Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er und 60er.
19:00 Americar's
Cocktail Time Saturday@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Saturday Night
Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastique
Ü30-Party
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
Reif und verrockt
Ü 50-Party mit DJ Lutz und den internationalen Hits aus den 60er- und 70er-Jahren.
20:00 TiG – Theater im Gründungshaus
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
Eintritt frei!
21:00 Almsause



**Heiß auf finnisch:
Die sagenhafte Saunawelt**

Lassen Sie sich in unserer nordisch inspirierten Saunawelt mit abwechslungsreichen Aufgusszeremonien, ausgewählten Wellness-Massagen und saisonaler Vitalküche verwöhnen.

Mehr als nur Entspannung: Regelmäßige Events machen das Saunieren zum Erlebnis.



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

www.finlantis.de

Hilfe aus Mönchengladbach, die ankommt.
Seit 4 Jahrzehnten.

**Aktion Friedensdorf
Kinder in Not e.V.**

Spendenkonto 62 620 • BLZ 310 500 00
Stadtsparkasse Mönchengladbach
info@aktion-friedensdorf-mg.de
Tel. 021 61/44 22 4





„Kassandra“
Fr. 15.3.2013, 20:00
BIS-Zentrum

Die Schauspielerin Cornelia Gutermann-Bauer macht als „Kassandra“ eine über dreitausendjährige Geschichte beeindruckend sichtbar. Kassandra wartet als Kriegsbeute des Griechenkönigs Agamemnon auf ihren Tod. Sie erinnert sich an die Ereignisse des Krieges in Troja, an ihre Bemühungen in dieser Zeit, als Frau zu leben. Sie schildert das Patriarchat in seinen subtilsten und grausamsten Formen, wie Frauen zum Objekt gemacht werden, wie allmählich ein Feindbild entsteht, wie Konflikte emotionalisiert werden, wie der männliche Begriff der Ehre schließlich den Krieg unvermeidlich werden lässt ...

Cocktail Time@Cocos

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

20 Jahre Graefen Special

Eintritt frei!
21:00 Graefen clubbing

Fetenhits-Party

Chartbreaker, Eintritt frei!

Tonspuren

Von und mit Dj.rokka („Rolle“).
21:00 Messajero

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten

FRIDAY-NIGHT-FEVER
Corona & Tequila 2 for 1 - Eintritt frei
am Fr, 15. März 2013, ab 22 Uhr

Ü-40 PARTY
Fr, 22. 03., ab 22 Uhr - Eintritt frei

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

Friday Night Fever

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

Belinda

22:00 Nacht

Nachtgalerie Freitag

22:00 Nachtgalerie

I love Black

No. 1 in R&B. 2 for 1 bis 0:00.

3 Jahre goldwasser – part one

DJ Marwin, DJ Budda & Seth Gekko
(Dance, Funk, House & Classics).
23:00 goldwasser

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 (Distraction) im
Dubstep Mainfloor.
23:00 Projekt 42

Dein Roots – die Nacht der offenen Tür

Alternative, Rock, Indie, Partyclassics
mit 4 Djs. Eintritt frei!
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club

Respekt

Hip Hop, Pop, Classics mit DJ Vince_W.
23:00 Rossi, Küche

Ritz & Irre

Pop, House, 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

VORTRÄGE

„Das Goldene System“
Vortrag zur Ausstellung von Jack
Kremers.
19:00 Graefen + König
» siehe Seite 46 oben

SONSTIGES

„Tattoo Ink Explosion“

Tattoo Convention mit über 120 Top-
Tätowierern aus Deutschland. Bühnen-
programm mit „Johnny & The Hot
Rods“ und „The Spectators“.
15:00-23:00 Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe Seite 9

SA 16 » MÄRZ

BÜHNE

**Spinnen und Weben im Märchen –
reine Frauensache?**

Märchentag mit Anka Franken.
14:00 Haus der Regionen, Betrather
Str. 22

„Sex in der Krise“

Ein gesellschaftspolitischer Rundum-
schlag von und mit Hubert Burghardt.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“
(ehem. Haus Ohlenforst)

**„Verlorene Kinder/Bilder aus der
Neuen Welt“ (Premiere)**

Ballett von Robert North; Musik:
André Parfenov und Aaron Copland.
20:00 Theater Mönchengladbach,
Große Bühne

» siehe „Highlights“, Seite 38

„Himgespinnste“

Séance-theater mit Radalou.
20:00 TIC – Theater im Gründungshaus

» siehe Seite 44 oben

„Bajo Bongo“

Konrad Beikircher & Band.
20:30 Kunstwerk Wickrath

KIDS

Geschwisterdiplom

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

PARTY

Rock around the clock

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

Saturday Night

20:00 Bar Plastique

Übungsparty

20:00-23:00 TOMMY'S Tanzstudio

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

Hot clubbing

21:00 Graefen clubbing

Samstag Nacht

Minimal, Techno, Electro.
22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

22:00 Nachtgalerie

Sexy Black

100 % Black Music. 2 for 1 und Lady's
freier Eintritt bis 0:00.
22:30 Black & White

3 Jahre goldwasser – part two

goldtunes live mit DJ Rix (Turntables),
Mr. Smith (Saxophone) & Guru da
Beat (Percussion) feat. Budda
(House, 80's Sounds, Funky Vibes).
23:00 goldwasser

Dailyfresh Hipop Party

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

Rock'n'Rolla

Garage, 60's, Indie, Stoner, Soul und
Funk mit DJ Luca und DJ Tom.
23:00 Roots Club

Flashdance

Disco, 70s & 80s-Pop mit DJ S-One.
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

Mit über 80 % Trödel.
6:00-14:00 Trabrennbahn

Frühjahrsausstellung

Informations- und Verkaufsmesse für
Leben, Wohnen und Freizeit.
10:00-18:00 Messegelände Nordpark
(bis 24.3.)

SONSTIGES

Bewusstes Schreiben

Empfängerorientierte Korrespondenz.
10:00-16:15 Familienbildungsstätte,
Anna-Ladener-Haus

Zauberformel Lachen

Lach-Yoga-Seminar.
11:00-17:00 Familienbildungsstätte,
Anna-Ladener-Haus

„Tattoo Ink Explosion“

Tattoo Convention mit über 120 Top-
Tätowierern aus Deutschland. Bühnen-
programm mit „Johnny & The Hot
Rods“ und „The Spectators“.
12:00-23:00 Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe Seite 9

Stöbern, Kennenlernen und Entdecken!

Ladenführung im Eine Welt Laden
Mönchengladbach. Teilnahme kosten-
los! Um Anmeldung beim Veranstalter
(Volkshochschule) wird gebeten.
14:00-15:30 Eine Welt Laden Mön-
chengladbach, Aßeiberg 2

Grüntöne – Hören in der Natur

Musikalisches Naturerlebnis für Familien
mit Elke Kamper.
15:00-17:15 Treffpunkt: Vogelvoliere
Bunter Garten

Astronomietag 2013 – Die Nacht des Kometen Panstarrs (C/2011 L4)

10. bundesweite Nacht der offenen Tür
mit Beobachtungen, Informationen,
Kurzvorträgen, Sternpatenschaften.
Veranstalter: Astronomischer
Arbeitskreis Mönchengladbach e.V.
19:30-24:00 Sternwarte Rheindahlen,
Vortragsraum Wasserwerk

» siehe Seite 12

Lapland-Saunanacht

Finlantis
Buschstr. 22, Nettetal

TATTOO INK EXPLOSION
KAISER-FRIEDRICH-HALLE
FR 15-23 SA 12-23 SO 12-20
WWW.TATTOOINKEXPLOSION.COM
15-17 MÄRZ 2013
MÖNCHENGLADBACH
www.fixink.de | fixink | Tattoo Spirit | Tattoo Scout | Wildcat www.dot-by.de

16.03.-24.03. 22. Frühjahrsausstellung MÖNCHENGLADBACH

über
250
Aussteller
laden ein

**Informations-
und Verkaufsmesse
für Leben, Wohnen
und Freizeit**

**30.000 qm
Ausstellungs-
gelände**

**12 beheizte
Hallern**

**MESSEGELÄNDE
NORDPARK
(Am Borussiapark)**

tägl. 10-18 Uhr

GUTSCHEIN 2,50 EUR

Beim Kauf einer Erwachsenenkarte ermäßigt sich der Eintrittspreis von
6,50 EUR auf 4,00 EUR. Gutschein mitbringen und an der Kasse abgeben!

haug-west.de





„Hirngespinnste“
Sa. 16.3.2013, 20:00
TIG – Theater im Gründungshaus
Wollten Sie immer schon wissen, welche verborgenen Fähigkeiten in Ihnen schlummern oder wie Sie mittels Telepathie Kontakt mit ihren Mitmenschen aufnehmen können? Radalou, mit bürgerlichem Namen Ulrich Meyer, verspricht, Sie in seinem Programm davon zu überzeugen. Der Psycho-Magier, Hypnotiseur und Telepath spielt in seiner Show mit den Möglichkeiten des menschlichen Geistes. Faszinierende Einblicke ins Unterbewusstsein und unerklärliche Phänomene, neue Erkenntnisse der Hirnforschung und ein viktorianisch angehauchter Besuch im Reich der Toten und Geister sind angekündigt.



vino e musica... mit Josienne Clarke und Ben Walker
Do. 21.3.2013, 19:00
Kult + Genuss
Josienne Clarke's ausdrucksvoller Gesang wird nicht zu Unrecht mit der legendären Sandy Denny oder June Tabor verglichen. Der klassisch ausgebildete Gitarrist Ben Walker lässt mit seinem filigranen Gitarrenspiel deutlich Einflüsse von Szenegroßen wie Martin Simpson, Bert Jansch oder Richard Thompson erkennen. So wundert es nicht, dass dieses Duo schon mit verschiedenen Musikern von Fairport Convention auf der Bühne stand und begehrte Folkmusikpreise in Großbritannien erhielt. Nun kommen Josienne Clarke & Ben Walker erstmals nach Deutschland.

SO17 > MÄRZ

BÜHNE

„Le Villi / Suor Angelica“
Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

KiLiFee – Mönchengladbacher Kinderliederfestival 2013
Abschlusskonzert mit der Lila Lindwurm Band und Singpauze Meerbusch, als Gast Tom Werens.
15:00 TIG – Theater im Gründungshaus
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 26/27

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
11:00-18:00 Parkplatz „Am Alten Friedhof“

SONSTIGES

„Tattoo Ink Explosion“
Tattoo Convention mit über 120 Top-Tätowierern aus Deutschland. Bühnenprogramm mit „Johnny & The Hot Rods“ und „The Spectators“
12:00-20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe Seite 9
„Ostwind“
Vorpremiere.
12:00 + 17:00 Comet Cine Center
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

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisberggarten
SALSA und MERENGUE
jeden Montag, ab 21 Uhr
DISCOFOX PARTY
jeden Dienstag, ab 21 Uhr
je mit kostenlosem Tankkurs Party ab 22 Uhr - Eintritt frei
www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 - Tel. 021 61-821 2060

MO18 > MÄRZ

KIDS

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

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tankkurs. Eintritt frei!
21:00 Kastanienhof

VORTRÄGE

Farb-, Stil-, Image- und Bekleidungsberatung
9:00-12:00 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus
Pubertät
Eine turbulente Zeit für alle.
19:30-21:45 Familienbildungsstätte Hansastraße
Digitale Demenz – So halten Sie Ihr Gedächtnis fit
Veranstalter: Phoenix e. V. (i. Gr.), Business-Club für Frauen, Referentin: Silvia Hannemann.
19:30 Dorint Hotel

DI19 > MÄRZ

BÜHNE

„I Love You, You're Perfect, Now Change“
Comedy-Musical von Jimmy Roberts (Musik) und Joe DiPietro (Text). Vier Darsteller schlüpfen in insgesamt 56 verschiedene Rollen und erzählen witzige Beziehungssketche von den Peinlichkeiten beim ersten Rendezvous bis zum desillusionierten Alltag lang verheirateter Ehepaare.
19:30 Theater Mönchengladbach, Studio
„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

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.
17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
THEATER EXTRA | Lesebühnenchen: „Das kleine Gespenst“
Paula Emmrich liest für Kinder ab 5 Jahre aus dem Buch von Otfried Preußler. Eintritt frei!
16:30 Theatercafé Linol
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 26/27

PARTY

Discofox-Party
Mit kostenlosem Tankkurs. 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. Referentin: Anja Voller, startpeople Venlo.
10:00 Berufsinformationszentrum

Mein Angehöriger ist psychisch krank

Wie geht es weiter?
19:00-20:30 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus
Fünfhundert Jahre luso-chinesische Beziehungen (1513-2013): von Jorge Álvares bis zum modernen Macau
Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins; Referent: Prof. Dr. Roderich Ptk.
20:00 Haus Erholung
THEATER EXTRA | Redebühne: 4:3 Gladbacher Feuilleton
Live-Rezensionen und Diskussion. Gast: Kai Kyas, Produzent des Gladbach Sampler. Eintritt frei!
20:00 Städt. Museum Abteiberg

MI20 > MÄRZ

BÜHNE

„Verlorene Kinder/Bilder aus der Neuen Welt“
Ballett von Robert North; Musik: André Parfenov und Aron Copland.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne
» siehe „Highlights“, Seite 38
„NightWash – Live on tour“
Das Beste aus dem Comedy-Waschsalon.
20:30 Kunstwerk Wickrath

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:30-21:30 Aktion „Freizeit behinderter Jugendliche“ e. V.

LITERATUR

Literarische Lichtblicke. Was sich zu lesen lohnt!
Forum Kultur.
19:30-21:15 Volkshochschule, Haus Berggarten
LesARTen
Schreibkreative aller Altersgruppen präsentieren selbstverfasste Texte. Die Unterschiede in den Vorträgen aus Prosa, Lyrik, Kurzgeschichte, Fantasie und Comic lassen jeden LesARTen-Abend zum Literaturerlebnis werden. Der Zeitrahmen für jeden Einzelnen beträgt zehn Minuten, damit genug Raum bleibt, über die Beiträge zu reflektieren. Eintritt frei!
20:00 BIS-Zentrum

PARTY

Rock around the clock
19:00 American's
Übungsparty
19:30 Tanzschule „More than Dancing“
Ausgehen!
Mit Glückszipf-Lotterie. Eintritt frei inkl. einem Gratislos!
20:00 Kastanienhof
StudiNight
3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito
Abiparty Gymga & Rheindahlen
21:00 Graefen clubbing

Midewo

House, RnB, Charts.
22:00 Raum 38
Kommune 16
Dance, Hip Hop, Classics mit DJ Budda.
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

Pflegebedürftig – was tun?
18:00-19:30 Familienbildungsstätte Anna-Ladener-Haus
Wenn der Zucker an die Nieren geht
Referent: Priv.-Doz. Dr. med. Ulf Janssen, Chefarzt Klinik für Nephrologie und Diabetologie. Eintritt frei!
19:00 Krankenhaus Maria Hilff, Forum Alke, Rosacea, unreine Haut
Vorbeugung und moderne Behandlungsmöglichkeiten. Vortrag der Fachärztin AG Rheydt von Cristina Greavu und dem ÄrzteTeam der Hautarztpraxen Dr. Dorritke und Dr. Kardorff.
19:00-20:00 Paritätisches Zentrum

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
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, Busspar am Parkplatz Gerowelher

DO21 > MÄRZ

BÜHNE

„Frauen denken (noch immer) anders – Männer nicht!“
Comedy mit Matthias Machwerk.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)

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-Bettrath

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 Kreißelsaal.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus
ADS ist keine Katastrophe
20:00-22:15 Familienbildungsstätte Hansastraße

SONSTIGES

Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürrip – jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde, Nakatenstr. 95
Hensen-Brauerei
Besichtigung der Brauerei, des Gewölbes und der Gladbachquelle.
18:00 Hensen Brauerei
Transition Café: „Percy Schmeiser – David gegen Monsanto“
Dokumentarfilm, Deutschland 2009, Regie Bertram Verlag, 65 Min. Veranstalter: Transition Town Initiative Mönchengladbach. Eintritt frei!
19:00 Ladenlokal, Eickener Str. 14

FR22 > MÄRZ

BÜHNE

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

KIDS

Offene Tür
Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Kinder flizen Osterdeko
Workshop.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

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
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar

Fetenhits-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!
21:00 Mauerwerk
Schoolsoutparty
Mit H2H Music.
22:00 Graefen clubbing
Ü40-Party
Eintritt frei!
22:00 Kastanienhof
Belinda
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
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

A Tribute to „System of a Down“

Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Archetype.
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club

Elektroküche

deep-tech-electro-vocal-classic-house mit Seth Gekko.
23:00 Rossi, Küche
Ritz & Irre: Pop, House, Classics
23:00 Rossi, Salon

SONSTIGES

Wie entwickeln wir uns zu einem erfolgreichen Team?
9:00-16:15 Familienbildungsstätte Hansastraße
Schlagfertigkeitstraining
10:30-17:30 Familienbildungsstätte Hansastraße

SA23 > MÄRZ

BÜHNE

„Le Villi / Suor Angelica“
Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Bastelwerkstatt
Für Kinder und alle, die Spaß daran haben; Foto-Aktion zum Mitmachen; Ob der Osterhase kommt?
10:00-16:00 Vitus Center
Isefohlen | Samstagsgeschichten für Kinder ab 4
Birthe Stadtmeister, die Lesepatin der Stadtbibliothek, entführt euch in die geheimnisvolle Welt der Märchen, Sagen und Legenden. Eintritt frei!
12:00 Stadtbibliothek Rheydt

PARTY

ZUMBA® Party
Größte ZUMBA® Fitness Party mit Cuban Instructors: Dania Corrales, Iovanina Villaurrutia, Reidal Durán León und ZUMBA® Jammerein Claudia Thiele.
18:00-21:00 Kaiser-Friedrich-Halle



Goldwasserqualität

Runter vom Sofa! Das Goldwasser etabliert sich zunehmend für Partyvolk jenseits der 30. Die Kids haben auch schließlich genug Locations zum Feiern.



Ungebetene Gäste

Peter Beekers Ongenode Gaste (NL) im Messajero. Unser Fotograf Stefan Götttschkes ist

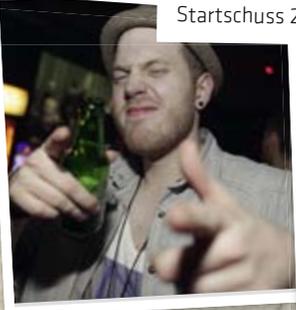
mehr als begeistert: „Mit Abstand die beste Liveband, die ich jemals gesehen habe. Weltklasse!“



Diamond Lounge im Y.O.L.O.

Startschuss 2013 für die Diamond Lounge im Y.O.L.O. an der Aachener Straße. Mit Hip Hop-, House- und

Elektro-DJs ist die Partyreihe seit 2008 immer erstklassig besetzt.





Micha Moore @ Graefen

Da gab's einiges zu feiern: 20 Jahre Graefen und den Geburtstag des Top-DJ Micha Moore.



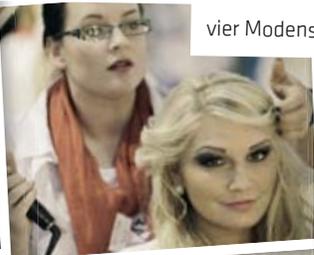
Wenn **Textiler** feiern

FSR07-Party im Raum 38: Studentenfetter in musikalischer Darreichungsform.



Auf **Brautschau**

Die Hochzeits- und Festtagsmesse in der Alten Reithalle auf dem Gelände des Möbelhauses Schaffrath lockte u. a. mit drei Live-Sängerinnen und vier Modenschauen.





Altweiber im St. Vith

Eine jahrzehntealte Tradition ist die Altweiberparty im St. Vith.

Vorsicht, hier wird gebüzt und zurückgebüzt!



Zirkus Gladbach

Hereinspaziert! Der längste Veilchendienstagszug

der Welt schlängelte sich wieder durch die Stadt und begeisterte Hunderttausende Narren aus der ganzen Region.

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

TERMINKALENDER

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, Grauem Star, Grünem Star, feuchtem Makulaödem, altersbedingter Makuladegeneration, Diabetes, Venenverschlüssen und Uveitis.

» IN ZUSAMMENARBEIT MIT KRANKENKASSEN:
BESSERE DIAGNOSTIK & THERAPIE FÜR
PATIENTEN MIT MAKULAÖDEM SIEHE S. 35

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

HINDENBURGER

SPEZIAL

BAUEN & WOHNEN 2013

DIE EXPERTEN

GUTE ADRESSEN IN MG UND UMGEBUNG

TRENDS

KÜCHE, BAD UND LICHT

INNOVATIV

NEUES FÜR BÖDEN UND WÄNDE

Was Sie auch vorhaben, wir haben
den richtigen Grund:
Dahlener Heide

**Zweiter
Bauabschnitt:
über 50 neue
Grundstücke!**



Provisionsfrei!



EWMG

ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT
DER STADT MÖNCHENGLADBACH MBH

Ihr städtischer Partner
für Grundstücke:

Tel.: 021 61 / 4664-222 oder ewmg.de

MÖNCHENGLADBACH



Inhalt

Renovieren



- 4 INSTANDHALTUNG**
Intervalle bei Renovierungen beachten

Wohnen



- 10 WINTERGÄRTEN**
Wohnzimmer aus Glas

- 4 INSTANDHALTUNG**
Intervalle bei Renovierungen beachten
- 6 GRUNDSTÜCK**
Dahlener Heide
- 7 EXPERTEN:**
Elektro Jansen
Gören-Bley Garten- und Landschaftsgestaltung
- 8 HOLZ FINIS**
Die Adresse für neue Böden und Terrassendielen
- 9 WANDFARBEN**
Wie viel Kraft hat die Deckkraft?
- 10 WINTERGÄRTEN**
Wohnzimmer aus Glas
- 12 EXPERTEN:**
wohnen & mehr Hohls
Elektro Zabelberg
Esch Immobilien
EP: Jepkens

- 13 DUSCH-WCS**
Sanfter Luxus für den Po
- 14 FRÜHJAHRSAUSSTELLUNG**
Neues, Altbewährtes und Besonderes
- 15 FÖRDERMITTEL**
Geld für Haussanierer
- 16 REUTER BADSHOP**
Zuhause zuliebe zu Reuter
- 18 TECHNIK-TRENDS**
Das vernetzte Haus
- 20 MÖBEL**
Das Einmaleins der Ledermöbelpflege
- 21 WÄRMEPUMPEN**
Heizen mit Erdwärme
- 22 RAUCHMELDER**
Krachmacher, die Leben retten

IMPRESSUM

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, www.hindenburger.de

Herausgeber: Sascha Broich, Marc Thiele
Chefredakteur: Sascha Broich (V. i. S. d. P.)
Kontakt: Tel. 02161/68695-30, Fax 02161/68695-21
E-Mail: redaktion@hindenburger.de
Redaktionelle Mitarbeit:
Sascha Broich, Sabrina Kirmapci
Grafik: Marktimpuls GmbH & Co. KG
Satz & Layout: Sandra Ophei, Sascha Broich

Für die Richtigkeit der 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. Nachdruck des gesamten Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Freigabe des Verlages. Alle Rechte liegen beim Verlag.

Anzeigenverkauf/Vertrieb:
Verantwortlich: Marc Thiele, Tel. 02161/68695-50
Fax 02161/68695-21, E-Mail: media@hindenburger.de
Anzeigenverkauf/Anzeigenberatung:
Jasmin Pretscher, André Weiß
Mediadaten & Anzeigenpreisliste: www.hindenburger.de
Auflage: 35.000, Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen, Geschäften und Gastronomiebetrieben im Erscheinungsgebiet.

Der Spezialist für gesunden Schlafkomfort

- ✓ Matratzen und Kissen zu Hause testen
- ✓ Computergestützte Liegeanalyse
- ✓ Bestpreisgarantie



**BETTEN
DEPOT**

Schillerstraße 77-79
41061 Mönchengladbach
Telefon 021 61-2 01 28

www.betten-depot.de



Ein Stück **Zukunft sichern**

Um Wert und Funktionsfähigkeit der eigenen Immobilie langfristig zu erhalten, sind Instandhaltungsarbeiten am Gebäude unabdingbar. Lesen Sie hier, worauf Sie achten müssen.

Text: Gerhard Maciolek/pp

Regelmäßige Kontrolle und turnusmäßige Wartung schaffen beste Voraussetzungen für eine lange Lebensdauer des Hauses und seinen technischen Anlagen. Je früher Schäden erkannt werden, desto geringer sind ihre Auswirkung und die mit der Beseitigung verbundenen Instandhaltungskosten. Die Feststellung von Schäden sollte nicht dem Zufall überlassen bleiben. Ein regelmäßiger Kontrollgang durchs Haus kostet wenig Zeit und Mühe. Bei für Laien nicht eindeutig erkennbaren Auffälligkeiten helfen Bauherrenberater und Energieberater. Aber es gibt Anhaltspunkte, nach denen man sich richten kann. Gut ist zum Beispiel zu wissen, wie lange bestimmte Materialien und Bauteile halten. Bei normalem Gebrauch wird die technische Lebensdauer eines Hauses mit mindestens 80 bis 100 Jahren angegeben. Die durchschnittliche Erneuerungszeit von Bauteilen und -materialien ist jedoch unterschiedlich:

5 bis 15 Jahre

für Anstriche, Tapeten, Fußbodenbeläge, Außenanstriche an Fassaden, Fenstern, Dachdeckungen bei Flachdächern, offene Holzkonstruktionen, Pumpen und Ölbrenner.

15 bis 30 Jahre

für Dachrinnen, Fallrohre, Verblechungen aus Zinkblech, Abdichtungen von Außenbauteilen mit Fugen-

material, Außenverglasungen, Öltank, Heizkessel und -thermen, elektronische Regeleinrichtungen, Plattenbeläge außen und Kunststoffbeläge innen.

30 bis 50 Jahre

für Schornsteinköpfe, Dacheindeckungen, Blitzschutzanlagen, Außenfenster und -türen, Außenputz, Außentreppen, Sanitärleitungen, Elektroboxen und -schalter, Ausstattung von Küchen und Bädern sowie Fliesenbeläge innen.

Der Expertenrat

Regelmäßige Kontrollen haben in erster Linie vorbeugenden Charakter, um den Instandhaltungsaufwand und damit die Kosten so gering wie möglich zu halten. In der Fachliteratur wird von einer Instandhaltungsrücklage von einem Prozent des Neubauwertes pro Jahr ausgegangen.

Um die Instandhaltungsmaßnahmen, den Aufwand und die Kosten realistisch einzuschätzen, sollte man sich von Bauexperten beraten lassen. Regelmäßige Wartungen von Fachbetrieben beispielsweise für die Heizung oder die Solaranlage verlängern deren Leben. Ein regelmäßiger Check der Elektroanlage (z. B. Wartung der Verteilerboxen, Schalter und Anschlüsse) dient darüber hinaus der Sicherheit und bringt gegebenenfalls Vorteile bei der Abwicklung eines Schadens-



Heizkessel müssen nach rund 15-30 Jahren erneuert werden.

falls mit der Versicherung. Ausführliche schriftliche Informationen gibt es vom Bundesbauministerium unter www.irbnet.de/daten/rswb/88009503213.pdf. Ein über 200 Seiten dickes Buch zum Thema „Bauen & Renovieren“ stellt der BUND zur Verfügung unter www.bund.net/service/oekotipps/bauen_und_renovieren. Internetseiten mit umfangreichem, relativ neutralem Beratungsinhalt finden sich unter www.renovieren.net und www.renovieren.de. Wem das alles zu umständlich ist, kann auch einen Bauherrenberater des Bauherren-Schutzbundes buchen. Das bundesweite Beraternetz der unabhängigen Berater finden Sie im Internet unter www.bsb-ev.de. In Sachen Energie, Dämmung etc. holt man sich einen Energieberater ins Haus.



Die Checklisten

Dach und Dachrinne

- ✓ Sind Schneefanggitter, die Standsteine bzw. das Laufgitter für den Schornsteinfeger sicher?
- ✓ Ist die Dachentwässerung in Ordnung?
- ✓ Ist die hölzerne Dachkonstruktion frei von Pilz- und Schädlingsbefall?
- ✓ Gibt es an der Innenbekleidung des Daches Flecken, die auf Feuchtigkeit hindeuten?
- ✓ Sind Dachrinne und Fallrohr frei von Laub, Verschmutzungen und Pflanzenbewuchs?
- ✓ Gibt es an Fallrohr oder Rinne Rostflecken bzw. Leckagen, die Ursache von feuchtem Mauerwerk sein können?
- ✓ Weist der Schornsteinkopf Risse oder Schäden an Mauerwerksfugen auf oder sind Risse in der Schornsteineinfassung zu erkennen, die für das Eindringen von Feuchtigkeit in die Dachkonstruktion verantwortlich sein können?

Fenster und Türen

- ✓ Sind die Fenster- bzw. Türdichtungen intakt?
- ✓ Liegen Fenster und Türen dicht am Rahmen an, so dass Zug verhindert wird?
- ✓ Sind die Fenster- bzw. Türbeschläge funktionsfähig oder klemmen sie?
- ✓ Benötigen die Holzelemente einen neuen Anstrich?
- ✓ Gibt es Anzeichen dafür, dass die Verglasung Luft zieht, das Fenster damit „blind“ wird und seine Dämmwirkung verliert?
- ✓ Sind die elastischen Fugen zwischen Mauerwerk und Fenster bzw. Tür noch intakt?

Fassade und Haussockel

- ✓ Hat der Putz Risse und wo liegen die Ursachen?
- ✓ Haften Anstrich und Beschichtung gut?
- ✓ Sind Salzausblühungen an der Fassade erkennbar?
- ✓ Sind an den Mauerwerksfugen Ausplatzungen sichtbar?
- ✓ Ist der Haussockel vor Spritzwasser geschützt?

Balkon bzw. Terrasse

- ✓ Sind die Abläufe frei von Verschmutzungen oder Laub?
- ✓ Weisen Fliesen oder Steinplatten Risse auf, die eine Durchfeuchtung der Unterkonstruktion zur Folge haben können?
- ✓ Sind die Anschlüsse an angrenzende Bauteile bzw. zur Hausfassade intakt?
- ✓ Sind Schädigungen an der Brüstung oder dem Geländer zu erkennen?

Bodenplatte bzw. Keller

- ✓ Lässt ein muffiger Geruch darauf schließen, dass Feuchtigkeit eindringt?
- ✓ Gibt es an Wänden, Fußboden und Decke Verfärbungen, die auf Feuchtigkeit zurückzuführen sind?
- ✓ Sind die Kellerräume frei von Pilzbefall?
- ✓ Zeichnen sich an Wand oder Fußboden Risse ab?
- ✓ Sind die Kellerfenster intakt, benötigen sie unter Umständen einen neuen Anstrich, gibt es Risse zwischen Fenster und Mauerwerk?
- ✓ Sind die Lichtschächte frei, ist der Wasserablauf funktionsfähig?

Heizung und Warmwasserbereitung

- ✓ Sind die Heizkörper sowie Wasser- und Abwasserleitungen frei von Verkalkungen?
- ✓ Sind die Rohrleitungen ausreichend wärmedämmend?
- ✓ Wurde die turnusmäßige Wartung der Heizungsanlage durch eine Fachfirma vorgenommen?
- ✓ Gibt es Auffälligkeiten an Rohrverbindungen?
- ✓ Funktionieren die Armaturen einwandfrei, tropfen sie oder sind sie verkalkt?

Feuchte Keller? Nasse Wände?



- Schadensermittlung durch zerstörungsfreie Messtechniken
- Dämmschicht und Bauwerkstrocknungen
- Behebung der Feuchtigkeitsursachen
- TÜV zertifizierte Schimmelsanierung



- Beratung
- Planung
- Ausführung
- Neubau
- Sanierung
- Trockenbau



Zertifizierter Fachbetrieb

SIEGERS
Bauunternehmung

Dünner Straße 128 · 41066 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 61 - 66 24 58 · Fax: 0 21 61 - 66 34 89

www.siegers-bau.de



„Wir erfüllen die großen
und die kleinen Träume“

FRANK MUND
Immobilienberatung

Poststraße 31
41189 Mönchengladbach
Tel. 0 21 66 . 9 98 87 53
Fax 0 21 66 . 9 98 87 56
mund@mund-immo.de
www.mund-immo.de

Wenn's warm wird...



RISCH

Kälte- und Klimatechnik GmbH

Planung Verkauf

Montage Service

Stadtwaldstrasse 368
41179 Mönchengladbach
Tel.: 021 61 / 58 12 72
Fax.: 021 61 / 58 20 28
Web: www.risch-kaelte-klima.de
E-Mail: info@risch-kaelte-klima.de

2010 MARKTIMPULS.DE



**Ihr Garagentor - Spezialist
in Mönchengladbach**

Besuchen Sie unsere
große Hausausstellung
Bernaisch Bauelemente GmbH
Adolf-Kempken-Weg 93
41189 Mönchengladbach
Tel. 021 66 / 5 10 21
Fax 021 66 / 5 21 24
Öffnungszeiten:
Mo-Do 7.30-12 Uhr
und 13.30-17 Uhr
Fr 7.30-12 Uhr

bernaisch
bauelemente gmbh

2011 MARKTIMPULS.DE



Klaus Quasten: „Wir sind positiv überrascht über die große Nachfrage für dieses schöne Baugebiet. Aus diesem Grund haben wir damit begonnen, die Erschließungsanlagen des 2. Bauabschnittes zu bauen, um somit über 50 weitere Grundstücke kurzfristig anbieten zu können.“

Dahlener Heide

Die EWMG bietet im 2. Bauabschnitt über 50 weitere Grundstücke an.

Höchst innovativ und sehr familienfreundlich zeigt sich das geltende Planungsrecht für das derzeit aktuelle Baugebiet der städtischen Entwicklungsgesellschaft in Mönchengladbach-Rheindahlen, der „Dahlener Heide“. In einer herrlichen Grünlandschaft gelegen – und dennoch nah am Zentrum – bietet die Entwicklungsgesellschaft auf einer Gesamtfläche von ca. 51.000 m² insgesamt 143 bauwilligen Interessenten Grundstücke für die Errichtung individueller und freistehender Einfamilien- und Doppelhaushälften in bis zu zweigeschossiger Bauweise an. Die Erschließung erfolgt in mehreren Bauabschnitten. Im 1. Bauabschnitt sind fast alle der ca. 60 Grundstücke verkauft und zum größten Teil auch schon bebaut. Aufgrund der großen Nachfrage bietet die EWMG deshalb ab sofort bauinteressierten Kunden über 50 weitere Grundstücke im 2. Bauabschnitt an.

Freiräume

Großzügige Grundstückszuschnitte, öffentliche Grünflächen mit einem Erlebnisspielraum mit vielfältigen Spielgeräten für Kinder und das im Süden angrenzende Landschaftsschutzgebiet mit den alten Baumbeständen verleihen dem neuen Zuhause einen hohen Wohnwert in „grünem Ambiente“ und familienfreundlicher Umgebung.

Energie

Die überwiegende Ausrichtung der Baufelder bietet beste Voraussetzungen für eine passive Sonnenenergieausnutzung oder den Einsatz regenerativer Energien.

Versorgung

Kindergärten, Schulen und Versorgungseinrichtungen des täglichen Bedarfs im unmittelbaren Einzugsbereich, eine hervorragende Anbindung an das öffentliche Verkehrsnetz und die fußläufig gut erreichbaren ÖPNV-Anschlüsse bieten die für einen Top-Wohnstandort erforderliche Infrastruktur.



Klaus Quasten



Thomas Geck

EWMG
ENTWICKLUNGSGESELLSCHAFT
DER STADT MÖNCHENGLADBACH MBH

EWMG
Regentenstr. 21, 41061 MG, Tel. 02161/4664222
www.ewmg.de, anfrage@ewmg.de

ELEKTROINSTALLATION, GERÄTE & SERVICE



ELEKTRO JANSSEN

Auf Schnelligkeit, Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit können sich die Kunden bei Elektro Janssen seit 1954 verlassen. Ob Altbausanierungen, Installationen und Reparaturen bei Privat- oder Firmenkunden – wir bieten Ihnen eine kompetente Begleitung Ihrer Projekte, günstige Preise, erstklassige Installationen und einen Service, wie er im Buche steht. Dabei setzen wir auf persönliche Beratung, die auch bis weit nach dem eigentlichen Kauf oder der Fertigstellung reicht. Wir verkaufen und reparieren Warmwasser- und Haushaltsgeräte, Beleuchtungs-, Kommunikations- und Zähleranlagen, Rollladen- und Garagentorantriebe, sowie SAT-Anlagen und Rauchmelder.

Auch für Sicherheits-E-Checks an Anlagen und Geräten steht Ihnen das Team von Elektro Janssen fachgerecht zur Verfügung.



Elektro Janssen
Dünner Str. 119, 41066 MG
Tel. 02161/662982
www.elektro-g-janssen.de

GARTEN- UND LANDSCHAFTSGESTALTUNG



Grün – unsere Aufgabe

Wünschen Sie sich auch einen Garten, in dem Ihr positives Lebensgefühl zu Hause ist, Freude und Heiterkeit blühen, Ruhe und Gelassenheit wachsen? Träumen Sie nicht länger nur davon! Ob es der naturnahe oder der streng formale Garten ist, die Bedürfnisse der Kinder im Vordergrund stehen oder der Wunsch nach repräsentativer Ausstrahlung: Ihre Gartenwünsche sind uns wichtig.

Wir unterstützen Sie mit Ideen, unserer Erfahrung und Fachkenntnis bei der Realisierung Ihrer individuellen Gartenräume. Ihr kompetenter Partner bei Planung und Bau, Umgestaltung und Pflege von Hausgärten.

Sprechen Sie mit uns, wir sind für Sie da!



Gören-Bley

Garten- und Landschaftsgestaltung
Dipl.-Ing. Gören-Bley
Zum Venner Busch 3-5, 41068 MG
Tel. 02161/52413, www.goeren-bley.de

Sonntags
geöffnet*

kambiente
Kaminöfen & Zubehör

**Exklusive Ausstellung
mit über 100 ÖFEN**



Beispiel Speicherofen



Beispiel Kaminanlage

**Kaminöfen · Speicheröfen · Kaminanlagen
Pelletöfen · Schornsteine · Zubehör**

KAMBIENTE
Steinmetzstraße 41 · 41061 Mönchengladbach
Tel. 0 21 61 - 46 05 55

Di.-Fr. 10-13 u. 15-18 Uhr · Sa. 10-14 Uhr · So. 13-17 Uhr*

* Sonntags keine Beratung und kein Verkauf

www.kambiente.de



Die geschmackvolle **Kombination unterschiedlicher Holzsorten** schafft eine behagliche und moderne Wohnatmosphäre.

Holz Finis

Die Adresse für neue Böden und Terrassendielen in MG-Geistenbeck.

Seit einem Jahr erleben die Kunden bei Holz Finis eine neue Welt des Bodens: Von Laminat, Parkett, Massivholzdielen und Kork bis zu neuen Böden aus Vinyl finden Sie in der beeindruckenden Ausstellung alle Böden klar strukturiert nach einem eigenen Leitsystem. Die Musterböden und Flächen sind stilvoll und freundlich präsentiert.

Stolz schwärmen die Brüder Peter und Thomas Finis von der Ausstellung, die bei Privatkunden und Handwerkern gleichermaßen großen Anklang gefunden hat: „Unsere Kunden erwartet eine für diese Region einmalige Auswahl, die nicht nur ansprechend präsentiert, sondern auch laufend aktualisiert wird. Viele Handwerker nutzen die Ausstellung um ihre Kunden bei uns vor Ort mit oder ohne Unterstützung zu beraten.“



Die neue **Bodenausstellung** bietet mehr als 300 verschiedene Holz- und Holzwerkstoffböden und präsentiert sich besonders kundenfreundlich durch **ein eigenes Leitsystem**.



Stolz auf Holz sind die Geschäftsführer und Brüder **Peter und Thomas Finis**.

Auch die Türeusstellung wurde 2012 komplett neu konzipiert. Hier finden Sie Stil- und Standardtüren in allen Größen und Ausführungen. Auch Glastüren liegen nach wie vor voll im Trend und nehmen einen großen Bereich ein.

Für Handwerker wie Schreiner, Tischler oder Zimmerleute sowie Privatkunden, die sich neu und individuell einrichten möchten, ist Holz Finis immer der richtige Ansprechpartner in Sachen Holz.

In der Ausstellung „Holz im Garten“ können die Kunden ab Ende März die Terrasse als Wohnraum erleben. Verschiedenste Terrassenbeläge, ob Laub-, Hart- oder thermobehandelte Hölzer bis zu Terrassendielen aus WPC, können Sie dann live erleben. Hier finden Sie die größte Auswahl an Terrassendielen weit und breit. Natürlich ist Dank des großen Lagers alles kurzfristig lieferbar.

Tipp: Besuchen Sie Holz Finis auch auf der „Gartenwelt Schloss Rheydt“ vom 19. bis 21. April 2013!

HOLZFINIS
STOLZ AUF HOLZ

Holz Finis

Luisental 61, 41199 MG, Tel. 02166/915420

www.holzfinis.de, info@holzfinis.de

Mo. bis Fr. von 7:30 bis 18:00 Uhr

Sa. von 8:00 bis 12:00 Uhr



Je mehr Pigmente einer Dispersionsfarbe auf den Quadratcentimeter kommen, desto besser deckt die Farbe.

Wie viel Kraft hat die Deckkraft?

Wandfarben wählt nach Ergiebigkeit, Deckkraft und Reinigungskraft.

Nach einigem Hin und Her hat man sich entschlossen: „Übermorgen wollen wir die Wände streichen“. Ein, zwei Tage zuvor besorgt man sich im Baumarkt die Farbe und steht vor Kübeln, die alle dasselbe versprechen: nämlich, dass die Wand nachher wie neu aussieht. Auf den meisten Kübeln steht sinngemäß: „Reicht für x Quadratmeter“. Wer da vor der Fahrt die Wände nicht vermessen und Länge mal Höhe miteinander multipliziert hat, um auf die Quadratmeter zu kommen, fährt möglicherweise zweimal. Um die Deckkraft einer Farbe beurteilen zu können, vergleicht man sie am besten mit einem Computerbild. Je mehr Pixel, also Bildpunkte, ein solches Bild auf der gleichen Fläche hat, desto schärfer und klarer wird das Bild. Was beim Bild die Pixel sind, sind bei einer Dispersionsfarbe die Pigmente. Je mehr davon auf den Quadratcentimeter kommen, desto besser deckt die Farbe.

Ergiebigkeit und Deckkraft einer Farbe

Drei Merkmale spielen eine Rolle: die Ergiebigkeit, die Deckkraft und die Reinigungskraft. Deckkraft und Ergiebigkeit stehen in einem engen Verhältnis. Die Ergiebigkeit ist das Merkmal, das auf praktisch allen Farbverpackungen angegeben wird: 10 Liter für 130 Quadratmeter – das muss doch besser sein als 10 Liter für 80 Quadratmeter. Wenn man aber erstere Farbe zweimal streichen muss, bis sie befriedigend deckt, kommt sie möglicherweise viel teurer. Aussagekräftiger als die Ergiebigkeit ist die Deckkraft, die nach der Euronorm EN 13 300 in vier Klassen eingeteilt ist. Man kann sie sich wie Schulnoten vorstellen: Klasse Eins ist hoch deckend, Klasse Zwei deckt noch ganz gut, Klasse Drei ist okay und Klasse Vier ist ausreichend, um einen Anstrich von einem Nichtanstrich zu unterscheiden.

Reinigungskraft einer Farbe

Das dritte Merkmal, die Reinigungskraft, spielt vor allem dort eine Rolle, wo eine Wand hohen Belastungen ausgesetzt ist wie zum Beispiel im Flur, in der Küche oder im Kinderzimmer. Der offizielle Name für Reinigungskraft heißt „Nassabriebbeständigkeit“. Ideal ist in stark beanspruchten Bereichen eine Farbe mit der Nassabriebbeständigkeit der Klassen Eins oder Zwei (scheuerbeständig). Das bedeutet konkret, dass man diese Farben auch gelegentlich mit einem feuchten Schwamm schadlos reinigen kann. Die Nassabrieb-Klasse Drei ist nicht mehr scheuerbeständig, sondern nur noch waschbeständig. Da man aber eine Wand ohne Reiben kaum reinigen kann, bedeutet das unter dem Strich, dass die Wand nach ein paar Reinigungsvorgängen nicht mehr aussieht, als würde sich eine weitere Reinigung noch lohnen. Noch weniger halten Farben mit der Nassabriebbeständigkeit Vier und Fünf aus.

Männer streichen anders als Frauen

Bleiben zum Schluss noch zwei Aspekte, die man beim Farbenkauf berücksichtigen sollte: Männer streichen nämlich anders als Frauen. Diese streichen meist mit weniger Krafteinsatz und verwenden deshalb im Schnitt mehr Farbe pro Quadratmeter. Das hat zwei Konsequenzen: Frauen brauchen mehr Farbe, erreichen aber mit derselben Farbe eine bessere Deckkraft als Männer. Hinsichtlich der Werkzeugqualität weist die Zeitschrift „Selbst ist der Mann“ darauf hin, dass Billig-Farbroller aus Polyester (Vestan) oder Plüsch eher zu Ärger führen als solche aus Polyacryl, Polyamid oder Lammfell.

Text: Gerhard Maciolek/pp

Europas beliebtestes Fotobuch

Mein cewe fotobuch
Mein Leben

Meine cewe wand-deko
Meine Fotos auf Leinwand, hinter Acryl und mehr

Meine cewe grußkarten
Meine individuellen Karten für jeden Anlass

Meine cewe fotogeschenke
Meine Fotos als persönliche Geschenkidee

cewe
BEST IN PRINT

www.cewe.de

Den Sommer zuhause genießen



 TERRASSENPLATTEN
 PFLASTERSTEINE
 VERLEGE-SERVICE

DÜRSELEN
STEIN + GESTALTUNG

WWW.DUERSELEN.COM

Nobelstraße 10 · 41189 Mönchengladbach
Tel.: 02166/40003 · Fax: 0 2166/46554



vermitteln
verstehen
vertrauen

www.thomas-arndt.com



THOMAS ARNDT
Immobilien

Mennrathhött 19 · 41179 MG

Tel. 0 21 61 / 69 80 80-0 · info@thomas-arndt.com



Eine Befanzung beschattet den Wintergarten im Sommer und lässt in der kalten Jahreszeit die erwünschte Menge Licht durch.

Wintergarten Wohnzimmer aus Glas

Wintergärten sind eine doppelte Bereicherung: Sie steigern Lebensqualität und Wohnwert. Wir verraten, worauf Sie achten sollten.

Wohn-Wintergärten sind Lifestyle, Lichtbadewannen in winterlicher Trübnis und Kuschelstuben an kühlen oder verregneten Sommerabenden. Doch damit das wohlige Lebensgefühl wegen Konstruktionsmängeln nicht in Hitze oder Tauwasser baden geht, sollten der Anschaffung eines Wintergartens gründliche Überlegungen vorangehen. Immerhin ist ein Wintergarten genehmigungspflichtig. Der jeweilige Entwurfsverfasser muss bauvorlageberechtigt sein, Profile und

len. Dort erfährt man, welche Bedingungen und Gestaltungssatzungen den eigenen Träumen Grenzen setzen. Bei der eigentlichen Umsetzung kann man eine Menge falsch machen. Es lohnt sich deshalb, einen Fachmann zu Rate zu ziehen, also den Berater eines Wintergartenanbieters, einen Architekten, einen Bauphysiker oder Energieberater. Ratsam ist ebenfalls ein Gespräch mit Wintergartenbesitzern, deren „Glashaus“ schon ein paar Jahre auf dem Buckel hat. Von seinem Planer oder Anbieter kann man sich meist auch Muster- oder Kundenobjekte ansehen, in manchen sogar ein paar Stunden probewohnen.



Wer im Glashaus sitzen möchte, sollte einiges bedenken.

Konstruktion müssen auf jeden Fall den Vorgaben der Wärmeschutzverordnung entsprechen. All das ist natürlich kein Problem, wenn man bereits beim Hausbau ein solches „Wohnzimmer aus Glas“ mitplant. Wer allerdings mit dem Gedanken spielt, sich einen Wintergarten an ein bestehendes Haus anzubauen, sollte – damit nicht alles umsonst ist – beim Bauamt schon vor der Planungsphase Erkundigungen einho-

Luft und Schatten sind das Nonplusultra

Ein falsch geplanter Wintergarten verwandelt sich im Sommer in eine Sauna mit bis zu 70 Grad Celsius und „schwitzt“ im Winter, wenn mangels Luftstrom entlang der Wände zwangsläufig Kondenswasser anfällt. Ein wirksames Belüftungs- und Beschattungssystem ist deshalb das Nonplusultra, um einen Wintergarten genießen zu können, Schäden von der Konstruktion und Schimmel fernzuhalten. Grundsätzlich gilt die Faustregel: Zu- und Abluftöffnungen eines Wintergartens sollten möglichst großzügig bemessen sein, tote Zonen sind unbedingt zu vermeiden. Doch auch bei der sorgfältigsten Planung wird man etwas Tauwasser kaum vermeiden können. Dies gilt vor allem dann, wenn man die Tür zu den Wohnräumen offen stehen lässt oder viele Pflanzen im Wintergarten stehen hat. So schön sie sind: Sie geben eine Menge Feuchtigkeit ab.

Belüftung, Beschattung und Heizung wie von Zauberhand

Natürliche, wartungsarme Lüftungssysteme brauchen eine ganze Reihe von Öffnungen und führen deshalb zu einem hohen Energieaufwand, aber auch zur Belästigung durch Insekten. Die Einbruchgefahr steigt ebenfalls. Motorische Belüftungen sind witterungsunabhängig und brauchen deutlich weniger Wandöffnungen, sind aber auch teurer und benötigen Energie zum Antrieb von Motoren und Steuerungen. Entsprechend dem Belüftungssystem ist das Beschattungssystem zu wählen. Beide sind unmittelbar voneinander abhängig. Die beste Beschattung bieten witterungsbeständige Markisensysteme, die von Wetter- und Temperatursensoren gesteuert werden und immer funktionieren, ganz egal, ob man zu Hause ist oder nicht. Sie lassen die Sonnenstrahlen erst gar nicht bis ins Innere des Wintergartens vordringen und reagieren auf Wind, schmutzen allerdings im Laufe der Zeit etwas und bieten keine zusätzliche Wärmeisolierung. Während die Belüftung eines Wintergartens eine technische Herausforderung darstellt, sind Heizungen einfach zu verwirklichen. Hier kommt es vor allem darauf an, die Ästhetik des Wintergartens nicht mit Heizkörpern zu verderben. Eine Alternative zu herkömmlichen Heiz- und Lüftungssystemen bietet ein Solar-Luft-System. Im Sommer kann es zusätzlich zur Warmwasser-Aufbereitung genutzt werden. Ausgesprochen komfortabel, aber auch deutlich teurer, ist eine Klimasteuerung, also eine Kombination aus Belüftung, Beschattung und Heizung, die wie von Zauberhand auf Änderungen von Licht, Wind und Regen reagiert. Kombiniert man die Klimasteuerung mit einer Wärmepumpe, kann man im Laufe der Zeit seine Zusatzkosten wieder hereinholen. Ein weiterer Vorteil einer Wärmepumpe: Sie lässt sich im Sommer problemlos zu einer Klimaanlage umfunktionieren - ein preiswerter Luxus, um den man schnell beneidet wird.

Text: Gerhard Maciolek/Bobby Langer/pp

INFO

Der Trick mit den Bäumen

Ein Wintergarten braucht im Sommer eher wenig Sonne, im Winter hingegen möglichst viel. Was sich auf den ersten Blick wie ein unlösbares Problem darstellt, ist auf den zweiten Blick einfach zu erledigen. Man pflanzt vor seinen Wintergarten schnell wachsendes, sommergrünes Gehölz wie z. B. Holunder. Dieses beschattet den Wintergarten zur richtigen Zeit und lässt im Winter die erwünschte Menge Licht durch. Ein hübscher Anblick ist eine kleine Hopfenpflanzung, die im Frühling mit atemberaubender Geschwindigkeit emporschießt und den Garten im späten Sommer mit ihren Dolden ziert. Gut geeignet sind Weidenarten wie die Korkezieherweide oder die Silberweide. Die nordamerikanische Robinie bzw. Scheinakazie wächst flott empor und treibt ihre Blätter erst im Mai aus. Allerdings sind ihre Früchte und Blätter giftig.

Was macht eine Wärmepumpe?

Wenn die sommerliche Hitzewelle übers Land rollt, frönen die Deutschen ihrem Sonnenhunger am Badeseesee, im Freibad oder im eigenen Garten. Im Haus aber möchten die meisten kühlen Kopf behalten, am besten mit einer Klimaanlage. Eine energiesparende und wirkungsvolle Alternative für kühle Rechner stellt die aktive Kühlung mit einer Wärmepumpe dar, die zugfrei, lautlos und kostengünstig arbeitet. Das „Kühlschrankprinzip“ kehrt den Effekt der Wärmepumpe um: Die Wärme wird dem Haus entzogen und ins Erdreich, das Grundwasser oder die Außenluft abgegeben. Durch den Wärmeeintrag wird bei Erdwärmesystemen während der warmen Jahreszeit der Erdspeicher zusätzlich aufgeladen. Das erhöht die Effizienz der Heizanlage im Winter und trägt zur schnelleren Regeneration des Erdreichs nach der Heizperiode bei. Gegenüber eigenständiger Kühlung spart diese Technik Energie und schont das Haushaltsbudget. Da die Kühlfunktion nur eine Erweiterung der Wärmepumpe darstellt, sind die Investition und der Betrieb wesentlich günstiger als bei einer eigenständigen Klimaanlage. **Mehr zum Thema auf Seite 21.**

Ihr Weg zum eigenen Garten-Teich führt über den Hephata Garten-Shop!



Bei uns finden Sie alles, was Sie zum Bau Ihres eigenen Gartenteichs benötigen - von der Folie über die Pumpe bis hin zu Pflanzen und Fischen.

Gerne übernehmen auch unsere Landschaftsgärtner den Bau für Sie - sprechen Sie uns an!



HEPHATA. unternehmen mensch.

Künkelstraße 48a, 41063 Mönchengladbach
www.hephata-garten-shop.de

Planung und Ausführung...
...alles aus einer Hand

GALABAUPALMEN
Gartengestaltung und Baumschule

www.galabaupalmen.de

- Neuanlagen
- Altgartenrenovierung
- Gartenpflege
- Steinarbeiten und Pflasterungen
- Zaunbau
- Baumschnitt und Baumfällerei
- Bepflanzungen
- Teichbau und Sanierung

Laurentiusstraße 167 · 41189 Mönchengladbach
Tel. 0 21 66 - 95 82 42 · mobil 0172 - 21 11 336

IDEEN ZUM WOHNEN, SCHENKEN UND WOHLFÜHLEN



wohnen & mehr Hohls

Am Rande der Innenstadt befindet sich das seit 1986 geführte Geschäft „wohnen & mehr Hohls“. In den unterschiedlichen Themenwelten präsentieren Helena und Hermann Hohls ausgefallene und individuelle Trends, die regelmäßig wechseln und sich perfekt ergänzen.

Das reichhaltige Sortiment aus Kerzenhaltern, Kissen, Modeschmuck, Halstüchern, Gartenaccessoires, Steinfiguren, Spiegeln, Möbeln und zahlreichen Geschenkideen lädt zum Stöbern ein. Lassen Sie sich bei einem Rundgang von der Größe des Geschäftes und der Vielfalt des Angebots überraschen. Sollte eines der schönen Stücke einmal nicht ins Auto passen, können Sie gerne die Möglichkeit der kostenlosen Lieferung in Anspruch nehmen.

Parkmöglichkeiten sind vor dem Haus ausreichend vorhanden.

**wohnen & mehr
Hohls**

wohnen & mehr Hohls
Grevenbroicher Str. 30, 41065 MG
Tel. 02161/43687
Mo.-Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-16 Uhr

ELEKTRO-KUNDENDIENST UND GEBÄUDESANIERUNG



Elektro Zabelberg

Ist Ihre Wohnung bereits mit Rauchmeldern ausgestattet? Wenn nicht, dann sollten Sie sofort handeln, denn Rauchmelder retten Leben! Wir bieten fachgerechte Beratung, Installation und Service für Immobilienbesitzer und Hausverwaltungen.

Als Familienbetrieb sind wir seit über 75 Jahren mit den Schwerpunkten Kundendienst und Gebäudesanierung aktiv. Wir sind Geschäftspartner der Stadt Mönchengladbach, gemeinnütziger Wohnungsbaugesellschaften und zahlreicher Hausverwaltungen. Weitere Leistungen:

- Audio-/Video-Sprechanlagen
- Kabelfernsehen
- Netzwerktechnik
- DVB-T-Anlagen
- Telekommunikations-Anlagen
- Alt- und Neubauinstallation
- Satelliten-Anlagen
- Rauchmelder

Zabelberg Elektro
GmbH

Elektro Zabelberg GmbH
Klagenfurter Str. 13, 41063 MG
Tel. 02161/10956
elektro-zabelberg@web.de

ERFOLGREICH IN DER REGION



Esch Immobilien

Sie suchen eine Immobilie, möchten verkaufen bzw. vermieten oder benötigen ein ausführliches Immobilienwertgutachten? Die Firma Esch Immobilien vermittelt schnell und sicher Wohn- und Gewerbe-Immobilien in Mönchengladbach und Umgebung. Außerdem werden durch TÜV-geprüfte Sachverständige Immobilienwertgutachten erstellt. Immer im Blickpunkt: die individuelle kompetente Beratung ohne Zeitdruck.

Marcus Esch ist im Vorstand des Berufsverbandes Ring Deutscher Makler (RDM) in Düsseldorf aktiv und Mitglied im Prüfungsausschuss der IHK Mittlerer Niederrhein für Immobilienkaufleute.

Sie möchten sich weiter informieren? Lesen Sie mehr auf unserer Homepage oder rufen Sie uns an! Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

ESCH
IMMOBILIEN MARCUS ESCH

Esch Immobilien RDM
Am Düvel 3, 41238 MG
Tel. 02166/146180
www.esch-immobilien.de

UNTERHALTUNGSELEKTRONIK UND SERVICE



EP:Jepkens

Seit 33 Jahren bietet EP:Jepkens Kompetenz und Service in der Unterhaltungselektronik. Neben einem Loewe-Studio findet man hier auch eine große Auswahl an LED-Fernsehern, HiFi Anlagen, DVD-Recordern, Telefonen, Laptops und Tablet-PCs für jeden Geschmack und Geldbeutel. Durch den Verbund mit EP kann das Fachgeschäft auf ein großes Lager zurückgreifen. Der Kunde steht bei EP:Jepkens immer im Mittelpunkt: „Es ist uns wichtig, dass jeder individuell beraten wird, damit er mit der Wahl seines Gerätes nachher auch zufrieden ist“, sagt der Inhaber Ulrich Jepkens. „Da wir die Kundenwünsche genau analysieren, können wir unser Angebot darauf abstimmen und den Kunden optimal bedienen.“ Eine Meisterwerkstatt für Reparaturen rundet das Serviceangebot ab. Zudem gehören die Montage von Sat- und Kabelanlagen, Telefonanlagen sowie das Einrichten von Computer- oder Home-Netzwerken zum Angebot von EP:Jepkens. Informieren Sie sich selbst vor Ort!

EP:Jepkens
ElectronicPartner

EP:Jepkens, Neusser Str. 180
41065 MG, Tel. 02161/960112
www.jepkens.com, info@jepkens.com
facebook.com/EPjepkens



Sanfter Luxus für den Po

Dusch-WCs lassen sich auch nachträglich ohne Probleme installieren.



Dusch-WCs als Aufsatzgerät sind einfach zu installieren und ideal für Mietwohnungen.

für jeden Tag bieten. Die Wasserreinigung des Intimbereichs schenkt ein frisches und gepflegtes Gefühl.

Bereits heute gibt es eine Vielfalt unterschiedlicher WC-Duschen für verschiedene Ansprüche und Wohnsituationen. Am einfachsten einzubauen sind Aufsatzgeräte. Sie sind auch für Mieter sehr gut geeignet, da sie sich ohne größere Eingriffe in die Bausubstanz einbauen und auch wieder zurückbauen lassen. Bei einem Umzug werden sie einfach demontiert und können in der neuen Wohnung wieder installiert werden. Sie ersetzen den WC-Sitz und passen auf die meisten vorhandenen WC-Keramiken. Neben einem Wasseranschluss, der an jedem Spülkasten vorhanden ist, benötigen sie lediglich einen Stromanschluss. Einstiegermodelle bieten die Reinigungs-Grundfunktion mit regulierbarem Duschstrahl. Aufwändigere Modelle verfügen beispielsweise über diverse Duschprogramme, einen regulierbaren Warmluftfön zur Trocknung des Pos und über eine integrierte Geruchsabsaugung. Komplettanlagen werden statt einer normalen WC-Keramik eingebaut und besitzen eine in sich stimmige Formensprache, die zum aktuellen Baddesign passt. Topmodelle bieten Wellness-Funktionen wie individuell voreinstellbare Programme, Ladydusche oder eine integrierte Geruchsabsaugung mit Aktivkohlefilter. Wie auch immer: Nützlich ist eine Infrarotererkennung im WC-Sitz, die genau erkennt, ob ein Benutzer auf der Toilette sitzt und ob er auch an der richtigen Stelle für die Dusche sitzt. Feuchte Überraschungen an der falschen Stelle sind damit sicher ausgeschlossen.

Text: Gerhard Maciolek/pp

Was auch immer das Leben für Dich bereithält



Wir haben die passende Wohnung

gladbau

Ein Unternehmen der Vitus-Gruppe

02161 - 824 01

www.gladbau.de

NATURSTEIN



Erleben Sie die Freude am Naturstein so wie wir!

Mit unserer neuen **CNC-Technik** und handwerklichem Können bieten wir Ihnen eine breite Palette von Produkten aus dem natürlichen Baustoff:

- Massive Werkstücke, Fensterbänke, Stufen
- Küchenarbeitsplatten, Bodenplatten in großen Formaten
- Duschtassen aus einem Stück, Wandverkleidungen
- Gartenmöbel, Skulpturen u.v.m.-



alles in **Maßanfertigung** auf Ihre Wünsche abgestimmt.

Naturstein gibt Ihrem Lebensraum natürliche Schönheit und Eleganz.

Naturstein bietet beste Energiebilanzen durch Ressourcenschonung, gute Dämmeigenschaften und Umweltfreundlichkeit in allen Aspekten.

Planen Sie einfach mit Naturstein, wenn Sie Ihr Bad, Ihre Treppe, Ihre Küche oder Ihren Garten neu gestalten möchten.

Und entdecken Sie die Freude am Naturstein.

Wir stehen Ihnen gern zur Seite.

MARMOR + GRANIT FÜR HAUS, GARTEN UND GRABGESTALTUNG

SPERBER
NATURSTEIN
www.sperber-naturstein.de

Jakobshöhe 19
41066 Mönchengladbach
Tel: 02161 - 65 13 41

Neues, Altbewährtes und Besonderes

Informationen und Einkaufsmöglichkeiten zu allen Themen rund um Wohnen, Ausbildung, Lifestyle, Mode und Gesundheit bietet die Frühjahrsausstellung auf dem Messegelände am Nordpark, die in diesem Jahr vom 16. bis zum 24. März stattfindet.



Um die 80 000 Besucher zieht es jedes Jahr zum Nordpark in Mönchengladbach, wenn dort die große Frühjahrsausstellung der Haug-West Messe- und Ausstellungsgesellschaft mbH mit den neuesten Trends in Sachen „Bauen, Wohnen, Garten und Freizeit“ lockt. Kein Wunder, denn die Aussteller bieten nicht nur Informationen rund um die Produkte und Dienstleistungen, sondern auch ein buntes Erlebnisprogramm für die ganze Familie. Zahlreiche Themenwelten decken ein breites Spektrum an Lebensbereichen ab. So zum Beispiel die Studien- und Ausbildungsbörse, bei der junge Menschen Berufe und Ausbildungsmöglichkeiten – unter anderem

in der Lernwerkstatt und in Form von Vorträgen auf der Bühne – erläutert bekommen. Die Themenwelt „Lifestyle und Gesundheit“ wird der Entwicklung gerecht, dass immer mehr Menschen sich um körperliches und geistiges Wohlergehen bemühen und das Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil wächst. In einer Extra-Halle werden die Themen „Sport, Freizeit, Individual-Therapie, und Fitness“ vorgestellt. Die Besucher können sich dort auch über neue Trends und Entwicklungen im Gesundheitssektor informieren. Um Wohlfühlmomente und -elemente geht es in der Sonderschau „Dekorieren-Inszenieren-Leben“, bei der ganz besondere Einrichtungs- und Haushaltsgegenstände präsentiert werden. Die Tourismusmesse informiert über alle Themen rund um „Reise, Freizeit, Camping und Naherholung“, während die „Fashion & Beauty“-Themenwelt die neuesten Modokollektionen für Trendsetter zeigt. Ergänzend zum großen Angebot der zahlreichen kommerziellen Aussteller werden auf der 22. Frühjahrsausstellung auch wieder viele lokale und regionale Vereine und Verbände präsent sein.

Die 22. Frühjahrsausstellung auf dem Messegelände am Nordpark öffnet vom 16. bis zum 24. März täglich von 10:00 bis 18:00 Uhr.



Auf dem Freigelände werden unter anderem **Pflanzen und Gartengeräte** präsentiert.



Kraushof ist neuer **Gastronomie-Partner** auf der Frühjahrsausstellung. So wird es neben der klassischen niederrheinischen Küche auch Pastagerichte, leichte Salate und Kaffee mit backfrischem Kuchen und leckeren Desserts geben.

FOTOS: VERANSTALTER

HOMMERS
Elektrohausgeräte Ersatzteile-Shop Service-Center

Verkauf
• Neugeräte
• Küchen
• Ersatzteile

Service-Center
Gutenbergstr. 28
41065 Mönchengladbach
www.hommers-service.de ☎ 0 21 61 / 60 32 56

Miele SHARP Constructa BOSCH Miele PROFESSIONAL SIEMENS AEG

Miele **NEFF** **BOSCH** **Constructa** **SIEMENS**

Gutenbergstr. 28 41065 Mönchengladbach Tel.: 02161 603256 www.hommers-service.de

Regierung stockt Fördermittel für Haussanierer erneut auf

In diesem Jahr wurden die Fördergelder der KfW für den Einbau von Heizungen und Sanierung von Häusern auf der Basis erneuerbarer Energien weiter aufgestockt.

Zusätzlich zu den Förderungen der NRW-Landesregierung können Wohnungseigentümer, für deren Immobilie ein Bauantrag vor dem 1.1.2009 gestellt wurde, sehr attraktive Zuschüsse für eine neue kosten- und energiesparende Heizung beantragen und gleichzeitig über den KfW-Kredit zu niedrigen Zinsen finanzieren. Besonders hohe Förderbeträge werden für neue Heizungsanlagen gezahlt, die erneuerbare Energien verwenden und sehr sparsam im Betrieb sind. Diese „Abwrackprämie für Altheizungen“ in Einfamilienhäusern beträgt in Kombination mit dem Marktanreizprogramm der Bundesregierung zwischen 8.980,- € und 10.670,- €. Darüber hinaus können Investitionen durch langfristige Kredite ab 1,0 Prozent Effektivzins über die KfW-Bank finanziert werden. Positiv daran: Der Zuschuss ist mit anderen Fördermitteln kombinierbar.

Eine solche Verbrauch reduzierende Anlage spart $\frac{3}{4}$ der Heizkosten und finanziert daher über die Ersparnis ab dem 1. Tag komplett den Kredit. Investieren Eigentümer ihr erspartes Geld, amortisiert sich die Heizanlage etwa nach zehn Jahren. Neben einer, am Kapitalmarkt unerreicht hohen Rendite, sichert sich der Investor eine stabile alternative Rentenvorsorge mit Ertragsgarantie.



Besonders hohe Förderbeträge werden für neue Heizungsanlagen gezahlt, die erneuerbare Energien verwenden und sehr sparsam im Betrieb sind.

Zum Vergleich: Eine herkömmliche Gebäudesanierung mit Fassadendämmung, Fenstererneuerung etc. und gleichem Einspareffekt wäre rund dreimal so teuer wie die Heizungssanierung und würde sich erst nach 30 bis 40 Jahren amortisieren. Immobilieninhaber mit Heizungsanlagen, die noch Öl und Gas verbrennen, sollten die Gunst der Stunde nutzen und sich diese Chance nicht entgehen lassen. Weil der Fördertopf begrenzt ist, sollten sie sich kurzfristig beraten lassen und die Anträge zur Förderung möglichst bald einreichen. Wer sich bei der Planung und später bei der Umsetzung der Sanierungsmaßnahmen von einem Energieberater begleiten lässt, der erhält im Förderprogramm 431 einen Zuschuss von bis zu 50 Prozent der Beraterkosten. Der Förderhöchstbetrag hat sich 2013 auf 4.000 Euro erhöht – davor lag der Satz bei 2.000 Euro.

Einladung zur Infoveranstaltung

„Möglichkeiten von Fördermitteln“

beim **Energiesparer-Stammtisch**, am **21. März 2013 um 19:00 Uhr**
Restaurant Orofino, Zoppenbroich 87, 41238 MG
Anmeldung erbeten unter: info@energiesparstammtisch-mg.de

Haustechnik
Energieberatung
Brennwerttechnik
Kunden-/Notdienst

Blockheizkraftwerke
Solar + Photovoltaik
Regenwassernutzung
Wärmepumpen + Pellets

S + M Jansen GmbH
ELEKTRO - SANITÄR - HEIZUNG

S + M Jansen GmbH, Aachener Str. 232, 41061 MG, Tel. 02161/541822
Fax 02161/592980, www.solar-jansen.de



Ulrich Hackstein

innovative Sanitär- und Heizungstechnologie

Ulrich Hackstein, Memelstr. 4, 41363 Jüchen-Gierath
Tel. 02181/1645922, www.hackstein-innovation.de



Schatten - Sanitär- & Heizungstechnik, Tomper Weg 29, 41169 MG
Tel. 02161/636702, www.schatten-sanitaer-heizung.de

Westfeuer und Westfalengas: zwei starke Partner für den Einsatz regenerativer Energien

Westfeuer wurde 1977 gegründet und kann inzwischen auf eine über 30-jährige Erfahrung rund um das Thema „Heizen mit Holz“ zurückgreifen. Unser Bestreben ist es, uns den Neuerungen in Technik und Design ständig anzupassen und unser Know-how einzusetzen, um Ihnen Ihren Traum vom Feuererlebnis zu erfüllen.

Solacept ist das neue Solarthermie-Programm von Westfalengas. Es bietet individuelle Beratung, Planungsunterstützung, Wirtschaftlichkeitsberechnung und Hilfe bei der Auswahl geeigneter Förderprogramme. Für die qualifizierte Umsetzung bietet Solacept hochwertige langlebige Komponenten mit hervorragenden Leistungsdaten. Eine Vielzahl verschiedener Paketlösungen mit sorgfältig aufeinander abgestimmten Komponenten erleichtern dem Fachhandwerk die Auswahl des optimalen Solarsystems für den jeweiligen Anwendungsfall.

WESTFEUER
Heizen mit Holz

www.westfeuer.de



WestfalenGas

www.solacept.de

Weitere Informationen über die Möglichkeiten von Fördermitteln und deren Kumulierbarkeit erhalten Sie beim Energiesparer-Stammtisch in Mönchengladbach. Der Energieberater der Energieagentur NRW, Jürgen Drobnitza, erläutert anhand von Beispielen die Wirtschaftlichkeit von Sanierungskonzepten bei Heizungsanlagen und energetischen Sanierungen von Gebäuden.



Zuhause zuliebe zu Reuter – Top-Markenauswahl für Bad, Heim & Garten einfach online kaufen

Mit der innovativen Kombination aus Onlineshop, Markenausstellung, Fachberatung und hoher Warenverfügbarkeit setzt reuter.de im Badbereich bereits Maßstäbe. Jetzt profitieren Kunden auch beim Leuchten- und Designmöbelkauf von dem einzigartigen Konzept.

Heute wird nicht mehr nur die Badausstattung gereutert. Reuter.de bietet jetzt auch ein umfangreiches Angebot an Wohnklassikern, Design-Leuchten und Artikeln für die Garteneinrichtung. Wie beim Badsortiment setzt das Mönchengladbacher Familienunternehmen hier ausschließlich auf Marken- und Designprodukte – und zählt damit zu den größten Fach- und Onlinehändlern für Bad- und Wohnkultur in Europa.

Top-Auswahl an Top-Marken

Der Grund für den Erfolg des Unternehmens liegt in der einzigartigen Kombination aus günstigen Preisen, hoher Warenverfügbarkeit, großer Markenausstellung und kompetenter Fachberatung. „In unserem Onlineshop www.reuter.de können Kunden 24 Stunden am Tag die neuesten Bad- und Einrichtungstrends entdecken und diese direkt bestellen“, erklärt Daniel Goertz, Geschäftsführer Marketing von Reuter. „Wir bieten in unserem Onlineshop ein kaum vergleichbares Angebot an Top-Markenartikeln für Bad, Heim, Küche und Garten mit Best-Preis-Garantie. Deshalb bestellt man auch in unserer Ausstellung online.“

Das Markenportfolio liest sich wie das „Who is Who“ der internationalen Designnamen: Von Artemide über Grohe und Kaldewei bis zu Zanotta reicht das Angebot. Auf www.reuter.de können Kunden aus Markenartikeln von insgesamt über 180 Herstellern wählen, diese direkt bestellen und sich ganz bequem nach Hause liefern lassen. Das Beste: 500.000 Artikel sind sofort verfügbar.



Online bestellen – persönlich beraten

Wem bei der riesigen Auswahl die Entscheidung schwerfällt, holt sich Rat bei den kompetenten Reuter-Fachberatern. Ein mehr als 50 Mitarbeiter umfassendes Beraterteam beantwortet alle Fragen – vor Ort in der Ausstellung oder telefonisch an sieben Tagen der Woche bis 22 Uhr. Mit diesem Konzept zählt reuter.de zu den Vorreitern im Onlinehandel, insbesondere für den Bereich Bad- und Wohnkultur. „Immer mehr Kunden entscheiden sich dafür, beim Bad- und Möbelkauf auf die Vorteile des Internets zu setzen. So zählt der Reuter-Onlineshop aktuell über 1,2 Millionen Besucher im Monat. Unsere über 25jährige Erfahrung im Badhandel zahlt sich eben auch beim Designmöbel- und Leuchtenkauf aus“, freut sich



Daniel Goertz
Geschäftsführer Marketing



COR

Auch hochwertige **Leuchten, Design-Wohnstücke und Gartenartikel** reutert man heute!



Daniel Goertz: „Unsere Kunden profitieren von einem komfortablen Shopperlebnis, unserer hohen Warenverfügbarkeit und einer kaum vergleichbaren Produkt- und Markenauswahl.“

Markenausstellung im historischen Ambiente

Das ohnehin schon umfangreiche Sortiment wird zudem ständig erweitert. „Wir sind immer auf der Suche nach den neuesten Einrichtungstrends und Kollektionen. So finden Kunden bei uns häufig Messe-Neuheiten, die noch nicht überall erhältlich sind“, berichtet Daniel Goertz. Wer sich einen persönlichen Eindruck von den aktuellen Bad- und Wohntrends machen möchte, besucht die Reuter-Ausstellung im historischen Kühlenhof in Mönchengladbach. Hier wartet nicht nur eine über 2.000 Quadratmeter große Badausstellung auf die Besucher. In direkter Nachbarschaft lädt jetzt auch das Leuchten- und Wohnstudio dazu ein, hochwertige Innen- und Außenleuchten bekannter Designmarken wie Artemide, Flos, Foscarini, Ingo Maurer oder Luceplan sowie ausgewählte Möbelstücke und Wohnaccessoires renommierter Hersteller wie Schönbusch, Kartell oder MDF Italia zu entdecken. Tipp: Im Obergeschoss des Wohnstudios warten die exklusiven Polstermöbel der ostwestfälischen Möbelmanufaktur Cor.

Auch Gartenartikel reutert man heute

Ab dem Frühjahr werden Garten oder Terrasse häufig zum zweiten Wohnzimmer. Passend dazu bietet reuter.de jetzt ein umfangreiches Garten-Sortiment, das keine Wünsche offen lässt. Zur Auswahl stehen elegante und robuste Garten- und Loungemöbel der Marken Gloster, Zebra, Emu oder Kettler sowie komfortable Strandkörbe und die vielseitigen Gartengeräte von Gardena. Dekorative Outdoor-Accessoires, schöne Außenleuchten oder komfortable Grillstationen runden das Angebot ab.

Ob Gartenliege, Badewanne oder Möbelklassiker: Dank der hohen ständigen Warenverfügbarkeit müs-

sen Reuter-Kunden meist nicht lange auf ihre Bestellung warten. Über 500.000 Artikel sind ständig auf Lager und stehen zum Versand bereit. Alternativ können die bestellten Artikel im benachbarten Zentrallager in Mönchengladbach auch direkt mitgenommen werden. Einfacher, schnell und günstiger können sich Bad-, Wohn- und Gartenträume heute nicht erfüllen.

Reuter-Service

- Best-Preis-Garantie
- 500.000 Artikel sofort verfügbar
- kurze Lieferzeiten
- versandkostenfreie Lieferung*
- Beratung an 7 Tagen in der Woche
- TÜV-geprüftes Onlineshopping

* ausgewiesener Artikel sowie ab 2.000,- € Bestellwert

Reuter Badshop

Kühlenhof 2
41169 Mönchengladbach
Tel. 02161/30890
www.reuter.de

Anfahrt: A 52 (Richtung Roermond,
Ausfahrt MG-Hardt)

Öffnungszeiten Ausstellung:

Mo bis Fr von 9 bis 18 Uhr
Samstag von 9 bis 16 Uhr



Das vernetzte Haus

Vergessen Sie Kabelsalat! Diese Geräte lassen sich perfekt ins Heimnetz integrieren, kommunizieren drahtlos und bieten perfektes Bild und satten Ton im ganzen Haus.

WLAN-Vollausschlag in jedem Raum



Mit dem dLAN 500 AV Wireless+ von devolo mit integriertem WLAN wird jede Steckdose auch zum schnellen, sicheren und einfachen WLAN Access Point. Durch die Integration von zwei leistungsstarken WLAN-Antennen in das Adaptergehäuse verbinden Sie nicht nur drei stationäre netzwerkfähige Geräte, sondern auch alle kabellosen WLAN-Produkte. dLAN verbindet dabei alle netzwerkfähigen Produkte aus IT und Unterhaltungselektronik – vom Smartphone über Computer bis zum Smart TV. Das Gerät stellt mit seiner Übertragungsgeschwindigkeit von 500 Mbit/s ideal Breitband-Internetangebote wie ADSL oder VDSL im ganzen Haus bereit. Dafür nutzt dLAN die hausinterne Stromleitung – dank Phasensprung ist internetbasierte Unterhaltung überall im Haus zu empfangen. Der Vorteil: Auch WLAN kommt so in den Räumen beziehungsweise auf den Etagen zum Einsatz, in denen es wirklich gebraucht wird. Schlechter WLAN-Empfang gehört somit so der Vergangenheit an.

Gesehen bei Saturn für 159,- €.



Hört aufs Wort

Das 65 Zoll (165 cm) große TV-Flaggschiff UE65ES809 von Samsung setzt auf ansprechendes Design mit geschwungenem Standfuß und fünf Millimeter schmalen Rahmen. Eine Besonderheit stellt die Sprach- und Gestensteuerung dar, mit der man den Smart TV intuitiv per Stimmbefehl oder mit Handbewegungen bedienen kann. Mithilfe der eingebauten Kamera sind die Geräte sogar in der Lage, die Gesichter der Zuschauer zu erkennen und so beispielsweise nur nutzerspezifische Inhalte zu laden. Auf diese Weise lässt sich ein Videotelefonat über Skype führen. Natürlich stehen unter Samsungs „Smart Hub“-Portal noch viele weitere Internetdienste wie zum Beispiel Facebook, Twitter und Maxdome sowie ein Webbrowser bereit. WLAN für den drahtlosen Netzwerkzugriff ist an Bord. Nicht weniger beeindruckend sind die technischen Eckdaten – hier seien vor allem der Dual-Core-Prozessor, die 3D-Wiedergabefunktion inklusive 2D-zu-3D-Konverter sowie die Bildwiederholfrequenz von bis zu 800 Hertz (CMR) genannt. Ach ja, fernsehen kann man mit diesem Gerät ebenfalls und wer es etwas kleiner mag, bekommt die ES8090-Reihe auch in 40, 46 oder 55 Zoll.

Gesehen bei Saturn für 3.999,- €.

Fenster, Türen, Sonnenschutz, Rolläden, Fliegengitter und Einbruchschutz – Produktion und Montage, alles aus einer Hand.



Josef Schmitz

Fenster und Türen. Seit 1912.

Klosterhofweg 90 · Mönchengladbach-Güdderath
Tel. 0 21 66 / 96 83-0 · www.fenster-josef-schmitz.de



Besuchen Sie unsere Ausstellung – auch samstags geöffnet!

Die Neudefinition **des Fernsehmöbels**



Loewe Connect ID steht für Individual Design. Mit einem Fernseher in 12 Farben und 2.160 Varianten gestalten Sie Ihr individuelles Gerät, das perfekt zu Ihrem Wohnstil passt. Kaum ein Home Entertainment System eröffnet mehr Gestaltungsfreiheit als der neue Loewe Individual TV. Ob Farbe, Materialien oder Oberflächen, ob Bildschirmgrößen, Soundoptionen, Aufstellvarianten, Multimedia und Vernetzung – der neue Loewe Individual bietet über eine Million Möglichkeiten und integriert sich perfekt in die persönliche Wohnlandschaft. Als Entertainment-Zentrale fungiert das Gerät via Internet als Videothek, Internet-Radio und Mediathek und bietet Zugriff auf Musikdienste, Podcasts und eigene Fotos. Dank der Loewe Assist Media App fürs iPad verwandelt sich der Tablet-Computer in eine revolutionäre TV-Bedienung mit TV-Zeitschrift, Videothek und Online-Portal. Das mit einem red dot Award ausgezeichnete Loewe-Fernsehgerät kann sich sowohl in ein klassisch elegantes, als auch in ein selbstbewusst progressives Wohnraumambiente ideal einfügen. Der Fachhändler berät bei der individuellen Zusammenstellung der Ausstattung.

Gesehen bei EP:Jepkens, Neusser Str. 180, 41065 MG, Tel. 02161/960112



Satter Klang im Heimnetz

Das kabellose Lautsprecher-System Play 5 von Sonos sorgt für perfekten Klang in jedem Raum. Der ZonePlayer S5 setzt 5 hochentwickelte digitale Verstärker ein, die einzeln mit fünf Lautsprechern verbunden sind, um überragenden Klang in jedem Raum zu liefern. Das drahtlose Musiksysteem liefert einen kristallklaren Stereosound von höchster Qualität, der sich mit dem wesentlich größerer und komplexerer Systeme messen kann. Ein Subwoofer sorgt für satte Basstöne, zwei Mittel- und zwei Hochtöner machen das Klangbild perfekt. Android-Smartphone, iPhone, iPod touch und iPad lassen sich über das WiFi-Heimnetzwerk mit dem Sonos-System verbinden. Es bietet schnellen Zugriff auf Lautstärkeregelung und Stummschaltung, wenn kein Controller zur Hand ist.

Gesehen bei Saturn für 399,- €.

Wir bauen für Sie



+ Durchführung von Rohbauarbeiten im Wohn- und Gewerbebau (auch schlüsselfertige Erstellung) + Generalunternehmer für Wohn- und Gewerbebauten + Sanierung, Bauen im Bestand und Denkmalschutz + Umbauten und Reparaturen

SCHOTES
seit 1981
Baunternehmung

Süchtelner Str. 68 | 41066 Mönchengladbach
Telefon 0 21 61 / 24 19 40 | Telefax 0 21 61 / 24 19 499
E-Mail info@schotes.de

www.schotes.de



Entdecken auch Sie den Spießer in sich!

Sicher und günstig finanzieren: Mit unserem Riester-Kombikredit.



Bis zu 50.000 €*
günstiger finanzieren.

* Es gelten Fördervoraussetzungen. Beispiel: Ehepaar (27 und 23 Jahre), 1 Kind (1 Jahr); Bruttoeinkommen 55.000 € und 25.000 €. Bausparsumme 58.000 € und 67.000 €.

LBS-Gebietsleiter Ralf Breuer
Kleiststraße 2-4 · 41061 Mönchengladbach
Telefon: 0 21 61/4 06 31 0

Finanzgruppe · www.lbs-moenchengladbach.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.

Bausparen · Finanzieren · Immobilien



Inspiration für Ihr Zuhause...



Sitz-Klassiker
Lounge Chair, Design:
Charles & Ray Eames, 1956
Hochwertig, langlebig,
zeitlos modern.

www.tellmann-einrichten.de

TELLMANN

vitra.

**TELLMANN
EINRICHTEN & GESTALTEN.**
FRIEDRICH-EBERT-STRASSE 76
41236 MÖNCHENGLADBACH
TELEFON: 0 21 66 / 4 80 24
TELEFAX: 0 21 66 / 61 92 24



Ledermöbel sind anspruchslos. Sie entwickeln mit der Zeit eine attraktive Patina. Nur bei argen Verschmutzungen sollte man eingreifen.

Das Einmaleins der Ledermöbel-Pflege

Ledermöbel sind eine Anschaffung fürs Leben, wenn man sie ordentlich behandelt und pflegt. Wir verraten Ihnen ein paar Tricks.

Text: Gerhard Maciolek/pp

Zwei grundsätzliche Gefahren drohen Ledermöbeln: zu viel Sonne und zu große Wärme. Direkte Sonnenbestrahlung kann die Lederfarbe ausbleichen oder sogar verändern. Im Sommer sollte man deshalb dafür sorgen, dass nicht stundenlange Sonneneinstrahlung auf den Polstern liegt, im Winter dürfen sie nicht zu dicht an eine Heizquelle gestellt werden, die sie nur austrocknet und spröde macht. Der Abstand sollte mindestens 20 Zentimeter betragen. Wer viel schwitzt oder zu fettigen Haaren neigt, sollte seine Ledermöbel mit einer Decke oder mit Kissen vor dem Kontakt schützen.

Was Sie immer tun sollten

Ledermöbel sind anspruchslos. Damit sich der Staub nicht in Poren, Nähten und unter Knöpfen festsetzen kann, sollte man die Möbel einmal pro Woche mit einem trockenen weichen Baumwolltuch abstauben. Staub an schwer zugänglichen Stellen lässt sich beispielsweise mit der Polsterbürste des Staubsaugers gut entfernen. Maximal einmal monatlich wischt man mit einem feuchten weichen Baumwoll- oder Ledertuch nach und reibt gleich wieder vorsichtig trocken. Achtung: Feucht bedeutet nicht „nass“. Das Leder darf nie nass werden!

Was Sie nur selten tun sollten

Falls Sie den Eindruck haben, dies sei nötig, können Sie Nappa-Leder alle sechs bis neun Monate mit einem Spezial-Pflegemittel aus dem Fachhandel reinigen. Damit der Schaden nicht größer ist als der Nutzen, gilt für die Verwendung von Pflegemitteln: Testen Sie es an einer verborgenen Stelle und warten Sie lange genug auf die „Wirkung“, bevor Sie sich an

die sichtbaren Stellen wagen. Vor Mitteln, die gleichzeitig perfekte Reinigung und nachfettende Pflege versprechen, wird gewarnt. In der Regel enthalten diese Produkte Lösungsmittel, die den langfristigen Abbau des Leders beschleunigen und die Oberfläche angreifen. Lösungsmittel sind bei jeder Lederart tabu.

Tipp:

Leder hat die Eigenschaft, kleinere Flecken „aufzusaugen“. Experten sprechen dabei von „wegpatinieren“. Besonders Öl- und Fettflecken verschmelzen so mit der reizvollen Gebrauchspatina des Möbelstücks.

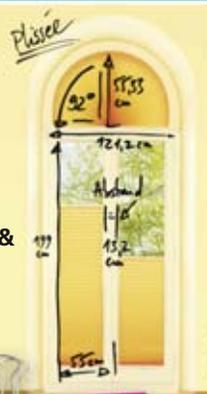
Was Sie nie tun dürfen

Machen Sie Ihr Leder niemals nass und behandeln Sie es nie mit lösemittelhaltigen Fleckentfernern, Benzol, Terpentin, Imprägnierspray oder Schuhcreme, da sonst noch schlimmere Flecken entstehen können!

Und wenn gar nichts hilft

Auch in schlimmen Fällen, etwa wenn Kinder mit Filzstiften ein beiges Sofa malträtiert haben, wenn Blut geflossen ist oder das Leder Risse aufweist, muss man keine neuen Möbel kaufen. Profis können dann oft noch Wunder wirken. Manchmal findet man sie auf den Gelben Seiten, erfährt ihre Adressen von Polsterern, Raumausstattern, Antiquitätenhändlern oder im Internet unter den Stichworten Lederreinigung bzw. Lederzentrum.

Maßarbeit
wie ich
sie will:
**Preiswert &
passend.**



10%

R A B A T T
BEI VORLAGE DIESES
GUTSCHEINS.

Gilt nur für Maßanfertigungen, gilt nicht online, ist nicht kombinierbar.
Gültig bis 31.3.2013 - HB

Über
30 x
in
Deutsch-
land

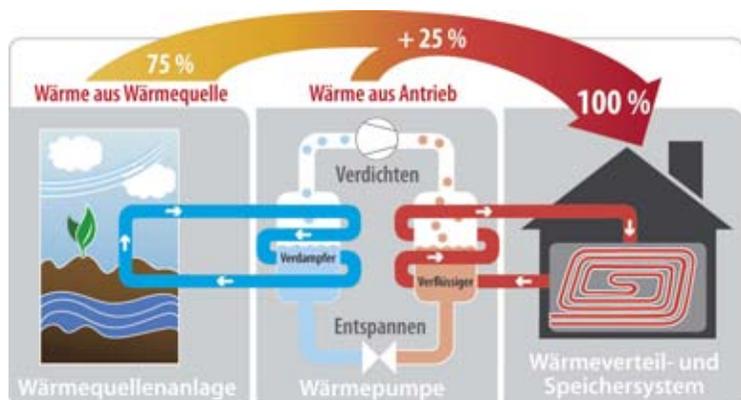
1 * in MG
Stepgesstraße 54 / Ecke Lüpertzender Straße / 41061 MG
Tel.: 0 21 61 / 17 97 00 / Fax: 0 21 61 / 17 97 92

und 1 * in Wuppertal
Hofkamp 9 / Ecke Gathe / 42103 Wuppertal
Tel.: 02 02 / 4 46 86 66 / Fax: 02 02 / 4 46 86 77

• Jalousien • Plissees
• Rollos • Markisen

JALOU CITY

www.jaloucity.de



Das Funktionsprinzip der Wärmepumpe: Der Kältekreislauf der Wärmepumpe wirkt genauso wie in einem Kühlschrank und wird nur umgekehrt eingesetzt.

Wärme aus der Natur

Zukunftstechnologie Wärmepumpe heizt mit Umgebungswärme aus Wasser, Erde und Luft.

Durch ihre besondere Funktionsweise gehört die Wärmepumpe zu den umweltschonendsten Methoden der Heizung und Warmwasserbereitung. Sie reduziert klimaschädliche CO₂-Emissionen und den Energieverbrauch. Darüber hinaus benötigt sie kaum Wartung und erzeugt bei richtiger Planung und optimalem Betrieb bis zum Vierfachen der eingesetzten elektrischen Antriebsleistung an Wärmeenergie. Wärmepumpen funktionieren wie Kühlschränke – nur wird das Prinzip genau umgekehrt genutzt: Während der Kältemittelkreislauf des Kühlschranks seinem Inneren Wärme entzieht und diese an die Umgebung abgibt, entzieht der Kältemittelkreislauf einer Wärmepumpe der Umgebung Wärme. Diese wird innerhalb des Gerätes auf ein höheres Temperaturniveau gebracht und kann dann zum Heizen oder zum Erwärmen von Trinkwasser genutzt werden. Eine effiziente Wärmepumpe kann so aus bis zu 75 % kostenloser Umweltenergie 100 % Heizleistung erzeugen. Die Hauptenergiequelle der Wärmepumpe ist die Umgebungswärme, also die in der Luft, im Boden oder im Grundwasser gespeicherte Sonnenenergie. Um diese Umgebungswärme von einem relativ niedrigen auf das für Heizung und Warmwasser erforderliche Temperaturniveau zu bringen, nutzt die Pumpe ein Kältemittel. Dieses verdampft aufgrund seines niedrigen Siedepunktes schon mit der vergleichsweise kalten Wärmequelle. Durch Antriebsenergie in Form von Strom oder Gas wird das dampfförmige Kältemittel verdichtet, dadurch steigt die Temperatur auf das benötigte Niveau. In einem Kondensa-

tor wird das Kältemittel anschließend wieder verflüssigt, wobei es sowohl die zugeführte Antriebsenergie als auch die aufgenommene Umweltwärme auf einem höheren Temperaturniveau an das Heizmedium abgibt.

Wie effizient eine Wärmepumpe als Heizquelle arbeitet, zeigt das Verhältnis der eingesetzten zur erzeugten Energie. Um verschiedene Bauarten und Modelle vergleichen zu können, wird unter Normbedingungen im Labor der so genannte COP-Wert (Coefficient of Performance oder Leistungszahl) ermittelt. Dieser Wert gibt an, wie hoch der Energiegewinn im Vergleich zum Energieeinsatz ist. Nach Angaben des Bundesverbandes Wärmepumpe (BWP) e. V. erreichen moderne Wärmepumpen dabei unter den genormten Prüfbedingungen COP-Werte von 4 bis 5. Einfacher ausgedrückt: Das Vier- bis Fünffache der eingesetzten Energie wird wieder als Wärme erzeugt.

Wärmepumpen können darüber hinaus auch zur Kühlung eingesetzt werden. Da die Temperatur im Erdreich im Sommer geringer ist als die Raumtemperatur, können Erd- oder Grundwasser-Wärmepumpen die Kühle des Erdreiches direkt nutzen. Dafür wird nur ein sehr geringer Energieaufwand benötigt, was diese Art der Kühlung sehr energieeffizient macht. Bei einem höheren Kühlbedarf kann zudem der Wärmepumpen-Kreislauf umgekehrt und zur aktiven Kühlung eingesetzt werden.

Weitere Informationen finden Sie unter www.waermepumpen.de

Unabhängig von Gas und Öl



Wärmepumpen-Heizungen • Erdwärmebohrungen

HATUS GMBH www.hatus.de

Wir informieren Sie gerne. Tel. 02182/4096
Daimlerstraße 40 • Korschenbroich-Glehn

Erdwärmebohrungen Gartenbrunnen

www.lenders-brunnenbau.de

Sparen Sie Heizkosten und Wassergeld!

Wir beraten Sie kostenlos.



KARL LENDERS
Brunnen- und Pumpenbau GmbH
Daimlerstr. 40
41352 Korschenbroich-Glehn

Telefon 02182 / 40 94
Telefax 02182 / 59356



Rauchmelder Krachmacher, die Leben retten

Pro Jahr sterben rund 430 Menschen durch einen Brand in den eigenen vier Wänden – die meisten von ihnen allerdings nicht durch die Flammen, sondern an einer Rauchgasvergiftung.

Text: Forum Brandrauchprävention e.V./ TÜV Rheinland

Der laute Alarm eines Rauchmelders warnt sicher vor tückischem Brandrauch, der sich lautlos und blitzschnell in der Wohnung ausbreitet. Krach und Lärm des Rauchmelders sind besonders nachts wichtig, denn die meisten Opfer werden im Schlaf von Brand und Rauch überrascht und bemerken oft die Rauchentwicklung viel zu spät oder gar nicht. Die Folge: Sie atmen das hochgiftige Kohlenmonoxid ein, das fast immer im Rauch vorhanden ist. Nur dreimal eingeatmet, kann Kohlenmonoxid bereits zur Bewusstlosigkeit führen, nach etwa zehn Atemzügen ist ein Mensch tot.

Wie viele Rauchmelder sollten es sein?

Die Zahl der Rauchmelder hängt von der Wohnungsgröße ab. In kleinen Wohnungen sollte mindestens ein Rauchmelder in der Raummitte hängen. Das Minimum für eine Dreizimmerwohnung und für Häuser mit mehreren Etagen ist jeweils ein Gerät im Flur, in jedem Wohn- und in jedem Schlafräum. Sinnvoll sind Rauchmelder auch auf dem Dachboden, im Keller und in der Heimwerkstatt. In Küche, Bad, Garage oder Heizungsraum sind herkömmliche Geräte unangebracht, weil die in diesen Räumen erzeugten Dämpfe Fehlalarme auslösen können. Hier sind Rauchmelder

sinnvoll, die über eine neue intelligente Sensorik oder einen Stummschalter verfügen.

Qualität kaufen!

Qualitativ hochwertige Rauchmelder (zu erkennen u.a. am Zeichen VdS) gibt es bereits für unter zehn Euro zum Beispiel im Elektrofachhandel, bei Sicherheitsunternehmen und Brandschutzfirmen oder im Baumarkt. Batteriebetriebene Rauchmelder müssen einen Testknopf haben, damit jederzeit überprüft werden kann, ob das Gerät noch funktioniert. Es gibt auch Geräte, die sich nicht schließen lassen, wenn keine Batterie eingelegt ist. Rauchmelder geben ein akustisches Warnsignal über längere Zeit ab, wenn die Batterie ausgetauscht werden muss. Die meisten Hersteller bieten heute Rauchmelder mit einer Zehnjahresbatterie.

Rauchmelder für Gehörlose

Schwerhörige Menschen, Menschen mit einem Hochtonverlust (Töne ab einer bestimmten Frequenz sind nicht mehr zu hören) oder allein lebende Personen, die zur Nacht ihr Hörgerät ablegen, können den lauten Alarmton eines Rauchmelders (85 dbA) nicht wahrnehmen. Für sie gibt es spezielle Rauchmel-

der. Diese Melder senden im Ernstfall einen hellen, gut wahrnehmbaren Lichtblitz aus. Nachts sorgt eine kleine Scheibe für ruhigen Schlaf, die mit dem Melder verbunden und in das Bettzeug des Schlafenden gelegt wird. Diese Scheibe vibriert im Alarmfall und warnt Hörgeschädigte auch nachts rechtzeitig vor dem tödlichen Brandrauch.

INFO

Mit Nordrhein-Westfalen soll Anfang April 2013 im zwölften Bundesland die Rauchmelderpflicht für private Wohnräume im Baurecht verankert werden. Eigentümer müssen künftig alle Wohnungen in Neubauten mit den Geräten ausstatten. Für Bestandswohnungen wird es in NRW voraussichtlich eine Übergangsfrist bis Ende 2016 geben. Für den Einbau der Warngeräte ist der Eigentümer verantwortlich. Die Betriebsbereitschaft ist durch den Mieter zu gewährleisten.

Weitere Infos:

www.rauchmelder-lebensretter.de

FOTOS: FOTOLIA, INGA NIELSEN



Sie haben
das Haus,

wir haben
die Käufer.

Wir unterstützen Sie beim Verkauf und Kauf Ihrer Immobilie.

**Schnell.
Flexibel.
Direkt.**

Die Immobilienabteilung
der Gladbacher Bank.

Vereinbaren Sie ein unverbindliches
Informationsgespräch! Tel. 02161/249-222

Bismarckstraße 50-52 • 41061 Mönchengladbach
www.gladbacher-bank.de

Gladbacher Bank
Mehr Leistung. Mehr Vorteile. Für Sie.



ÖFFNUNGSZEITEN

MONTAG BIS FREITAG

9.30-18.00 UHR

SAMSTAG 10.00-14.00 UHR

WELLNESS-OASEN AUS MEISTERHAND

Tauchen Sie ein und erleben Sie die exklusive Bäderwelten. Genießen Sie die Faszination hochwertiger Marken, außergewöhnlicher Designs und eine überwältigende Vielfalt wunderschöner Bäder in unserer Ausstellung in Mönchengladbach.

Wir bieten Ihnen in allen Collin-Ausstellungen individuelle und kompetente Beratung sowie Planungshilfen, professionellen Verkauf und Einbau durch das Fachhandwerk und Top-Marken der deutschen Sanitärindustrie.



RITTERGUT BIRKHOF



Golfen für Alle im Golfpark Rittergut Birkhof



3 Plätze bieten vielfältige Möglichkeiten für alle Spielstärken und alle Altersgruppen vom Bambini bis zum Senior. Auf unserem öffentlichen 9-Loch-Platz „Am Römerweg“ spielen Sie ohne Platzreife zu extrem günstigen Preisen; Erwachsene bereits ab € 20,00 und Kinder bis 11 Jahre zahlen nur € 10,00 an allen Wochentagen. Erfahrene Spieler und Profis werden sich auf unserem 9-Loch Platz „Am Birkenbusch“ und auf unserem 18-Loch „Meisterschaftsplatz Rittergut Birkhof“ zuhause fühlen. Unsere großzügige und attraktive Driving Range unterzieht sich gerade einer umfassenden Renovierung und Erweiterung. Pünktlich zum Saisonbeginn können Sie von über 80 neu gestalteten Abschlagplätzen üben, auch mit Unterstützung unserer erfahrenen Pros. Die Flutlichtanlage ist täglich bis 22 Uhr für Sie in Betrieb.

Der Golfpark Rittergut Birkhof ist bereit für eine neue sportliche Saison 2013. Wir freuen uns auf Sie!

Sie haben noch Fragen? Unser Team im Golfparksekretariat berät Sie gerne.
Golfpark Rittergut Birkhof GmbH & Co. KG.
Rittergut Birkhof, 41352 Korschenbroich
Tel: 02131-510660, Fax: 02131-153225
E-Mail: golfpark@birkhof.de



Die Saison beginnt! Wir sind für Sie da.



**Bepflanzte Körbe
und Schalen**

„Frühling“
dekoriert

ab 6,99 €

**Große Auswahl
an italienischen
Kräutern**

Noch mehr sparen mit der
Birkhof-Kundenkarte

LIEFERSERVICE
Sprechen Sie uns an!

**Qualität aus
Tradition**



Rittergut Birkhof, Korschenbroich bei Neuss Büttgen, Telefon 02131 510619, E-Mail info@birkhof.de
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9.00 bis 19.00 Uhr, Sa. 9.00 bis 16.00 Uhr, Sonn- und Feiertag: 10.30 bis 16.30 Uhr



Dr. med. Mirella Uhden (Degum II)
Ihre Spezialistin für Pränataldiagnostik



„Momente für die Ewigkeit“

Terminvergabe

Praxis Dr. med. Behrus Salehin

Telefon: 02161-664101

E-Mail: uhden@dr-salehin.de



Facebook „ liken“ ist Ihr Gewinn.

Einfach den QR-Code einscannen und unserer Praxis ein „Like“ schenken und Sie erhalten beim nächsten Besuch eine handgefertigte Mutterpasshülle.

- ✓ Schwerpunktpraxis für die Schwangerschaft
- ✓ Nackenfaltenuntersuchung
- ✓ Organultraschall
- ✓ Fruchtwasseruntersuchung
- ✓ Chorionzottenbiopsie
- ✓ 3D / 4D Darstellung über 47 Zoll LCD TV
- ✓ Modernste Ultraschallgeräte (u.a. GE E6)