

APRIL 2013 · 7. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

HINDENBURGER

DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT



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



SOPHIE

ERSTE CD DER GEWINNERIN DES SINGER-/SONGWRITER-SLAMMS

realisation und umsetzung
m marktimpuls
werbeagentur + verlag



Schöne Augen machen

Strahlende Augen ziehen Blicke auf sich. Die Augen sind ein wesentlicher Bestandteil unserer Ausstrahlung. Die faltenfreie Augenpartie vermittelt Frische und Jugendlichkeit. Ein wacher, offener Blick wirkt sympathisch, interessiert und vermittelt seinem Gegenüber Aufmerksamkeit.

Die Ästhetisch-Plastische Chirurgie bietet schonende Methoden, um Augen und Mimik wieder jünger erscheinen zu lassen. Lidkorrekturen/ Blepharoplastiken gehören zu den häufigsten ästhetisch-chirurgischen Eingriffen in der Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie, Dr. Dr. Lange & Weyel in Mönchengladbach. Wenn nach einer Korrektur Oberlid, Wimpernreihe und Unterlid wieder eine harmonische Einheit bilden, strahlt die Augenpartie größer und lebendiger. Patienten wirken mit einer attraktive Augenform wieder jünger, vitaler und attraktiver.

Lidkorrekturen werden ambulant, in örtlicher Betäubung oder Dämmer-schlaf durchgeführt. Sanfte Methodik und angenehme Atmosphäre sorgen für eine entspannte Behandlung. Kompetente, intensive Beratung der Patienten und sensible Betreuung stehen in der Praxis an erster Stelle.

Erfolgreiche kosmetische Korrekturen sind die, die als solche nicht wahrgenommen werden.



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 markimpuls
 werbeagentur + verlag



Herausgeber Sascha Broich und Marc Thiele

Alles online:
www.hindenburger.de

Liebe Leserinnen und Leser,

„Habemus Hindenburger“ heißt es allmonatlich, wenn Mönchengladbachs Stadtzeitschrift in den Druck geht und weißer Rauch von unserem kleinen Raucherbalkon aufsteigt. Spätestens dann wissen auch die Nachbarn, dass wir wieder ansprechbar sind, nachdem wir uns tagelang in unserer Büroklave eingeschlossen haben. Nun bleibt nur noch zu hoffen, dass wir bei der stressigen Druckproduktion keine Kardinalsfehler begangen haben. Ob die schwarz gekleideten Eminenzen im Vatikan richtig entschieden haben, bleibt abzuwarten, doch wenn wir der ehrwürdigen Schwester Jordana im Stadtgespräch, das wir vor der Papstwahl führten, Glauben schenken, dann hält sie ihn für einen Amtsträger, der sich nicht vor den Gläubigen abschottet. Es ist schon ein bemerkenswerter Zufall, dass sie von einem Kardinal erzählt, der noch Bus und Bahn fährt und in einem normalen Haus lebt. Schwester Jordana kennen

Sie bestimmt aus dem „Wort zum Sonntag“ und aus zahlreichen Talksendungen.

Ganz allmählich wandelt sich auch das Wetter, das man bislang nur als bodenlose Unverschämtheit bezeichnen durfte. Echte Frühlingsboten sehen wir zwar zum Zeitpunkt der Drucklegung noch nicht, jedoch bereiten wir Sie gerne auf die ersten Sonnenstrahlen vor und präsentieren Ihnen die neueste Sonnenbrillenmode, Lifestyle-Trends für Garten und Balkon sowie kurios-schöne Holzfahräder aus Mönchengladbach. Natürlich ist der Frühling auch die ideale Jahreszeit, um das Golfspiel zu erlernen. Welche Voraussetzungen Sie dafür mitbringen müssen, wo sie dieses Hobby am besten erlernen können und was der inzwischen recht erschwingliche Spaß kostet, verraten wir in unserem Sportteil. Also nichts wie raus aus der elend langen Winterdepression!

Wer lieber zuhause bleibt, kann sich mit zahlreichen Büchern heimischer Autoren beschäftigen, die wir pünktlich zum Welttag des Buches vorstellen, oder der schwer angesagten Gitarrenmusik von Sophie lauschen. Unser Covermodel erweitert momentan stark ihre Hörerkreise.

Viel Spaß mit dieser Ausgabe wünschen Ihnen

Sascha Broich, Marc Thiele
 sowie die HINDENBURGER-Redaktion



Reden Sie mit!

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

[facebook.com/hindenburger](https://www.facebook.com/hindenburger)



Früher hatte ich die Aufschieberitis ...

... jetzt bin ich froh, dass ich eins habe.

Warum ich die ganzen Jahre so eitel war, weiß ich auch nicht mehr. Mit dem neuen Hörsystem fühle ich mich einfach toll!

Ein Hörtest verschaffte mir erstmal Klarheit und durch die Beratung im Hörzentrum habe ich das Gerät gefunden, mit dem ich am besten zurecht komme.

Heute ist Hörverlust ja kein „Problem“ mehr – es gibt so viele Möglichkeiten wieder gut zu hören.

Also, worauf warten Sie?

Hörzentrum

Croonsallee 29

Tel. 02161.2474113
 Mo.-Fr. 8.00-18.00 Uhr,
 Sa. 10.00-13.00 Uhr

HZ Hörzentrum MG GmbH
 41061 Mönchengladbach

Kaiserstraße 88

Tel. 02161.2940787
 Mo.-Fr. 9.00-13.00 Uhr
 und 14.00-18.00 Uhr

info@hoerzentrum-mg.de
www.hoerzentrum-mg.de

150 Personen für Hörstudie gesucht!

Nehmen Sie an unserer Hörstudie teil – alle Details und Ihre Vorteile erhalten Sie direkt bei uns in den Geschäften (Croonsalle + Kaiserstr.)



Inhalt

TITELBILD

Covermodel

Sophie | Mönchengladbach | www.sophiemusic.de

Location

Messajero | Sophienstraße 17, MG | www.messajero.com

Fotografie

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

Interview



10 STADTGESPRÄCH
Schwester Jordana

Damals



13 STADTGESCHICHTE
Kaiser-Wilhelm-Realschule

Lifestyle



24 FRÜHLINGSBOTEN
Deko-Tipps für zuhause

Sport



44 GOLF
Raus aufs Grün!

Stadtleben

- 6 STADTGEFLÜSTER I**
Mönchengladbach Arcaden
40 Jahre First Reisebüros
- 7 CHEERS IN 10!**
Mönchengladbacher Bierdiplom
- 8 UMFRAGE**
Unbekannter Himmelskörper
- 8 LEBENSWEISHEITEN**
In Mönchengladbacher Platt
- 9 GLOSSE**
Draußen nur Kännchen!
- 10 STADTGESPRÄCH**
Schwester Jordana
- 12 STADTGEFLÜSTER II**
Krimidinner
Roadster-Feeling
Opel Family Cup
- 13 STADTGESCHICHTE**
Kaiser-Wilhelm-Realschule
- 14 STADTGEFLÜSTER III**
Tiere suchen ein Zuhause
Eine-Welt-Laden
Pleines Fashion Optik
- 15 Maskerade im Theater**
T-Shirts für den guten Zweck
- 16 WELTTAG DES BUCHES**
Gladbacher Autoren

- 18 INTERVIEW**
Singer-/Songwriter Sophie
- 20 MEIN FAHRRADLADEN**
Cruiser aus Holz
- 22 200 TAGE FAHRRADSTADT**
Freude am Radeln in MG
- 23 RADFAHREN AM NIEDERRHEIN**
Touren und Tipps

Lifestyle

- 24 FRÜHLINGSBOTEN**
Deko-Tipps für zuhause
- 26 GARTEN**
Produkte für draußen
- 27 GARTENWELT SCHLOSS RHEYDT**
Schönes und Nützliches für Gartenfreunde
- 28 PFLANZENOAASE**
Birkhof Pflanzen-Center
- 29 GEMÜSE-SELBST-ERNTÉ**
Bio-Gemüse frisch vom Acker
- 30 SONNENBRILLEN**
Neue Kollektionen 2013

Wirtschaft

- 34 MARKETINGCLUB MG**
Kontakte über die Grenzen
- 36 ABWASSERLEITUNGEN**
Die unerkannte Gefahr

Freizeit

- 38 TIPPS FÜR KIDS**
Mensch, Brahms
Neues vom Räuber Hotzenplotz
Wer, Wie, Wasser?
Osterferien-Kurse auf Schloss Rheydt und im Cafe Kreativ
Buchtipp: Pettersson und Findus - Findus zieht um
- 40 LITERATUR**
Von bedrückend bis ergreifend
- 40 CDS UND DVDS**
Von bombastisch bis packend
- 41 KINO HIGHLIGHTS**
Live-Übertragungen aus der New York Metropolitan Opera 2013/2014

Sport

- 42 BORUSSIA**
Finale furioso in der Bundesliga
- 44 GOLF**
Tipps, Einblicke und Anlagen rund um Mönchengladbach
- 47 KREUZALLERGIEN**
Tipps für Allergiker

Gesundheit

- 48 FRISUREN**
Extensions für Modebewusste
- 49 TECHNIK-TRENDS**
Frühjahrs-Beauty
- 50 MIMIK UND GESICHT**
Ästhetisch-Plastische Chirurgie



Gesundheit



48 **FARBENFROHE FRISUREN**
Extensions

Gastro



52 **IN VINO VERITAS**
Veranstaltungen und
Kochkurse

Gastro

52 **IN VINO VERITAS**
Veranstaltungen und Kochkurse

Und sonst?

64 **IMPRESSIONEN**
Tattoo Convention
Die Nacht
Y.O.L.O.
Goldwasser
Ü30-Party in der KFH
Roots Club
66 **SEITE 66**
Das Letzte
66 **IMPRESSUM**

Termine

54 **HIGHLIGHTS**
4. Sinfoniekonzert
groove!night 2013
Hagel auf Zamfara
54 **KONZERTE**
55 **AUSSTELLUNGEN**
55 **SPORT**
56 **TERMINE & EVENTS**
im April
62 **ADRESSEN**
63 **VERTEILSTELLEN**
Hier erhalten Sie den
HINDENBURGER



DIVERSE SALUNEN (U.A. ERD- & PANORAMA-, WADI-,
PAGODEN- & HIMALAYA-SALZSAUNA NEU IM ANGEBOT)
POOLAREA MIT BEHEIZTEN IN- UND OUTDOORPOOLS
SOLEBECKEN & LOUNGIGE RUHEBREICHE
MASSAGE-, AYURVEDA- UND KOSMETIK-ABTEILUNG
LOUNGE CAFÉ, BAR & RESTAURANT, TEA LOUNGE
FITNESSBEREICH AUF 1.500QM INKL. MODERNSTER
KARDIO- UND KRAFTGERÄTE

ASIA THERME

HOLZKAMP 7, 41352 KORSCHENBROICH (KLEINENBROICH)
TEL: 02161 - 67608, WWW.ASIA-THERME.DE



BOWLING AUF 18 BAHNEN !!!

Billard, Badminton u.v.m.

Geburtstagsfeiern (auch für Kids)
Gastro- und Restaurantbereich bis 120 Personen,
NEU: Kult-Weinhaus für Ihre Sonderveranstaltungen



BILLARD

BADMINTON

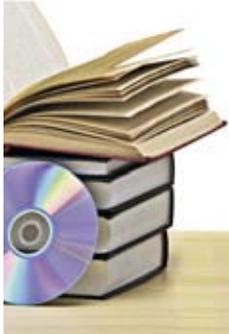
**SPORT
ARENA
FACTORY**

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

TICKER

Givebox für Bücher und CDs

Nachdem am Magarethengarten in Eicken bereits eine Givebox eingerichtet ist, gibt es jetzt auch eine im Haus Berggarten der Volkshochschule an der Lüpertzender Straße 85. Die Box soll zunächst für das Geben und Nehmen von gelesenen Lehr- und Lernbüchern oder CDs genutzt werden. Und so funktioniert's: Was noch gut ist, man aber selbst nicht mehr braucht, kommt in die Givebox. Jeder darf etwas hineinlegen oder herausnehmen. In vielen Städten ist die Givebox bereits eine stark genutzte Anlaufstelle. Eine Givebox ist aber kein Müllablageplatz, sondern eher eine Mischung aus permanentem Flohmarkt und Tauschbörse.



Erstklassige Mode aus zweiter Hand

Es ist wie in jedem Jahr: Der Frühling kommt und man hat nichts Gescheites zum Anziehen. Auch die Klamotten für den Nachwuchs sind inzwischen viel zu klein. Frauen und Kindern kann hier kostengünstig geholfen werden, denn in der Kaiser-Friedrich-Halle findet am 7. April wieder der Second-Hand-Modemarkt statt. Ob Mode, Schuhe, Taschen, Accessoires, Kinder- oder Babykleidung: Von 11:00 Uhr bis 16:30 Uhr finden Frauen im wunderschönen Ambiente der KFH alles, was sie für den Frühling und die neue Sommersaison brauchen. Männer dürfen natürlich auch mitkommen und beim Aussuchen helfen.



**Kaiser-Friedrich-Halle, Hohenzollernstr. 15
41061 MG, www.2ndhandmodemarkt.de**

Flaschenpost am verkaufsoffenen Sonntag

Zum Start in die Frühlingssaison findet am 28. April 2013 wieder ein verkaufsoffener Sonntag in der Mönchengladbacher City statt. Von 13:00 bis 18:00 Uhr sind die Geschäfte auf der Hindenburgstraße geöffnet und laden zum ausgiebigem Stöbern und Shoppen ein. Als besonderes Highlight gibt es eine kostenlose Flaschenpost-Aktion, die gemeinsam von der Marketing Gesellschaft Mönchengladbach und dem Citymanagement in Kooperation mit der Bolten Brauerei und der Agentur caveman auf der Hindenburgstraße durchgeführt wird.



MÖNCHENGLADBACH ARCADEN

Blick in die Zukunft

Die Ausschachtungsarbeiten für die geplanten „Mönchengladbach Arcaden“ an der Hindenburgstraße sind so gut wie abgeschlossen. Rund 80.000 Kubikmeter Erde wurden in den vergangenen Monaten aus der bis zu zwölf Meter tiefen Baugrube ausgehoben. In den kommenden Wochen startet die nächste Phase für das neue Einkaufszentrum. Auf einer Fläche von etwa 14.000 Quadratmetern, exakt so groß wie zwei Fußballfelder, laufen im April termingerecht die Rohbauarbeiten für das neue Einkaufszentrum an. Sichtbares Zeichen für den Baustart sind insgesamt sechs Turmdrehkräne, die bis Ende April an der Baugrube errichtet werden sollen. Über das neue Einkaufszentrum kann sich die Öffentlichkeit in dem von mfi im alten Finanzamt eingerichteten „Showroom“ informieren, der am 28. April eröffnet wird. Im Eingangsbereich werden an vier Stellen das architektonische Konzept und seine Entwicklungsgeschichte erläutert. Gleich dahinter stehen die fünf Modelle der „Highlight-Fassaden“, die sich künftig über die verschiedenen Etagen der Shopping Mall erstrecken werden.

Durch Material und Gestalt sprechen sie alle fünf Sinne an, verführen zur Interaktion und sind nebenbei Hingucker und Anziehungspunkt, eben „Highlight“, für die dahinterliegenden Geschäfte. So besteht z. B. die Steckfassade aus beweglichen Elementen und spricht den Tastsinn an, indem der Besucher einen Abdruck von sich in der Fassade anlegen kann. Die Lederfassade hat durch den sanften Duft des Leders den Geruchssinn im Visier und taucht den Kunden in eine luxuriöse Atmosphäre ein. Diese und die anderen Fassaden können im Showroom ausprobiert und erlebt werden. Die Wirkungsweise von Duftunterstützung macht eine Präsentation des Duft-Spezialisten Air Creative fühlbar, während der große beschreibbare „Boardstory Tisch“ zum Zusammensitzen und Scribbeln einlädt. Wer sich filmisch über das gesamte Mallkonzept informieren möchte, kann dies im separaten Vorführraum auf den ehemaligen Sesseln des Schauspielhauses tun.

Showroom Mönchengladbach Arcaden
Kleiststr. 4-6, 41061 MG
www.moenchengladbach-arcaden.de

JUBILÄUM

In 40 Jahren zigmal um die Welt

2013 werden die First Reisebüros 40 Jahre alt. Grund für eine Midlife-Crisis? Im First Reisebüro Mönchengladbach ist keine Altersmüdigkeit zu erkennen. Was vor 40 Jahren als Zusammenschluss von neun Reisebüros begann, ist heute mit ca. 350 Filialen und Franchisepartnern eine moderne Reisemarke. Die Reisebüros gehören jetzt im Verbund von rund 1.500 Reisebüros der TUI Leisure Travel und damit zu einem der Leistungsträger im deutschen Touristik-Markt. „Wir starten jedes Jahr aufs Neue durch!“, bekräftigt Firsty, der als Maskottchen der Reisebüroketten und Markenbotschafter fast jeden Tag mit seinen Kollegen im Einsatz ist. Getreu dem Slogan „Wir nehmen Urlaub persönlich“ sind alle mit großem Engagement dabei. 2013 wird Firsty besonders viel herumkommen. „Um den 40. Geburtstag zu feiern, gibt es das ganze Jahr interessante Urlaubsangebote für unsere Kunden“, bestätigt Geschäftsführer Gert Kartheuser aus dem First Reisebüro in der Bismarckstr. 23-27. „Lassen Sie sich überraschen!“



Cheers in 10!

Beim zweiten „Mönchengladbacher Bierdiplom“ haben Studenten die Möglichkeit, auf ungewöhnliche Weise das Nachtleben der Vitusstadt kennenzulernen.



Die Diplomanden müssen in zehn von zwölf ausgewählten Lokalen einmal laut „cheers“ sagen. Was sie dabei trinken, können sie frei wählen. Auch alkoholfreie Getränke sind erlaubt.



Für den beruflichen Werdegang ist es wahrscheinlich nicht geeignet, wohl aber dazu heimische Lokale und nette Leute kennenzulernen: Am Mittwoch, 24. April, können Studenten zum zweiten Mal das „Mönchengladbacher Bierdiplom“ ergattern. Um die Auszeichnung zu erhalten, müssen die Teilnehmer in zehn Lokalen einmal laut „cheers“ sagen. Mit welchem Getränk sie dabei jeweils anstoßen, ist nicht vorgegeben. Eine Auswahl von Bier und Alster über Shots und alkoholfreie Getränke wird für nicht mehr als zwei Euro angeboten. Der Ablauf gestaltet sich einfach: Zwischen 18:00 und 20:00 Uhr starten die Teilnehmer mit Blankodiplom und Teilnehmerheft am Alten Markt. Im Teilnehmerheft befindet sich neben den Regeln auch der Cityguide, in dem alle teilnehmenden Lokale abgebildet sind. In den folgenden fünf Stunden werden Stempel durch den Getränkeverzehr gesammelt. Pro Lokal, das sie besuchen, bekommen die Studenten einen Stempel ins Teilnehmerheft.

Doch wie im richtigen Studium gibt es keinen Abschluss ohne eine Abschlussprüfung. Um eine gute Note zu erhalten, ist Kreativität gefragt. Neben „Menschen-Pyramiden bauen“, singen und tanzen gehört auch das Vortragen von selbst geschriebenen Gedichten dazu. Die Abschlussprüfung findet ab 22:00 Uhr im Rossi statt. Die fünf kreativsten Gruppen erhalten einen Preis. Die Veranstalter rechnen mit einer Teilnehmerzahl zwischen 250 und 300 Studenten.

Teilnehmerhefte können im Vorverkauf bei den Fachschaften 05 und 08, in der „Hall of Tickets“ am Alten Markt und online unter www.cheersin10.de für 3,- € und an der Abendkasse für 5,- € erworben werden.

Text: Sabrina Kirmapci

INFO

Die ursprüngliche Idee des „Bierdiploms“ stammt aus Finnland. Dort gehört dieses Event zu den alljährlichen Highlights, an dem mehrere tausend Studenten teilnehmen. Weitere Infos unter: www.cheersin10.de oder www.cheerscooperation.com



**GET A FEEL! –
EIN BESUCH
IM SHOWROOM
DER NEUEN ARCADEN
FÜHRT INS REICH
DER SINNE.**

MÖNCHENGLADBACH ARCADEN

Einen außergewöhnlichen Vorgeschmack auf die künftigen Einkaufserlebnisse in den Mönchengladbach Arcaden bietet der neue Showroom. Auf anschauliche und interaktive Weise wird erklärt und fühlbar gemacht, was den Besucher im neuen „Home of the 5 senses“ erwartet.

Kommen Sie vorbei und fühlen Sie selbst!



**Verkaufsoffener Sonntag
28.04.2013
13:00 – 18:00 Uhr**

Showroom Mönchengladbach Arcaden
Kleiststr. 4-6 · 41061 Mönchengladbach
www.moenchengladbach-arcaden.de

NACHGEFRAGT

Unbekannter Himmelskörper

Ist es ein Flugzeug? Ist es ein Vogel? Ein UFO?

Oh nein, was ist denn das große helle Ding am Himmel? Gerüchten zufolge handelt es sich um die vermisste Sonne! Nach dem dunkelsten Winter seit 43 Jahren kommt es uns tatsächlich etwas seltsam vor, wenn doch endlich wieder die Sonne scheint. Zwar hat man sich lange nicht gesehen und sehr unter dem Verlust auf Zeit gelitten, aber alte Freunde trennt so schnell nichts und so tauen wir auch schnell wieder auf und freuen uns über die ersten Sonnenstrahlen auf unserer Haut. Mit der neu gewonnenen Zufriedenheit planen die Mönchengladbacher also voller Vorfreude ihren Frühlingsanfang und blicken optimistisch den Sonnenstunden entgegen.

Text: Livia Hilgers



Lea Klein, 20

Auf die Sonne freue ich mich am meisten. Die haben wir den Winter über ja gar nicht gesehen. Außerdem kann man sich wieder dünner anziehen, Fahrradfahren, im Bunten Garten entspannen oder wieder draußen sitzen. Und ich freue mich darauf, wieder etwas von der Sonne gebräunt zu werden.



Simone Weber, 41

Ich freue mich auf lange Spaziergänge mit meinem Hund und meinem Kind, im Winter beschränkt man sich ja doch und geht weniger weit, wenn es so kalt und dunkel ist. Insgesamt freue ich mich darauf, öfter wieder draußen sein zu können, es finden auch wieder mehr Veranstaltungen statt.



Marianna S., 25

Ich kann endlich meine dicken Winterklamotten wegpacken und die dünneren, luftigen Sachen für warmes Wetter rausholen. Dann kann man wieder schön im Bunten Garten die Sonne und das gute Wetter genießen und die Laune wird auch wieder besser. Ich freue mich auch auf lange Abende am Alten Markt.



Jenny, 30

Ich freue mich auf die ersten Frühlingsblumen ohne Schnee drüber und überhaupt, wenn alles anfängt zu blühen und grün zu werden. Außerdem kann man dann endlich wieder lange abends draußen in Cafés sitzen oder am Rhein grillen. Und hoffentlich sind die Leute dann nicht mehr so mies gelaunt.



Pam G., 22

Ich freue mich besonders darauf, dass es endlich wärmer wird und auf den Sonnenschein. Leider fängt auch die Uni wieder an, aber es wird sicher auch die ersten Grillpartys geben, sobald man nicht mehr Gefahr läuft, dabei einzufrieren. Viele Freunde haben Geburtstag, das wird bei hoffentlich gutem Wetter und ohne dicke Klamotten gefeiert.



Bettina Haas

Ich kann es kaum erwarten, mich wieder auf meine Terrasse zu legen und die Sonne zu genießen. Dann kann man auch endlich wieder schöne Radtouren machen und hoffentlich haben die Leute dann auch wieder bessere Laune!



ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

Lebensweisheiten in Mönchengladbacher Platt

In dieser Ausgabe – **Lootewerr et loope** – lassen wir es laufen.

Ein beliebtes Kinderspiel war früher schon das: **No-loope-spi-ele** – das Nachlaufen spielen.

Dä Emmer ös voll, dä löpp üüever – Der Eimer ist voll, der läuft über.

Es konnten einem aber auch vor lauter Staunen: **De Oore üüeverloope** – Die Augen überlaufen.

Musste jemand große Not erleiden, dann konnte er:

Vörr Honger de Wäng erop-loope – Vor Hunger die Wände hoch laufen.

Lief einer schnell und halsbrecherisch davon, hieß es: **Dä löpp wi-ne rösije Honk** – der läuft wie ein tollwütiger Hund.

Konnte einer sehr ausdauernd laufen, kam der Spruch: **Dä kann loope wie Poß-päät** – Der kann laufen wie ein Postpferd.

Tickte die Standuhr nicht mehr, sagte bestimmt

irgendjemand – **Di Uer ös aff-jeloop, di mot wi-er op-jetrocke wäede** – Die Uhr ist abgelaufen, die muss wieder aufgezogen werden.

Zum Schluss noch ein Spruch für die Gärtner unter Ihnen: **De Ärbeet löpp em Vrööjoer te-hoop** – Die Arbeit fällt im Frühjahr zuhauf an.

Zusammengestellt von: **Helmut Schrammel**
Verwendete Literatur: Mönchengladbacher Mundartwörterbuch von **Johannes Noever**.

Draußen nur Kännchen!

Ach, was waren das noch herrliche Zeiten, als man sich einen Kaffee bestellte und die einzige Nachfrage des bedienenden Fräuleins der gewünschten Portionsgröße galt. Zumeist konnte man selbst dieser Rückfrage noch entgehen, wenn man sich schlicht „eine Tasse Kaffee“ bestellte, es sei denn, man saß draußen. Dort gab es, insbesondere in gut besuchten Ausflugslokalen, aus Gründen der Rationalisierung und des größeren Profits meist nur Kännchen.

Die mir gegenüber sitzende stellvertretende Chefredakteurin hat sich auf einen handfesten Streit mit mir eingelassen, weil ich nicht verstehen kann und will, warum sie eine standhafte Verfechterin des deutschen Bohnenkaffees ist. Während ich froh bin, dass die Zeiten der billigen schwarzen Plörre endlich vorbei sind, sehnt sie sich nach dem wie zu Omas Zeiten frisch aufgebrühten Kaffee aus dem Handfilter. Doch je länger ich darüber nachdenke, desto mehr muss ich sie verstehen.

Bestellen Sie doch heute einmal eine Tasse Kaffee in einem der vielbesuchten Cafés, die sich als „innerstädtische Kommunikationszentren“ verstehen. Auf der Getränkekarte lesen sich die angepriesenen Kaffeespezialitäten wie in einer echten italienischen Bar: Espresso, Cappuccino, Caffè Latte, Latte macchiato. Alles wunderbare Getränke, wenn man sie nach Art eines echten Baristas – so heißen die ausgebildeten (!) Barleute in Italien – zubereitet. Aus einer riesigen Siebträgermaschine fließt – einzeln manuell portioniert – ein köstlicher schwarzer Bohnenextrakt, der je nach Gusto als Espresso gereicht oder mit von Hand aufgeschäumter Vollmilch zu einem Cappuccino ver-

edelt wird. Dort befinden sich Mensch und Maschine im Einklang. Da wird geschraubt und verstellt bis Druck, Mahlgrad, Temperatur und Kaffeemenge genau aufeinander abgestimmt sind, denn der Barista ist selbst der größte Genießer dessen, was er seinen Gästen serviert.

Doch diese Kaffeekultur wird einem hierzulande meist nur auf dem Papier vorgegaukelt. Was Ihnen in den meisten deutschen Läden vorgesetzt wird ist größtenteils eine Unverschämtheit aus dem Vollautomaten. Je nach Programmierung zaubert das Gerät aus der simplen Veränderung des Mischungsverhältnisses von Kaffee zu Milch bis zu einem Dutzend unterschiedlicher „Kaffeespezialitäten“. Der Kaffee schmeckt meist fad und billig, die Milch ist entweder ein blasiger Badeschaum oder ein harter Bauschaum. Dafür würde man in Italien keinen Cent ausgeben und sich in Grund und Boden schämen. Das ist ungefähr so, als würde man das Zusammenrühren von Fertigprodukten als Kochen bezeichnen. Man gewinnt den Eindruck, dass es den Wirten vollkommen gleichgültig ist, ob das Gesöff schmeckt oder nicht, Hauptsache es kostet keine Zeit, das Personal zu schulen und man kann eine ganze Seite der Karte mit Kaffeegetränken füllen.

Liebe Sabrina, ich gebe Dir recht. Da ist mir ein frisch aufgebrühter, schlichter Bohnenkaffee zehnmal lieber, auch wenn man den fast nirgendwo mehr bekommt. Und so genieße ich den Kaffee lieber zuhause aus meiner sündhaft teuren Espressomaschine wie in Bella Italia oder bestelle mir 'ne Limo, draußen auch gerne 'ne große.

Text: Sascha Broich

See Park



Ihr Hotel & SPA zum Wohlfühlen



Der familiengeführte See Park Janssen ist der ideale Ort für alle, die sich einmal eine kleine Auszeit gönnen möchten. Die direkte Lage am See ist der ideale Ausgangspunkt für Spaziergänge oder sportliche Outdoor-Aktivitäten. Der See Park bietet einen Wellnessbereich mit einem einzigartigen Panorama-Pool und einer großzügigen Sauna-Landschaft auf einer Gesamtgröße von über 8.000m². Eine Vielzahl von Wohlfühl-Behandlungen aus den Bereichen Massage, Kosmetik, Packungen und vieles mehr warten auf Sie.



3 Tage Wellness ab 176,50 €

inkl. Hotelaufenthalt

1 Tag Wellness ab 72,90 €

inkl. Beauty- und Massageanwendung



See Park Janssen
Danziger Str. 5 | 47608 Geldern
Tel.: + 49 (0) 28 31 · 92 92 88
www.seepark.de



„Die Kirche muss erlebbar und verständlich sein, damit sie wieder Strahlkraft entwickelt.“

STADTGESPRÄCH

Schwester **Jordana**

Sr. Jordana, Dominikanerin von Bethanien und Kinderdorfmutter in Schwalmtal, im HINDENBURGER-Gespräch über Frauen in der Kirche, die Bedeutung der Ökumene und christliche Identität.

Beschreiben Sie das Konzept der Bethanien Kinderdörfer.

Unsere Kinderdörfer bieten Kindern, die nicht mehr in ihren Ursprungsfamilien leben können, ein Zuhause mit familiären Strukturen. Ich selbst lebe mit fünf Kindern in einer Gruppe, insgesamt haben wir hier in Schwalmtal 125 Plätze, die sich auch auf betreute Wohn- und Tagesgruppen erstrecken. Gerade ältere Kinder und Jugendliche haben aufgrund ihrer Biografie oft Schwierigkeiten, die Nähe wie in einer Familie

Worin bestehen die Schwerpunkte und die besonderen Stärken der dominikanischen Orden?

Der dominikanische Schwerpunkt liegt in der Predigt. Das Besondere bei den Dominikanerinnen von Bethanien ist der Rehabilitationsgedanke: Ihr Gründer Jean-Joseph Lataste hat erkannt, dass Frauen mit einer schwierigen Vergangenheit, auch ehemalige Inhaftierte, genauso Gottesliebende sein können wie Adlige, die ins Kloster gehen und ihnen ein gleichberechtigtes Ordensleben ermöglicht. In dieser Idee,

dass Gott jemanden ohne Ansehen der Person und ungeachtet seiner Vergangenheit annimmt, liegt der bethanische Gedanke. Die demokratischen Prinzipien, die zur Zeit der dominikanischen Ordens-

gründung revolutionär waren, sind heute nicht mehr ganz so ungewöhnlich. Bei uns wird – anders als z. B. in manchen benediktinischen Gemeinschaften – niemand auf Lebenszeit gewählt. Unsere Amtszeiten von drei bzw. sechs Jahren können höchstens einmal verlängert werden, wodurch sich neue Strukturen bilden können. Anders als in den meisten anderen kon-

templativen Orden diskutieren wir häufig solange, bis wir einen Konsens erreichen, bevor eine Entscheidung getroffen wird. Dieser dialogische Gehorsam ist unser Markenzeichen und es ist im Vergleich zu anderen Orden schon eine Besonderheit, dass nicht über unsere Köpfe hinweg entschieden wird, sondern wir sehr viel mitreden können.

Wie bewerten Sie die Nachwuchssituation für Orden in Deutschland?

Sehr unterschiedlich. Glücklicherweise haben wir hier immer wieder Nachwuchs, momentan sind es zwei Novizinnen und zwei Kandidatinnen. Insgesamt geht es natürlich zurück. Früher ermöglichte ein Orden für Frauen, die studieren oder einfach nicht heiraten wollten, auch eine gewisse Emanzipation. Wer heute in einen Orden eintritt, tut das hingegen aus rein spirituellen Gründen. Wir haben zwar viele Anfragen von Frauen, die sich aufgrund einer Gotteserfahrung berufen fühlen; dann wird aber gut geprüft, ob das passt und warum jemand dieses Leben leben möchte. Das Kloster dient nicht zur Flucht oder als Versorgungsanstalt. Deswegen wird im Rahmen der Ordensausbildung auch geprüft, wo die Motivation liegt und ob jemand das überhaupt durchhält.

Wie ist Ihre Position zu Frauen in der katholischen Kirche?

Die Amtskirche ist eine Männerkirche. Wenn man nach Rom schaut, da tauchen keine Frauen auf und dieses Prinzip setzt sich in der mittleren Führungsebene und da auch in der Gemeinde fort. Je weiter man in der Hierarchie nach unten geht, desto mehr Frauen sind vertreten, wie bei einer umgekehrten Pyramide. Einige Vorreiter behandeln die Frauen bei der Gemeindeführung sehr gleichberechtigt, das hängt aber stark von der Person des jeweiligen Priesters ab. Daneben gibt es Gemeinden, in denen eine Referentin nichts zu sagen hat und Dinge nicht tun darf, die sie woanders machen dürfte. Eine solche Abwertung der Frau ist ein Unding. Persönlich kann ich mir vorstellen, dass Frauen genauso zum Priesteramt berufen sind. Von dem, wie ich Jesus verstanden habe, lässt sich nichts Gegenteiliges begründen. Er hat die Frauen ja nah rangeholt und sehr gleichberechtigt behandelt. Wenn er also damals schon so revolutionär war, wäre er es heute erst recht. Jedoch bin ich skeptisch, dass sich an diesem geschlossenen, in sich funktionierenden System bald etwas ändern wird. Aber ich hoffe, dass sich durch eine veränderte Einstellung der Priester allmählich von unten herauf etwas bewegt.

Wodurch ließe sich Ihrer Meinung nach die Kommunikation zwischen Amtskirche und Gläubigen verbessern?

Ich glaube nur durch gute Vernetzung und dadurch, dass sich die obere Amtskirche auch mit den anderen beschäftigt. Kürzlich habe ich von einem Kardinal gelesen, der noch Bus und Bahn fährt und in einem normalen Haus lebt.* Sich nicht abzuschotten, unterstützt die Kommunikation mit der Basis. Die Gefahr der Entfremdung besteht gleichermaßen für jeden Firmenchef, der nicht mehr weiß, wie es seinem Arbeiter geht. Je weiter man nach oben steigt, desto mehr muss man sich bemühen, nach unten zu

» Der dialogische Gehorsam
ist unser Markenzeichen. «

zuzulassen und fühlen sich in solchen weniger engen Gruppen wohler. Die meisten Kinder bleiben so lange bei uns, bis sie als junge Erwachsene ein selbstständiges Leben beginnen können. Am schönsten sind natürlich die gelegentlichen Rückführungen in die eigene Familie, wenn sich die dortige häusliche Situation zum Positiven geändert hat.

schaufen und das gilt für die Kirche genauso. Die größten Theologen sind für mich diejenigen, die komplizierte Sachverhalte einfach ausdrücken können – die hochtheologisch predigen können, aber so, dass jeder sie versteht. Die Theologie und die Kirche sind für die Menschen da und müssen verständlich und hautnah erlebbar bleiben.

Erhoffen Sie sich vom neuen Papst eine stärkere ökumenische Orientierung im Hinblick auf den Protestantismus?

Ich bin keine Theologin und setze mich auch nicht sehr intensiv mit der Arbeit des Papstes auseinander. Ich merke aber, wie wohltuend es ist, ökumenisch zu arbeiten und dafür sind wir hier in der Gemeinde das beste Beispiel. Während meiner Reise u. a. durch die arabischen Staaten und Israel ist mir sehr bewusst geworden, dass die Frage nach evangelisch oder katholisch irgendwann gar nicht mehr existiert, sondern dass es da nur um christlich oder nichtchristlich geht. Trotz einiger Unterschiede, wie bei der Eucharistie, halte ich mehr Miteinander für wünschenswert. Wir haben eine tiefe gemeinsame Ebene und glauben letztlich an das Gleiche. Gerade in Zeiten, wo die Kirche im Alltag vieler Menschen zunehmend an Bedeutung verliert, scheint es wichtig, dass wir uns zusammenschließen und uns fragen, was unsere eigentliche Botschaft ist.

» Die Amtskirche ist eine Männerkirche. «

Wenn Sie jeweils einen Wunsch an Gläubige und an kirchliche Führungskräfte richten könnten, welche wären das?

Mein Wunsch ist wirklich, den Blick nicht so sehr auf das Äußere zu richten, sondern auf die Überlegung, woran man Christen erkennt und was uns eigentlich ausmacht. Leute, die in die Kirche gehen, aber häufig Streit mit ihrem Nachbarn anfangen oder sich nicht um die Armen in der Gemeinde kümmern, halte ich für nicht authentisch. Ich liebe solche Menschen, die wirklich das Leben, was sie glauben, und das tun wir zu wenig. Die enorme Gastfreundschaft, die mir auf meiner Reise entgegengebracht wurde, wird in islamisch geprägten Kulturkreisen als Bestandteil des Glaubens empfunden. Alleine das ist schon sehr aussagekräftig. Woran würde ein Außenstehender merken, dass wir Christen sind? Dass wir tolle Kirchen besuchen, ohne uns gegenseitig anzuschauen und zu bemerken, wenn jemand neues hinzukommt, halte ich für ein Armutszeugnis. In anderen Ländern, sei es in Afrika oder Lateinamerika, hat die Kirche viel mehr mit dem Leben der Menschen zu tun und dort blüht sie. Genau aus diesen Gründen haben auch die Freikirchen einen enormen Zulauf, weil sie die Leute willkommen heißen und das machen hier die meisten Kirchen gar nicht mehr. Wenn wir da wieder hinfinden, können wir auch neue Strahlkraft entwickeln.

* (Anm.: Das Interview wurde vor der Papstwahl geführt.)



Das Interview führten Sascha Broich und Natasha Oberste (Text).

Buchtipps

„Auf einen Tee in der Wüste“ beschreibt Schwester Jordanas Reise entlang der ersten mittelalterlichen Kreuzzugsroute. Wer sich auf dieses „göttliche Abenteuer“ einlässt, begleitet die Autorin in Länder, die die meisten nur aus den Nachrichten kennen. Der Leser folgt Schwester Jordana beim Moschee-Besuch, begegnet Derwischen und erhält Einblicke in uns fremde Alltagsleben. Weit mehr als nur ein Reisebericht, schildert das Buch gleichzeitig auf besondere Art die Begegnung mit den drei großen Weltreligionen und ermöglicht auch einen neuen Blick auf die hiesige Realität. – Besonders empfehlenswert für alle, für die der Weg das Ziel ist. **Erschienen 2013 bei Rowohlt, 12,99 €**





Vorschau März/April



29.03.2013 - Fisch & Meer

Angeln Sie sich Ihr Lieblingsgericht von unserer Fisch- und Krustentierkarte. Je nach Tagesangebot servieren wir Ihnen vom Hummer über edelsten Fisch alles aus dem Meer. Nach alter Regel muss Fisch drei Mal schwimmen: im Wasser, im würzigen Sud und im passenden Wein.

31.03.-01.04.2013 - Feste Feiern

Unser Küchenchef Elmar Schuler erwartet Sie am Ostersonntagmittag zum großen Brunch und abends servieren wir ein 4-Gang-Menü. Am Ostermontag erwartet Sie mittags und abends ebenfalls ein 4-Gang-Menü. Anstelle des Menüs lässt sich auch "à la carte speisen".

Osterbrunch: 35,00 € pro Pers.
Ostermenü: 44,00 € pro Pers.



Der beste Start in den Tag seit über 140 Jahren.

Ob Latte Macchiato, köstlich frische Säfte, knusprige Brötchen, pochierte Eier oder doch lieber amerikanische Pancakes – das außergewöhnliche Frühstück im Elisenhof lässt keine Wünsche offen. Sie haben die Auswahl zwischen vielen nationalen und internationalen Köstlichkeiten und können sich diese individuell zusammenstellen. Das Besondere: Ihre speziellen Frühstückswünsche werden von unserem Frühstücksteam gerne für Sie zubereitet.

So kann der Tag beginnen - Wir verwöhnen Sie gerne.
 Frühstücksbuffet: 15,00 € / pro Person
 Mo-Fr: 6:30-10:30 Uhr · Sa: 7:30-12:30 Uhr · So: 7:30-14:00 Uhr

Klusenstr. 97 · 41239 M'gladbach · Tel.: 0 21 66 / 933-0 

Wir erwarten Sie! · www.elisenhof.de

Moderne Gastlichkeit kreativ erleben.

TICKER**So pur Natur**

Unter dem Motto „So pur Natur“ wagt sich Brigitte Bengner von „Passione Kulinarische Genüsse“ an das nicht ganz so einfache Thema Grill- und Dippsaucen. Wie alle Produkte aus der Mönchengladbacher Manufaktur enthalten auch die sommerlich-würzigen Saucen ausschließlich natürliche Zutaten ohne künstliche Zusätze. Mit den Geschmacksrichtungen Indisch, Italienisch und Barbecue findet jeder Grillmeister seinen persönlichen Favoriten. Die Saucen sind unter www.passione-kulinarische-genuesse.de erhältlich.

**GEWINN SPIEL**

Gewinnspiel: Wir verlosen 3 x 3 Saucen im Set. Schreiben Sie bis zum 30.4.2013 eine E-Mail mit Betreff „Passione“ an gewinnspiel@hindenburger.de

Happy Hour gibt's auch beim Sprachtraining!

Wer seine Sprachkenntnisse erweitern möchte, der sollte sich den Einzelunterricht bei Berlitz einmal genauer anschauen.



Das Konzept: Der Trainer geht individuell auf den Sprachschüler ein. Der eigene Sprechanteil beträgt mindestens 50 Prozent. Die

Lerninhalte können zudem selbst zusammengestellt werden. Seit einiger Zeit gibt es diesen Einzelunterricht, der in fast allen Sprachen verfügbar ist, zu ausgewählten Unterrichtszeiten besonders günstig. In der Happy Hour (wochentags zwischen 12:00 und 15:30 Uhr sowie samstags zwischen 8:00 und 14:00 Uhr) spart man 15 Prozent – die Unterrichtseinheit kostet dann nur 44,- € statt 52,- €.

**Berlitz Deutschland GmbH, Berliner Platz 12
41061 MG, Tel. 02161/17077**

Feier zum Saisonstart

Mit den ersten Sonnenstrahlen beginnt endlich auch die diesjährige Motorradsaison. Grund genug für Ulrich Brülls, seine Werkstatt mit Ausstellungsraum am neuen Standort den Motorradfans in der Region im Rahmen einer Feier vorzustellen.



MOTOWORK bietet im neuen Gebäude einen großen Ausstellungsraum über zwei Etagen und eine moderne Werkstatt mit altbewährtem Service. Die Feier zum Saisonstart findet am 20. April ab 10 Uhr statt. Für Speisen und Getränke ist gesorgt. Das Benzin im Blut müssen die Besucher selber mitbringen.

**MOTOWORK, Tomphecke 28
41169 MG, Tel. 02161/551806**

KRIMIDINNER**Der Spuk von Darkwood Castle**

Lust auf ein gruseliges Dinner? Die geladenen Gäste finden sich im Speisesaal von Schloss Darkwood, einem altherwürdigen Herrenhaus in Schottland, Stammsitz derer von Ashtonburry ein. Das Schloss soll versteigert werden, denn die Unterhaltskosten sind nicht mehr finanzierbar. Mysteriöse Gerüchte machen die Runde. Was ist dran an der Geschichte, dass der 4. Lord Ashtonburry einen Schatz mitsamt seiner untreuen Gattin und deren erlegten Liebhaber in den Gemäuern des Anwesens eingemauert hat? Gibt es den sagenumwobenen Geist des Hauses Ashtonburry wirklich? Verlässt dieser des Nachts die feuchte Gruft, um seine letzte Ruhestätte zu schützen? Wird er nicht ruhen, bis die Schuldigen gefunden und zur Rechenschaft gezogen sind? Viele Fragen, die vielleicht im Verlauf des delikatsten 4-Gänge-Menüs schaurige Antworten erhalten werden.



**Freitag, 12.4.2013 und Freitag, 7.6.2013, Tatort: Restaurant Kaiser Friedrich in der KFH
Hohenzollernstr. 15, 41061 MG, www.krimidinner.de**

ROADSTER-FEELING**Benzin im Blut**

Der Wiesmann Roadster MF 4 ist ein echter Hingucker. Für die meisten Menschen bleibt der exklusive Sportwagen ein unerfüllter Traum, denn der Kaufpreis für das in Handarbeit gefertigte Unikat liegt im sechsstelligen Bereich. Wer dennoch in den Genuss des 407-PS-Geschosses kommen möchte, kann im Mönchengladbacher Hotel Elisenhof das Arrangement „Benzin im Blut“ buchen. Als handverlesenes Partnerhotel der Wiesmann Manufaktur bietet das Vier-Sterne-Hotel einen ganzen Tag lang exklusives Roadster-Feeling. Auf vom Hotel ausgearbeiteten Routen kann man das Sauerland, die Eifel oder das Ruhrgebiet erkunden. Möglich sind auch Abstecher nach Bonn/Ahrweiler oder in die benachbarten Niederlande. Das Arrangement „Benzin im Blut“ ist mit und ohne Übernachtung buchbar und kostet inklusive Frühstück und Abendessen ab 255 Euro pro Person.



Hotel Elisenhof, Klusenstr. 97, 41239 MG, Tel. 02166/9330, www.elisenhof.de

OPEL FAMILY CUP**Pokalspiel in Jüchen**

Die Opel-Händler in Deutschland laden fußballbegeisterte Väter, Mütter und Kinder zur Premiere des „OPEL FAMILY CUP“ ein! Von Mai bis September spielen über 1.500 Teams um diesen ganz besonderen Pokal. Die 72 Vorrundenturniere finden bundesweit im Mai und Juni statt. Väter oder Mütter stehen gemeinsam mit ihren Kindern auf dem Platz. Das Herzstück jeder Mannschaft sind dabei mindestens sechs Kinder, die nicht älter als 13 Jahre sind. Bei dem größten bundesweiten Turnier dieser Art ist auch das Autozentrum WEST als Partner vertreten. Für die Ausrichtung des Kleinfeldturniers am 1. Juni 2013 auf dem Sportgelände an der Stadionstraße in Jüchen ist der VfL Viktoria Jüchen-Garzweiler mit seiner Helfercrew verantwortlich. Alle Informationen zum OPEL FAMILY CUP finden Sie auf der Internetseite des Autozentrum WEST.



**Autozentrum West, Aachener Str. 235, 41061 MG
www.az-west.de**



Das städtische Gymnasium um 1940.

Die Kaiser-Wilhelm-Realschule

Das heutige Gymnasium Odenkirchen.

Seit Mitte des 19. Jahrhunderts bestand in der Stadt Odenkirchen die Notwendigkeit, eine fortführende Schule zu errichten. Die Privatschule und später die Rektoratsschule entsprachen nicht dem Bedarf, so dass die Stadtverordneten 1909 den Beschluss fassten, eine höhere Knabenschule zu errichten, deren Abschluss die Berechtigung zum einjährigen Freiwilligendienst beim Militär hatte. Wehrpflichtige, die einen gewissen (höheren) Schulabschluss vorweisen konnten, durften „freiwillig“ zum Militärdienst. Im Unterschied zu den regulär Eingezogenen verkürzte sich die Dienstzeit von drei Jahren auf ein Jahr und es bestand die Möglichkeit, Leutnant der Reserve zu werden – im Wilhelminischen Kaiserreich mit seiner Begeisterung für das Militär eine Möglichkeit für Bürgerliche, in der Gesellschaft aufzusteigen.

Mit der Einrichtung der Realschule in Odenkirchen schickten viele Odenkirchener nun ihre Kinder nicht mehr nach Rheydt, so dass die junge Schule kräftig aufblühte. Im Gegenzug reichten die bisherigen Schulräume nicht mehr aus, so dass der Stadtrat bereits 1910 ein Stück des Stadtparks als Baugrund für einen Neubau zur Verfügung stellte. Nach einem Architektenwettbewerb wurde am 1. Oktober 1912 der Grundstein gelegt. Errichtet wurde ein Zweckbau in der damals repräsentativen Form. Die großen und lichten Unterrichts-, Sammlungs- und Verwaltungsräume genügten für die nächsten Jahrzehnte, auch wenn die Schülerzahl weiter anwuchs. Die Aula konnte durch Einbeziehung des Musikraumes und eines Klassenzimmers so erweitert werden, dass 700 Personen Platz fanden. Am 28. März 1914 zogen Lehrer und Schüler feierlich ein. In der Folgezeit wurde die Realschule zum Realgymnasium ausgebaut, so dass 1925 die ersten Abiturienten ihre Reifeprüfung ablegten. Dieser Hochphase folgte jedoch eine schlechtere Zeit, in der die Schülerzahl sank. Nach der Zusammenlegung der Stadt Odenkirchen mit Gladbach und Rheydt 1929 bzw. nach dem Verbleiben bei Rheydt,

als Gladbach und Rheydt 1933 wieder getrennt wurden, verlor Odenkirchen die Realschule und im Gebäude entstand 1934/35 ein Reform-Realgymnasium. Im September 1939 wurde das Schulgebäude zugunsten eines Reservelazarets geräumt; im Jahr darauf erhielten die Schüler ihre Räume zurück. Bei dem Bombenangriff in der Nacht vom 30. auf den 31. August 1943 wurde die Schule schwer beschädigt, im Folgejahr der Unterricht eingestellt bzw. die Schüler samt Lehrern evakuiert. Am 16. Oktober 1955 begann im halbzerstörten Gebäude wieder der Unterricht, die Wiederaufbauarbeiten dauerten bis 1955. Bereits 1958 konnte ein erster Erweiterungsbau eingeweiht werden, dem ein weiterer folgte.

Text: Dr. Christian Wolfsberger



Innenansicht der Realschule im Jahr 1914.



Das Gymnasium mit dem Erweiterungsbau 1958.



Im Team zum Sprachziel!

**Berlitz Gruppenkurse:
Ziele gemeinsam erreichen!**

- Englisch, Deutsch, Französisch, Spanisch und Italienisch
- Hoher Sprechanteil
- Mit und ohne Vorkenntnisse
- Maximal 6 Personen pro Gruppe
- Top ausgebildete muttersprachliche Trainer
- Schon ab 108 Euro pro Monat zur Wunschsprache
- **Kostenlose Probestunde!**

Sprechen Sie uns an:

Sprachschule Mönchengladbach
Berliner Platz 12
41061 Mönchengladbach
02161 17 07 7
www.berlitz.de

Berlitz[®]

TICKER**Frühstück für Opel-Fans**

Das Autozentrum WEST lädt seine Kunden und alle Opel-Fans am 20. April zum großen Opel-Frühlings-Frühstück ein. Die



Besucher bekommen hierbei besondere Highlights vorgestellt – zum Beispiel das neue Cabriolet „Cascada“, mit dem auch Opel-Fans endlich wieder „oben ohne“ fahren dürfen. Doch nicht nur der schnittige Cascada feiert an diesem Wochenende seine offizielle Premiere: Auch der neue Stadtflyter Opel ADAM zeigt sich seinen Fans in seiner vollen Pracht. Mittlerweile gibt es in den Autozentrum WEST-Standorten eine ganze



„ADAM's Family“ zu bestaunen. JAM ist der farbenfrohe Alleskönner, bei dem eine fast unbegrenzte Kombinationsvielfalt aus Außenfarbe, Dachfarbe und stylischen Dekor-Paketen besteht. Der Adam SLAM ist der sportliche Typ, der mit seinen Sport-Paketen und den extremen Felgen hervorsteht. Der Adam GLAM dagegen lässt es mit seinem edlen Design etwas ruhiger angehen, sorgt aber mit entsprechend edlem Design und Extras für Extravaganz auf der Straße. Jetzt können sich Besucher und Fans von der Vielfalt inspirieren lassen oder sich direkt vor Ort in „Ihren ADAM“ verlieben.

**Autozentrum West, Aachener Str. 235
41061 MG, www.az-west.de**

Die richtige Frühlingsdiät

Im Frühling sind viele Frauen und Männer auf der Suche nach der perfekten Diät. Vor dem Sommer muss schließlich der Winterspeck weg. Das weiß auch Bettina Haas, die in ihrem Reformhaus nicht nur ein großes Sortiment an gesunden Produkten anbietet, sondern auch gleich eine



professionelle Ernährungsberatung mitliefert. „Die Kunden fallen oft auf Erfolgsversprechen bestimmter Diäten herein, ohne auf die persönlichen Umstände und Details zu achten. Bei uns bekommen sie neben der persönlichen Beratung auch kostenlose Pläne und Diät-Broschüren, die bei der Wahl der richtigen Frühlingsdiät helfen können“, so die Expertin.

**Reformhaus Haas, Hindenburgstr. 157
41061 MG, Tel. 02161/23681**

**TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE****Zwerg Brownie**

Der kastrierte Zwergkaninchen-Bock Brownie sitzt nun seit Weihnachten im Tierheim. Das Kaninchen ist gerade knapp ein halbes Jahr alt und wünscht sich sehnlichst Anschluss. Hierbei ist allerdings einiges zu beachten: Kaninchen sind keine Kuschtiere. Vor der Anschaffung sollte man sich umfassend über die Tiere und ihre Bedürfnisse informieren, um sicherzustellen, dass man bereit ist, den Kaninchen das zu bieten, was sie brauchen. Um eine artgerechte Haltung zu ermöglichen, müssen sie in einem Außengehege und mindestens paarweise gehalten werden. Entgegen der landläufigen Meinung ersetzt ein Meerschweinchen in keinem Fall einen Hasen-Partner!

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

FAIRSCHENKT, FAIRFÜHRT, FAIRKOSTET**Klein, gesund und lecker!**

Sie nennen sich Physalis, Kapstachel- oder Andenbeeren. Die orangefarbenen Früchte aus dem Eine-Welt-Laden stammen aus Peru, wo sie vollreif in Bioqualität durch Kleinbauern und -bäuerinnen in Handarbeit geerntet und schonend getrocknet werden. So bewahren sie nicht nur ihre Vitamine, sondern auch ihr natürliches Aroma, das sie durch die intensive Sonneneinstrahlung entfalten konnten. Durch den fairen Handel können Kunden die exotischen Früchte genießen und gleichzeitig Kleinbauern und ihren Familien im Süden zu einem sicheren Einkommen verhelfen.

75 Gramm getrocknete Bio-Physalis kosten 3,50 €.



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

PRAKTISCH**Oben ohne zum Training**

Beim Sport sind Brillen häufig nicht die komfortabelste Lösung. Die beginnende Outdoor-Saison ist die beste Gelegenheit, das Training unter freiem Himmel einmal „oben ohne“ auszuprobieren – mit Tageskontaktlinsen! Sie bieten glasklare Vorteile: Sie rutschen nicht, beschlagen nicht und bieten ein grenzenloses Sichtfeld. Ein weiterer Pluspunkt: Sportsonnenbrillen können einfach über den Kontaktlinsen getragen werden und müssen nicht aufwendig mit der Brille verglast werden. Pleines fashion optik lädt zum Saisonbeginn alle Brillenträger, die Kontaktlinsen ausprobieren möchten, zum unverbindlichen Probetragen ein. Einfach vorbeischaun oder über facebook einen Termin vereinbaren!

**Pleines Fashion Optik, Friedrichstr. 2, 41061 MG
www.pleines.de, www.facebook.com/pleines.optik**

Maskerade im Theater



Die beiden wohlhabenden Väter und Nachbarn Jeronimus und Leonard sind übereingekommen, ihre Kinder – Leander und Leonora – miteinander zu vermählen. Doch die zwei jungen Menschen, die sich nicht kennen und sich zudem bei der letzten Maskerade in andere Partner verliebt haben, leisten erbitterten Widerstand. Kein Wunder, dass die Mas-

kerade da für Jeronimus zum Feindbild avanciert. Schließlich bedroht sie seine Lebensidylle. Trotz strenger Bewachung gelingt es Jeronimus' Sohn Leander und dessen Diener Henrik, sich erneut zur nächtlichen Maskerade zu schleichen. Aber da haben sie die Rechnung ohne den Vater gemacht: Um die „Bösewichter“ auf frischer Tat zu ertappen, mischt der Alte sich selbst, ebenfalls verkleidet, unter die Besucher der Maskerade und ahnt nicht, dass er dort gleich mehrere – liebsame und unliebsame – Entdeckungen machen wird ...

Musikalisch kommt das Werk leichtfüßig daher: So enthält Nielsens Maskerade einen hohen Anteil an Tanzmusik, die vom Menuett bis hin zur temperamentvollen Folie d'Espagne reicht. Kontrastiert wird diese jedoch durch zusätzliche Stilzitate aus der protestantischen Kirchenmusik. So gelingt Nielsen ein akustisches Gemälde, das die komödiantische Handlung orchestral untermauert. Termine und weitere Infos gib es unter: www.theater-kr-mg.de

Theater Mönchengladbach, Große Bühne

Odenkirchener Str. 78, 41236 MG



T-Shirts für den guten Zweck

Die jungen Modedesigner Rajmonda Shala und Sinan Kul aus Mönchengladbach haben für ihr Label La Monda eine T-Shirt-Linie entwickelt. Sie bildet den Auftakt zu einer eigenen Kollektion. Die Jung-Designer haben sich ein hohes Ziel gesteckt. Sie wollen nicht nur ihr Label deutschlandweit bekannt machen, sondern von Beginn an auch etwas von ihrem Erfolg zurückgeben. Deshalb liegt ihnen ein bestimmtes Motiv der neuen Kollektion besonders am Herzen: das T-Shirt mit dem Schriftzug „Never forget where you come from“, denn ein Teil der Einnahmen aus dem Verkauf geht an „Save the Children“, die größte unabhängige Kinderrechtsorganisation der Welt. „Egal, wie weit man es im Leben schafft: Man sollte nie vergessen, woher man kommt. Unsere Wurzeln sind das Wichtigste, was wir haben“, sagen Rajmonda Shala und Sinan Kul, die die Inspiration für ihre Kollektion direkt aus ihrem Alltag schöpfen. „Erfahrungen setzen wir in Motive um. Mode ist für uns Kunst. Mit Mode kann man Lebenseinstellungen und Erfahrungen ausdrücken.“ Das Charity-T-Shirt kostet 24,99 € und ist im La-Monda-Store in der Friedrich-Ebert-Str. 42 in Rheydt und online unter www.la-monda.de erhältlich.

Bis zu 10 Pfund in 10 Tagen!

Natürlich abnehmen!

Schoenenberger Schlankheits-Kur

Gesundes Ernährungskonzept zum Abnehmen und Entschlacken mit Kurplan für eine kalorienreduzierte Ernährung nach Dr. H. Anemüller

plus Schoenenberger Heilpflanzensäfte Artischocke, Brennnessel und Kartoffel



Schoenenberger naturreine Heilpflanzensäfte: Artischocke: Traditionell angewendet zur Unterstützung der Verdauungsfunktion. Diese Angabe beruht ausschließlich auf Überlieferung und langjähriger Erfahrung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. **Brennnessel:** Durchspülungstherapie von Nieren und Blase sowie zur Vorbeugung und Behandlung von Nierengriß; unterstützende Behandlung rheumatischer Beschwerden. Zur Unterstützung der Ausscheidung bei Schlankheitskuren nach Ernährungsfehlern. „Traditionell angewendet: Zur Unterstützung der Organfunktion.“ **Kartoffel:** Traditionell angewendet zur Unterstützung der Magenfunktion. Diese Angabe beruht ausschließlich auf Überlieferung und langjähriger Erfahrung.

Reformhaus **Haas**
Vitalität, Pflege und Genuss

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

Jetzt Wohnung mieten und Gutschein bis zu 1.000 €* erhalten!

Schnell den Gutschein sichern!
Rufen Sie an!
02161 / 68 69 65 3



AKTION

Wenn Sie selbst Hand anlegen, belohnen wir Sie mit einem Gutschein bis zu 1.000 €*!

gladbau
Ein Unternehmen der Vitus-Gruppe

Besuchen Sie uns im Wohnshop im Vitus-Center oder auf www.gladbau.de

*gilt nur für ausgewählte Wohnungen

Gabor

UNWIDERSTEHLICH



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

**SCHUHHaus
Wintzen**

Das Fachgeschäft mit dem guten Service

MG: Hindenburgstraße 113
RY: Hauptstraße 38

2013 MARKTIMPULS.DE

Ich schenk dir eine Geschichte

Am 23. April 2013 feiern Buchhandlungen, Verlage, Bibliotheken, Schulen und Leseratten wieder den UNESCO-Welttag des Buches. An diesem Tag erhalten über 700.000 Schülerinnen und Schüler das Welttagsbuch „Ich schenk dir eine Geschichte“. Damit die Erwachsenen auch den Spaß am Lesen behalten, haben wir die neuesten Veröffentlichungen heimischer Autoren und ein paar Veranstaltungstipps rund ums Buch herausgesucht.

Zusammengestellt von Sabrina Kirmapci



CHRISTIANE WÜNSCHE

Bleichwer

Ein Campingplatz in der winterlichen Nordeifel. Was haben ein Gefängnisausbrecher, ein Hilfsarbeiter und eine untreue Ehefrau gemeinsam? Jeder von ihnen trägt schwer an Schuldgefühlen, die tief in der Vergangenheit verwurzelt sind. Und so ist es kein Wunder, dass die drei sich dort in der verschneiten Einsamkeit nähern. Da geschieht ein brutaler Mord im Nachbardorf, kurz darauf ein zweiter auf dem Campingplatz. Jule, einzige Frau der Gemeinschaft, wird zur Ermittlerin wider Willen ...

ISBN 9783839213902, 9,99 €, www.gmeiner-verlag.de

VERA ANDERS

Dancing Queen a. D.

In der Lebensmitte wimmelt es von Krisengruben und Baustellen: Die Kinder auf den richtigen Weg bringen, das Älterwerden der Eltern oder die bohrende Frage „Ist mein Mann eigentlich der Richtige?“ Täglich manövriert die Lebensmittefrau zwischen den Generationen, zwischen Kind und Karriere und sich selbst. Vera Anders aus Mönchengladbach lässt sich von den kniffligen Situationen in der Lebensmitte nicht unterkriegen. Sie schreibt witzig und anregend von den kleinen Problemchen, die die Lebensmitte so mit sich bringt. Doch sie zeigt auch, wie die Lebensmitte interessant wird: das Lachen und Flirten nicht vergessen, positive Erlebnisse hervorheben und alles einfach nicht so ernst nehmen.

ISBN 9783981226492, 10,95 €, www.bluestar-verlag.de



CARSTEN STEENBERGEN

Teufelsacker



Echter Horror im Mönchengladbach des 13. Jahrhunderts: Carsten Steenberg, Autor des mystischen Mittelalter-Spannungsromans „Teufelsacker“ erzählt die Legende zur Gründung der Vitusstadt aus einem völlig neuen Blickwinkel. In seinem Roman über Rache, Verrat und Teufelspakt erfahren wir, wie nach der göttlichen Vision des Erzbischofs Gero, während des Umbaus des Münsters durch den berühmten Dombaumeister Gerhard, das ganze Ausmaß der Verschwörung zum Vorschein kommt. Dass es dabei historisch wie über-sinnlich hergeht, versteht sich bei dem Phantastik-Autor quasi von selbst.

ISBN 9783867621069, 12,99 €, www.carsten-steenbergen.de

Tipp: Lesung „Teufelsacker“ mit Carsten Steenberg, 19. April 2013, 20 Uhr, BIS Zentrum, Bismarckstr. 97-99, 41061 MG



ANJA WEDERSHOVEN

Schürfwunden

Drei Kinder, eine Halbtagsstelle und die tyrannische Schwiegermutter im Haus. Nicht, dass Katja nicht schon genug Stress hätte. Doch als sie sich in den jungen Jens verliebt, gerät ihr Leben endgültig aus den Fugen. Unterstützung findet Katja bei ihrer hilfälligen, aber eigensinnigen Großmutter Charlotte. Diese kämpft seit Jahren gegen den Verlust ihres Hauses durch den Tagebau. Jetzt droht ihr die

Enteignung. In der Krise entwickelt sich zwischen den so unterschiedlichen Frauen eine ungewöhnliche Freundschaft.

ISBN 9783862821587, 13,90 €, www.anjawedershoven.de

Tipp: Lesung „Schürfwunden“ mit Anja Wedershoven am 12. April an der Hochschule Niederrhein. Die Lesung wird durch den Fotofilm „Garzweiler schwarzweißer“ von Marion Überschaer ergänzt. Senatssaal S 301, Richard-Wagner-Str. 101, MG
Einlass: 18:30 Uhr



JENNY ERPENBECK

Aller Tage Abend

Meisterhaft und lebendig erzählt Jenny Erpenbeck, wie sich das, was wir „Schicksal“ nennen, als ein unfassbares Zusammenspiel von Kultur- und Zeitgeschichte, von familiären und persönlichen Verstrickungen erweist. Der Zufall aber sitzt bei alledem „in seiner eisernen Stube und rechnet“.

ISBN 9783813503692, 19,99 €

Tipp: Jenny Erpenbeck liest aus „Aller Tage Abend“ – 25. April 2013 ab 20:00 Uhr im Städt. Museum Abteiberg

PAUL SONN

Pauls Bücher

Paul Sonn wurde 1949 in Mönchengladbach geboren und wuchs mit seinem Zwillingbruder in einem Elternhaus auf, in dem die Kirche eine große Rolle spielte. Das Verhältnis zu seinem dominanten Vater war schlecht. In lockerer rheinischer Schreibweise und im Eigenverlag hat Paul Sonn seine Kindheits- und Jugenderinnerungen aufgeschrieben und in mittlerweile zwei Büchern veröffentlicht. Die Erzählungen geben nebenbei einen tollen Einblick ins Mönchengladbach vergangener Zeiten. Die Bücher „Gerade deshalb“ und „Im Schatten der Holter Kirche“ gibt es unter anderem in der Buchhandlung Wackes zu kaufen.

Weitere Infos: www.paulsbuecher.de



PREMIERE AM
20.04.2013



Abb. zeigt Sonderausstattung

Der neue **OPEL ADAM**

**VORSICHT! ENTFLAMMT
LEIDENSCHAFT.**



Wir leben Autos.

Der neue Opel ADAM ist nicht einer für alle - er ist einer genau für DICH! Mit Deinem neuen Opel ADAM GLAM machst du die Straße exklusiv zu Eurem Laufsteg.

Unser Leasingbeispiel

für den Opel ADAM GLAM 1.2 51kW (70PS) inkl. Klimaautomatik, Radio CD 3.0BT, Panorama-Sonnendach, Leichtmetallräder, LED-Tagfahrlicht uvm.

Monatsrate

129,- €

Leasingonderzahlung: 2.150,- €, Laufzeit: 36 Monate, Laufleistung: 10.000 km/Jahr.

Ein Angebot der ALD Lease Finanz GmbH, Nedderfeld 95, 22529 Hamburg, für die die Autozentrum WEST GmbH & Co. KG als ungebundener Vertreter tätig ist. Preise zzgl. Überführungskosten, Zulassungskosten und 3. Jahr Anschlussgarantie* i.H.v.895,-€.

*Gemäß den Bedingungen der CG Car Garantie Versicherungs-AG.

Kraftstoffverbrauch in l/100 km Opel ADAM GLAM 51 kW (70PS): innerorts: 7,1 außerorts: 4,2, kombiniert: 5,3. CO₂-Emissionen, kombiniert: 124 g/km; Effizienzklasse D. (gemäß 1999/100/EG).

AUTOZENTRUMWEST

Autozentrum WEST GmbH & Co. KG az-west.de

Aachener Straße 235 • Mönchengladbach • 02161 - 30 500
Friedrich-Ebert-Straße 215 • MG-Rheydt • 02166 - 62 30 60
Am Hammerwerk 9-11 • Grevenbroich • 02181 - 49 480
Odenkirchener Straße 51 • Jüchen • 02165 - 170 270
Viersener Straße 113 • VIE-Dülken • 02162 - 956 930

Jetzt kostenlos herunterladen: Die neue AZ-WEST Autohaus App!



iPhone



Android



sophie startet durch

Vor etwa einem Jahr gewann Sophie den Singer-/Songwriter-Slam in Mönchengladbach. Seitdem begeistert sie die Zuhörer mit Live-Auftritten. Jetzt hat die 16-jährige Gymnasiastin ihre erste CD aufgenommen. Wir sprachen mit ihr über ihre Musik und ihre Zukunftspläne.



CD und Auftritte

Die CD „Initiation“
ist über die Webseite
www.sophiemusic.de
erhältlich.

Dort kann man auch in
die Songs reinhören.

- 10.04.2013 Songwriter's Table, Jakobshof, Aachen
- 14.04.2013 Kaldenkirchener Frühlingsfest
- 02.05.2013 Support für Mathew James White, Songwriter Lounge,
KULTUS-Das Café, Grevenbroich
- 02.06.2013 Sophie und Nadine Beneke auf dem Straßenfest in Eicken,
Mönchengladbach
- 13./14.07.2013 Straßenfest der Initiative Gründerzeitviertel, Mönchengladbach

Auf Deiner Webseite steht, dass Du aus einer musikalischen Familie stammst. Du bist also mit Musik und Gesang aufgewachsen?

Ja richtig, mein Uropa war Musikprofessor, mein Opa Musiklehrer, meine Mutter singt, spielt Klavier und Saxophon und mein Vater ist auch sehr musikalisch. Mit elf Jahren hatte ich schon reichlich Erfahrung am Klavier, wollte aber unbedingt auch Gitarre spielen. Also habe ich mir für 80 Euro eine akustische Gitarre und ein Akkordbuch gekauft und Songs nachgespielt. Sehr hilfreich waren auch Videos auf Youtube, da habe ich mir einiges abgeschaut. Gitarrenunterricht hatte ich aber nie.

Wann hast Du deine ersten Songs geschrieben?

Die ersten Versuche gab es schon mit zehn Jahren – da aber noch am Klavier und mit komischem Englisch. Diese Lieder würde ich heute aber keinem vorspielen wollen. Den ersten richtigen Gitarren-Song mit eigenem Text habe ich mit zwölf Jahren für meinen Freund geschrieben. Inzwischen habe ich ungefähr 18 eigene Songs.

Auf Deiner ersten CD „Initiation“ sind elf dieser Songs zu hören. Wonach hast Du sie ausgewählt?

Danach, wie sie beim Publikum ankommen, und natürlich danach, welche mir besonders gefallen. Ich verbinde ja mit den Songs etwas. „Without a word“ habe ich beispielsweise meiner besten Freundin ge-

mir das Gitarre spielen beigebracht habe. Ein anderer „Youtube-Lehrer“ war Andy McKee. Und Colbie Caillat finde ich toll.

Deine CD heißt „Initiation“, was „Start“ oder „Beginn“ bedeutet. Gibt es eine Geschichte zu diesem Titel?

Das hat natürlich schon was mit einem Start zu tun. Früher habe ich immer gedacht, was wohl wäre, wenn ich eine CD aufnehmen würde und nun ist es soweit. Aber der Vorschlag „Initiation“ stammt von meinem Vater. Meine Mutter fand die Idee auch gut und hat mich auf die Kurzgeschichten „Stories of Initiation“ aufmerksam gemacht, in denen Jugendliche Dinge erleben, die ihr Leben verändern, was sie erwachsener und reifer macht. Ich fand diesen Titel schließlich passend für meine erste CD.

Seit etwa einem Jahr trittst Du regelmäßig auf. Du hast schon auf dem HORST-Festival gespielt, beim Eine-Stadt-Fest, bei nachtaktiv und an Veranstaltungsorten bis nach Krefeld, Düsseldorf und Aachen. Kommen die Veranstalter auf Dich zu oder bemüht Du dich selber um diese Auftritte?

Der Auftritt beim HORST-Festival war der Preis, den ich beim Singer-/Songwriter-Slam gewonnen habe. Dann haben MG Kitchen TV ein Video mit mir veröffentlicht. Daraufhin habe ich dann sehr viele Anfragen für Auftritte bekommen – meistens über face-

“ Viele sagen, meine Musik klingt so ähnlich wie die von Ben Howard.

widmet. Wir kennen uns noch nicht so lange, ich habe erst vor kurzem die Schule gewechselt. In dieser kurzen Zeit haben wir eine sehr intensive Freundschaft aufgebaut. Beim Song „Home“ denke ich an meine Schwester. Das war auch der Song, mit dem ich 2012 den Singer-/Songwriter-Slam gewonnen habe. „Confusion“ ist eine Art Selbstbildnis. Ich bin ein Mensch, der viel nachdenkt, grübelt, melancholisch ist und alles perfekt machen möchte.

Wie würdest Du deine Musik beschreiben?

Meine Mutter nennt es Sophie-Musik (lacht), ich würde sagen, es handelt sich um eine Mischung aus Folk, Pop und Blues. Hauptmerkmal der Musik ist die Gitarre. Sie sagt mehr als der Text, denn ich finde nicht immer die richtigen Worte. Deshalb mag ich Ben Howard auch so gerne. Er schafft es, auch mit Worten das auszudrücken, was die Musik transportiert.

Du hast also musikalische Vorbilder?

Ben Howard vergöttere ich beinahe. Viele sagen, meine Musik klingt so ähnlich wie seine. Wahrscheinlich übernehme ich automatisch manchmal den Stil. Auch John Mayer hat mich musikalisch beeinflusst. Ich habe mir viele Videos von ihm angeschaut, als ich

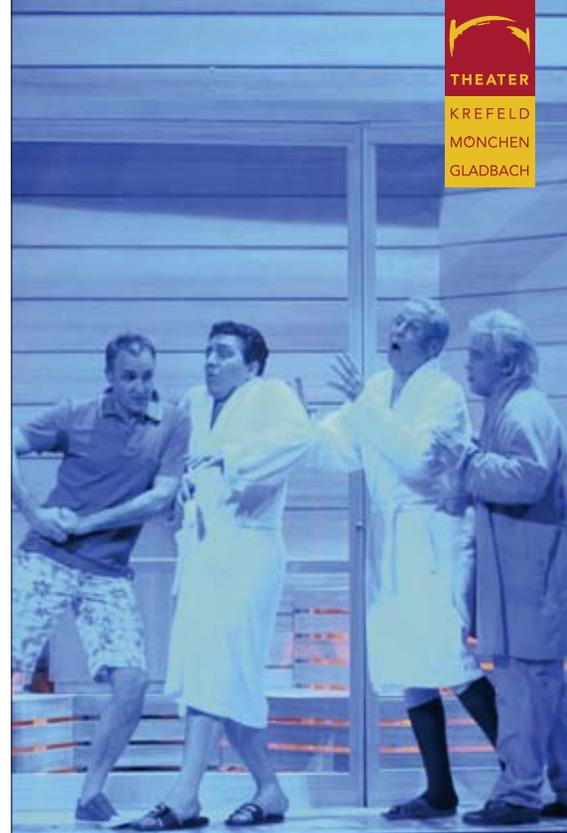
book. Ich habe mich mit meiner Mutter auf maximal zwei Auftritte im Monat geeinigt, damit die Schule nicht darunter leidet.

Du machst in zwei Jahren Abitur. Willst Du danach hauptberuflich Musik machen?

Es wäre natürlich toll, die Musik zum Beruf machen zu können, aber dafür braucht man auch sehr viel Glück – man muss dauerhaft gut bei den Leuten ankommen. Ich werde auf jeden Fall studieren oder eine Ausbildung machen. Ich denke an einen Beruf, in dem Musik eine Rolle spielt. Neulich habe ich ein Praktikum bei einem Gitarrenbauer gemacht. Das war einfach großartig. Es hat mir so gut gefallen, dass ich überlege, ob ich später diese Ausbildung machen soll – eine nahezu perfekte Wahl.

Hast Du ein nächstes musikalisches Ziel?

Ich wünsche mir natürlich sehr, dass mich die Leute auch weiterhin hören wollen und ich würde gerne den Umkreis, in dem ich auftrete, erweitern. Ein Ziel ist die Reise nach Kanada, die mein Abigeschenk werden soll. Mein Onkel ist in Kanada Musiklehrer und ich hoffe, dass er mir für die Zeit meines Besuchs ein paar Auftritte organisieren kann. INTERVIEW: SABRINA KIRNAPCI



Maskerade

Komische Oper von Carl Nielsen

Inszenierung: Aron Stiehl

SOIREE AM SONNTAG,
7. APRIL 2013, 17 UHR
Theater Mönchengladbach,
Theatercafé Linol

PREMIERE AM FREITAG,
12. APRIL 2013, 20 UHR
Theater Mönchengladbach,
Große Bühne

Weitere Termine:

April: Fr. 26., So. 28. (16 Uhr)
Mai: Mi. 1. (19.30 Uhr), Fr. 3.,
Do. 9. (19.30 Uhr), Sa. 11.
Juni: Di. 4., Do. 13.
Juli: Mi. 17.

*Soweit nicht anders angegeben,
beginnen die Vorstellungen um 20 Uhr.*

KARTEN:
02166/6151-100
www.theater-kr-mg.de



Einst ein Lattenrost, jetzt ein schneeweißer Holz cruiser. Tomislav Novosel fuhr mit dem „Sunbeam“ seinen persönlichen Rekord von 56 Stundenkilometern.

Muss man dafür **bekloppt** sein?

Josip und Tomislav Novosel von „Mein Fahrradladen“ in Mönchengladbach bauen einzigartige Cruiser aus Holz. Wir sprachen mit ihnen über Ideen, Kreativität und den Spaß am Fahrradfahren.

Text: Sabrina Kirnapci

„Wer unsere Holz cruiser fahren will, der darf nicht kontaktscheu sein. Man kommt keine 100 Meter weit, ohne angesprochen zu werden“, erzählt Tomislav Novosel und verweist auf die häufigsten Fragen, die ihm zugerufen werden, wenn er mit einem seiner Holz cruiser unterwegs ist. Er hat sie auf seiner Webseite veröffentlicht. Eine lautet: „Muss man dafür bekloppt sein?“ Die Antwort: „Ja, man muss sehr bekloppt sein, aber vor allem muss man wagemutig, erfinderisch, handwerklich begabt und kreativ sein.“ Eigenschaften, die Tomislav Novosel und seinem Vater Josip zweifelsohne gegeben sind!

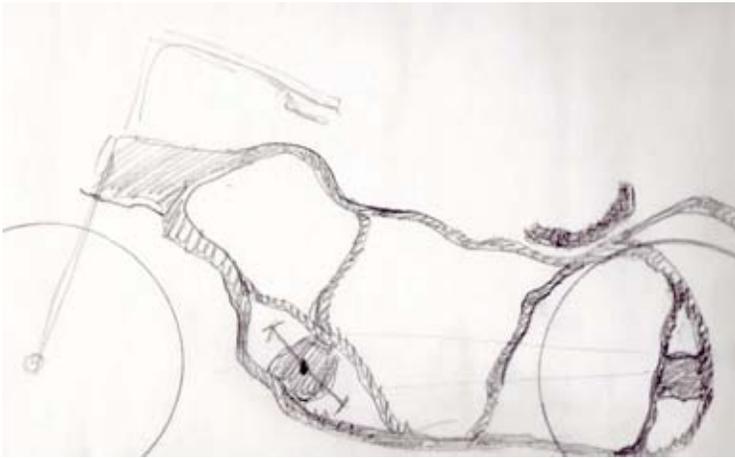
Josip Novosel entwirft die Holz cruiser ganz klassisch mit Papier und Bleistift. Eigentlich ist er Elektriker und Kunstmaler. Seine Vorliebe für den Werkstoff Holz hat er von seinem Onkel, einem Tischler, bei dem er sich viele Handgriffe abgeschaut hat. „Was die Statik angeht, habe ich in der Schule ganz gut aufgepasst“, scherzt er. „Ich nehme als Grundlagen die klassischen drei Fixpunkte – Sattel, Lenker,

Pedale – und meine Körpergröße von 1,80 Metern. Wichtig ist, dass man bequem sitzt. Mit dem Cruiser fährt man, um zu fahren und nicht, um irgendwo anzukommen.“

Die Rahmen der Holz cruiser werden aus Multiplex-Platten gefertigt. „Sperrholz ist flexibel und man braucht deutlich weniger Material als wenn man Massivholz benutzen würde. Mehr als 30 Kilo sollte so ein Fahrrad nicht wiegen“, erklärt Tomislav Novosel. Er übernimmt die Montage der Anbauteile, sobald der Rahmen fertig ist. In die bislang sieben Prototypen der Holz cruiser wurden insgesamt Teile und Technik für über 10.000 Euro eingebaut. Man könnte meinen, dass die Räder allein deswegen nur mit Samthandschuhen angefasst werden. Doch weit gefehlt! Tomislav Novosel: „Unsere Prototypen werden alle „Mönchengladbach getestet“. Das heißt, sie werden rund ums Jahr gefahren – bei Wind und Wetter. Dabei geht es auch durch Schlaglöcher, über Bordsteine und unbefestigte Straßen. Wenn wir die



Wenn sein Vater den Holzrahmen fertiggestellt hat, kümmert sich Tomislav Novosel um die Technik, die Anbauteile und die optischen Details.



Jedes Holz cruiser-Modell beginnt mit einer Skizze. Dieses Rad heißt „Old Zitterhand“, weil es aussieht, als sei es mit wackeliger Hand gezeichnet.



Und so sieht „Old Zitterhand“ als fertiger Cruiser aus.

Cruiser von Freunden und Verwandten zurückbekommen, sehen die Räder mitunter ziemlich verwüstet aus.“

In Serie wollen die beiden kreativen Fahrradbauer aus Mönchengladbach mit den Holz cruiser nicht gehen, denn bei knapp 100 Arbeitsstunden pro Fahrrad und ausschließlich hochwertigen Zubehörtteilen liegt der Preis bei mindestens 3.000 Euro pro Fahrrad. Tomislav Novosel: „Ob sich so viele Liebhaber finden würden, die diesen Preis zahlen? Außerdem sind die Holz cruiser individuelle Kunstwerke. Wenn jemand Interesse hat, kann er sich gerne an uns wenden. Aber Serien wollen wir nicht produzieren.“

Tomislav Novosel schwebt eine andere Idee vor, die den Herstellungspreis der Räder vielleicht wieder einspielen könnte. Die Holz cruiser sollen als Werbefläche vermietet werden, ähnlich einem Flugzeug, das ein Banner zieht. An Publikum würde es nicht mangeln, da ist sich Tomislav Novosel sicher: „Wir waren mal mit sechs Cruiser auf einer Fahrradtour in Düsseldorf. Am Burgplatz haben wir Rast gemacht und etwas getrunken. In kürzester Zeit ist das gesamte Publikum, das in der Nähe einem Klavierspieler zugehört hatte, zu uns herübergekommen, um die Räder zu bewundern.“

Ganz gleich, ob die Werbeidee greift oder nicht: Vater und Sohn Novosel werden weiterhin Hand in Hand arbeiten und ihre Ideen von ungewöhnlichen Fahrrad-Kunstwerken verwirklichen. Das sieht man ihnen einfach an, wenn sie begeistert von ihren Plänen und Entwürfen sprechen. Die neueste Idee: Ein Fahrrad im Steampunk-Style. Josip Novosel: „Das war meine alte Heizung. Die Kupferrohre werden jetzt zum Fahrradrahmen.“

Weitere Infos zu den Holz cruiser gibt es hier:

Tomislav Novosel, Bismarckstr. 76-78, 41061 MG, www.meinfahrradladen.de
www.holz cruiser.de

JUNGE BANK.

„Mein erstes Giro-Konto, meine erste Kreditkarte, mein erstes Mal Online-Banking – einfach genial.“

Tipp des Monats!
Unser Tipp im April

Für Schüler und Studierende: Holen auch Sie sich jetzt Ihr kostenfreies Konto bei der Volksbank!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.



www.voba-mg.de

Volksbank
Mönchengladbach eG



Punktlandung!

Wir fliegen auf eine saubere Umwelt.



Bestellen unter
☎ 02161 / 49100
www.gem-mg.de

FinnComfort®
Der Schuh zum Wohlfühlen.

BYZANZ-SOFT
FARBE papaya
LEDER Cloud
GRÖSSE 36 - 42

FRISCO
FARBE taupe
LEDER Equipe
GRÖSSE 3 - 8

BRIONE
FARBE cristal
LEDER Alba
GRÖSSE 3 - 8

ERMERT SCHUHE Bismarckstr. 19-21
... die passen! Mönchengladbach
Tel.: 02161-10923

200 Tage Fahrradstadt

Zahlreiche Aktionen zur neuen Freude am Radfahren in Mönchengladbach bis zum 22. September.



Die Kreativen Norbert Krause, Hannah von Dahlen und Johannes Jansen möchten die Mönchengladbacher zum Umsteigen bewegen.

Mönchengladbachs Radwege sind – sofern überhaupt vorhanden – in einem katastrophalen Zustand. Ein ausgewiesenes Radwegenetz – Fehlzanzeige. Die kürzesten Routen führen oft über vielbefahrene Hauptstraßen ohne Fahrradspur und dort, wo Radmarkierungen auf der Straße angebracht sind, liefern sich Autofahrer teils abenteuerliche Ausweichmanöver. An dieser Situation wir sich auch sobald nichts ändern, denn Geld für neue Radwege ist nicht vorhanden und die städtische Verkehrspolitik scheint den Radfahrer auszuklammern. In einem Ranking des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) liegt Mönchengladbach darum auch nur auf Platz 36 von 38 getesteten Großstädten.

Ist dies das Aus für eine umweltschonende, gesunde und abwechslungsreiche Fortbewegungsmöglichkeit? Nein, sagt Norbert Krause, Künstler und Initiator der Aktion „200 Tage Fahrradstadt“, und will das Stahlpferd von hinten aufzäumen. Allen infrastrukturellen Widrigkeiten zum Trotz sollen die Fahrradfahrer die Lenker selbst in die Hand nehmen und das Beste aus der vorhandenen Situation machen. Durch bürgerschaftliches Engagement können die Brennpunkte einer Stadt in ein neues Licht gerückt, Interesse geschaffen und Situationen verbessert werden. Davon sind auch Krauses Mitstreiter Johannes Jansen (Freimeister) und Hannah von Dahlen (MG anders sehen) überzeugt.

Mit zahlreichen Aktionen soll der Fahrradfahrer und nicht der Fahrradweg in den Mittelpunkt gestellt werden und ein „Velo-Wir-Gefühl“ entstehen. In diesen 200 Tagen möchten die Initiatoren die Freude am (Rad-)Fahren in Mönchengladbach etablieren und den Umstieg aufs Rad erleichtern. Geplante Aktivitäten reichen vom gemeinsamen Rundradeln durch das Stadtgebiet über eine Fotoaktion, die zeigt, wie vielschichtig die Mönchengladbacher Fahrradfahrer sind bis hin zu einem gemeinsamen Fahrradfrühjahrsputz oder etwa einem Tandem-Speed-Dating. Das Projekt möchte aber nicht nur zur Teilnahme an den Aktionen auffordern, sondern weitere Fahrradenthusiasten gewinnen, die sich aktiv mit positiven Ideen einbringen.

Am Ende der 200 Tage erscheint ein kleines Heft, das Neulingen im Gladbacher Fahrradschunzel den Einstieg erleichtern soll. Darin werden dann die wichtigen Fragen beantwortet, z. B. wie man am besten von Gladbach nach Rheydt kommt, wie die Bismarckstraße umfahren werden kann oder wann man besser über den Berg fährt, statt um ihn herum. Und wer weiß? Vielleicht schärft diese Aktion auch das Verständnis der Politik für die Situation des Fahrradverkehrs und Mönchengladbach wird tatsächlich zur fahrradfreundlichen Stadt. Schließlich soll sich das Abstrampeln ja auch langfristig lohnen.

Text: Sascha Broich

Kinder

sind

- schutzbedürftig
- schützenswert
- wertvoll



Kinderschutzbund
die lobby für kinder

Ortsverband Mönchengladbach e. V.

Wir sind: Interessensvertreter für Kinder und Jugendliche.

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

Beratungsstelle für erziehende Erwachsene.

Ihre Spende schützt Kinder!

Deutscher Kinderschutzbund
Ortsverband Mönchengladbach e.V.

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

Hindenburgstraße 56 • 41061 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 61 / 29 39 48 • Fax: 0 21 61 / 17 72 29
www.kinderschutzbund-mg.de
kinderschutzbund-mg@t-online.de



Burg Linn in Krefeld, eine der Sehenswürdigkeiten entlang des RheinRadWegs

Tipps und Touren für Radfans

Flache Strecken, idyllische Landschaften, verkehrsarme Wege: Der Niederrhein ist mit seinem mehr als 2.000 Kilometer langen Radwanderwegenetz ideal für Ausflüge auf dem Drahtesel.

Radtour von der Niers zur Erft

Die Volkshochschule Mönchengladbach bietet am Mittwoch, 3. April eine 54 Kilometer lange Tagesradtour von der Niers zur Erft unter der Leitung von Horst Kirfel an. Los geht's um 10:00 Uhr an der Schlossbrücke Wickrath. Die Teilnehmer radeln entlang der Naturschutzgebiete Wetscheweller und Güdderather Bruch nach Odenkirchen und von dort in die Erftniederung bei Kapellen. Über den Erfttrudweg geht's vorbei an Burgen, Klöstern und Mühlen bis in die Nähe von Grevenbroich. Die Rückkehrzeit (geplant 18:15 Uhr) hängt vom Verlauf der Radwanderung ab. Die Gebühr von 7,- € wird vor Ort bezahlt.

Den Rhein per Rad entdecken

Ein Ausflug mit der ganzen Familie nach Duisburg, im Rhein-Sieg-Kreis die malerische Märchenlandschaft genießen oder die Akkus im Kreis Kleve auftanken: Das alles und noch viel mehr finden Erholungssuchende im neuen RheinRadWeg-Katalog „Radtouren am Rhein“. Auf 60 Seiten erhalten sie viele Informationen und Tipps zum RheinRadWeg in Nordrhein-Westfalen. Neben der Beschreibung der Regionen und der Auflistung empfehlenswerter Sehenswürdigkeiten werden auch zehn Pauschalen näher vorgestellt. Die drei- bis achtägigen Touren sind sehr abwechslungsreich, haben aber eines gemeinsam: Sie führen die Radler auf gut befahrbaren Strecken entlang des Rheins und stehen für eine Mischung aus

Bewegung, Kultur, Spaß und Natur. Weitere Informationen zum RheinRadWeg und zur Bestellung der Broschüre gibt es unter Tel. 02162/8179333 und im Internet unter www.rheinradweg.net.

Fahrradverleih „NiederrheinRad“

Das Projekt „NiederrheinRad“ stellt 1.000 einheitlich gestaltete Fahrräder zur Verfügung, die über ein flächendeckendes Netz verliehen werden. Die rund 50 Servicestationen befinden sich über den gesamten Niederrhein verteilt. Nicht nur klassische Radverleiher, sondern auch Hotels, Ausflugsgaststätten, und Touristen-Informationen bringen die Räder an den Mann/die Frau. Was für Touristen gedacht ist, ist auch für Einheimische ohne eigenen Drahtesel interessant. Alle Informationen über das Verleihsystem gibt es auf www.NiederrheinRad.de.



Radtour und Fahrt mit der Fähre können kombiniert werden.

GEORGS
FAHRRADLADEN

FLYER
Innovation in Mobility

**JETZT DIE GRÖSSTE
TESTFLOTTE VON E-BIKES
AM NIEDERRHEIN TESTEN!**

Süchtelner Str. 30 · 41066 Mönchengladbach
Fon 021 61 - 63 14 11 · Fax 021 61 - 63 14 78
info@georgs-fahrradladen.de
www.georgs-fahrradladen.de

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Sa 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr · oder nach Terminabsprache

Werden Sie Fan:
www.facebook.com/GeorgsFahrradladen

**JUWELIER
hartung**

2012 MARKTIMPULS.DE

Der Trauringspezialist

Gelbgoldringe schon ab
299,- €/Paar

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

Hindenburgstraße 35
41061 Mönchengladbach
Tel. 0 21 61 - 1 28 88

Endlich Frühling!

Mit diesen Deko-Tipps vom edlen Obstkorb über blumige Möbel bis zum floralen Waschbeckenstöpsel lassen Sie den Frühling in Ihr Haus.



Schmetterlings-Clip, gesehen bei **idee. Creativmarkt** für **0,99 €**



Aristo Katt Kissen und Mr. Frank Fox Kissen (je 30 x 30 cm), gesehen bei **reuter.de** für je **30,- €**



Obstkorb Baby von Alessi aus Porzellan, gesehen bei **Tellmann** für **140,- €**



Vase Blühbirne von Designer Uwe Hecker, gesehen bei **design3000** für **8,20 €** (Stück)



Patchwork-Sitzbank, gesehen bei **Strauss innovation** für **129,99 €** (nur im Online-Shop)



Kresseschale aus Holz und Porzellan, gesehen bei **design3000** für **29,90 €**



Menu Unplugged-Gummivase, gesehen bei **reuter.de** für **34,95 €**



Plopp Waschbeckenstöpsel, gesehen bei **Galeria Kaufhof** für **14,95 €**



Leuchte „77 Moons“, mit der buntes Licht an die Wand geworfen wird; gesehen bei **Lichtstudio Erens** für **389,- €**



Living Sitzkissen „Oriental“ (Höhe: 41 cm, Durchmesser: 56 cm), online bestellbar bei **Karstadt** für **99,99 €**



Brotkorb (24,95 €) und Kaffeebecher (2er-Set, 29,95 €) von Stelton, gesehen bei **Tellmann**



Über Kopf hängender Blumentopf, gesehen bei **design3000** für 16,95 € (Stück)

ARTEbene Servietten „Blütenpracht“ (3,95 €) und Chilewich Edelstahl-Serviettenringe (Stück 18,95 €), gesehen bei **Tellmann**



Metall-Hahn (45 cm), gesehen bei **Antiquitäten Hohls** für 19,90 €



Vase und Luftbefeuchter, gesehen bei **design3000** für 10,- €

Vogelkäfig aus Metall (42 cm), gesehen bei **Antiquitäten Hohls** für 13,90 € (ohne Pflanze)



Belles Couleurs-Designer-Bettwäsche von Fischbacher, gesehen bei **Tellmann** für 94,- € (Kissen 80 x 80 cm) und 279,- € (Decke 155 x 220 cm)



9 Schmetterlings-Pinnwand-Pins im Schaukasten, gesehen bei **design3000** für 9,95 €



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 30.4.2013 - HB

Über 30 x in Deutschland

1 x in MG
Stepgesstraße 54 / Ecke Lüpertzender Straße / 41061 MG
Tel.: 021 61 / 1797 00 / Fax: 021 61 / 1797 92

und 1 x in Wuppertal
Hofkamp 9 / Ecke Gathe / 42103 Wuppertal
Tel.: 02 02 / 446 86 66 / Fax: 02 02 / 446 86 77

• Jalousien • Plissees
• Rollos • Markisen

JALOU CITY
www.jaloucity.de

Ideen zum Wohnen, Schenken und Wohlfühlen



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.

Parkmöglichkeiten sind vor dem Haus ausreichend vorhanden.

wohnen & mehr Hohls

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



FOSCARINI

Viele Ausstellungsstücke und Überhangware zu absoluten Sonderpreisen!

Die Erlebniswelt der Lichtgestaltung



Lichtstudio Erens GmbH
 Pastoratshof 18 • 47929 Grefrath
 Tel.: 02158 - 91 65 0
 www.lichtstudio-grefrath.de
 n.eren@lichtstudio-grefrath.de

**Lichtstudio
 erens**
 Lichttechnik und Elektrobau
 Licht zum Wohnen

**Zum Saisonstart
 am 10. April**

2012 MARKTIMPULS.DE

**25% auf Schwimmbadchemie
 (außer Flüssigchlor)**

Beratung | Planung | Montage

- Vom Stahlwandbecken bis zum Polyesterpool
- Von der Technik bis zur Chemie

Gewerbestr. Süd 56
 41812 Erkelenz
 Tel. 024 31 / 80 52 08
 Öffnungszeiten:
 Mi.-Fr. 14-18.30 Uhr
 Sa. 10-14 Uhr
 Oder nach tel. Absprache



Ab in den Garten!

Mit diesen Produkten wird's draußen noch schöner.



Pagodenschirm mit Betonbodenplatte, gesehen bei **Tellmann** für **498,- €**



Pin Table – Gartentisch mit Spieß zum in die Erde stecken, gesehen bei **design3000** für **120,- €**

Glasabdeckung 4er-Set, gesehen bei **design3000** für **7,95 €**



Gloster Nomad Sessel (ca. 1.167,- €) und Hocker (ca. 854,- €), gesehen bei **reuter.de**



Teelichthalter mit Spitze zum Einschlagen in Holz, gesehen bei **design3000** für **69,95 €** (4 Stück)



Deko-Huhn aus Metall (22 cm), gesehen bei **Antiquitäten Hohls** für **14,90 €**



Winterfeste Steinfiguren aus Beton, gesehen bei **Hohls Antiquitäten** für **17,90 €** (31 cm) und **9,90 €** (21 cm)



Oben Kräutertopf, unten Grill. Gesehen bei **design3000** für **119,- €**

Badekabine von Weishäupl, 110 x 110 x 235 cm, gesehen bei **Tellmann** für **720,- €**



Frühling auf Schloss Rheydt

Rund 120 Aussteller präsentieren vom 19. bis zum 21. April Schönes und Nützliches für Hobbygärtner und Gartenfreunde.



Besucher der „Gartenwelt“ können sich auf unzählige bunte Frühlingsblüher und auf mehrjährige Pflanzenraritäten freuen.

Ob Blumenwiebeln, Palmen oder Obstgehölze: Die „Gartenwelt Schloss Rheydt“ bietet auch in diesem Jahr wieder viele Pflanzen, mit denen die sonnige Jahreszeit im Garten noch schöner wird. Veranstalterin Lydia Müller freut sich über das breite Spektrum an Ausstellern: „Passend zum Ambiente des Schlosses wird es neben den Pflanzen auch eine große Auswahl an schönen Dingen zur Dekoration geben. Das Angebot reicht von der edlen Tischwäsche bis hin zu antiken Dekorationen. Schmuckhandwerk und Erzeugnisse aus Filz und Walkloden runden das Bild ab. Ich freue mich auch über die große Anzahl an Künstlern, die zum Beispiel ihre handgearbeiteten Gartenskulpturen präsentieren.“ Außerdem finden Besucher an den Ständen rund ums Schloss unter anderem Möbel, Kamine für den Außenbereich, Gartengrills und Heizpilze.

Auch in diesem Jahr lockt Kulinarisches: Von selbst gemachter Marmelade und Honig, kalt gepresstem Öl, seltenen Gewürzen, raffinierten Dips und leckerem Käse bis hin zu Wein wird der Besucher auf der Gartenwelt fündig. Catering-Zonen und der Biergarten im Arkadenhof laden bei Live-Musik zum Bleiben ein. Zu genießen gibt es Herzhaftes wie Dinnedes oder Elsässer Flammkuchen und Süßes wie Leckereien von der Törtchenfee.

Ein Rahmenprogramm für die ganze Familie rundet die Gartenwelt ab. Die Kleinsten können sich von einer Visagistin schminken lassen oder mit einer Künstlerin filzen. Geschichtenerzähler Harry Rischar versetzt seine Zuhörer in andere Welten und ein Falkner stellt seine imposanten Greifvögel vor. Veranstalter Reno Müller betont: „Als besonderen Service bieten wir allen Besuchern an, Folgetage der Veranstaltung kostenlos besuchen zu können. Weiterhin stellen wir einen Geldautomaten auf dem Gelände auf und bieten außerdem einen EC-Service zum bargeldlosen Bezahlen mit der EC-Karte direkt an den Ständen an. Wie immer wird auch der Depotservice wieder großen Anklang finden, der ein bequemes Abholen der Einkäufe mit dem PKW an unserem Depot ermöglicht.“

Text: Sabrina Kirnapci

Die echte Barfußdiele



21 x 145 mm Classic Barfußdiele massiv, verschieden Farben
ab 10,99 €/m

 **HOLZFINIS**
STOLZ AUF HOLZ

2013 MARKTIMPULS.DE

Carl Finis GmbH
Holzhandlung
Luisental 61
41199 Mönchengladbach

Tel. 021 66 / 91 54 20
Fax 021 66 / 18 57 02
info@holzfinis.de
www.holzfinis.de

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7.30-18 Uhr
Sa 8-12 Uhr

„Neue Ideen für den Urlaub zuhause.“



Die Klassiker,
die Modernen,
die Originale.

*Schönes für Haus
und Garten...*

rausch.

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

EASY – das ist Komfort und zeitlose Eleganz in einer ungewohnten Leichtigkeit. Eine neue Kollektion von Rausch, gemacht für das Wohnen, Genießen und Entspannen an sonnigen Tagen. Und darauf freuen wir uns wie Sie!

www.tellmann-einrichten.de

TELLMANN



Shooting-
gutscheine
verschenken!

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

FOCUS-S FOTOGRAFIE

Simone Stähn
Myllendonker Straße 12, 41065 MG

Tel.: 02161-495395 oder 0177 / 4953950
kontakt@focus-s.de, www.focus-s.de



Ob Gartenmöbel oder Zimmerpflanzen: Auf den Besucher wartet ein umfangreiches Sortiment, das keine Wünsche offen lässt.

Pflanzen-Oase für Jung und Alt

Im Birkhof Pflanzen-Center finden Gartenfreunde auf 10.000 Quadratmetern alles, was sie für eine gelungene Gartensaison brauchen.

Das Rittergut Birkhof Pflanzen-Center ist das Mekka aller Blumen- und Pflanzenliebhaber in Korschenbroich und Umgebung. Von der Balkonkasten- bis hin zur kompletten Gartenbepflanzung finden Sie alles was Ihr Herz begehrt. Das ausgebildete Fachpersonal unterstützt Sie gerne bei der richtigen Auswahl der qualitativ sehr hochwertigen Pflanzen. Auf Wunsch können auch Gesamtbepflanzungskonzepte speziell für Ihren Garten ausgearbeitet und angeboten werden. Die große Auswahl an Zimmerpflanzen rundet die botanische Produktpalette ab. Haben Sie lieber Grün- oder Blühpflanzen in Ihrem Haus? Egal, wofür Sie sich entscheiden, Sie finden hier die passende Pflanze für Ihre eigene Pflanzen-Oase.

Neben der umfangreichen und topaktuellen Auswahl an Blumen und Pflanzen wird das Sortiment durch Gartengeräte, Düngemittel, Pflanzenschutzmittel, Blumenerde, Rindenmulche, Blumenkübel, Pflanzgefäße und Gartendekoartikel für Sie komplettiert. Auch die liebevoll zusammengestellte Auswahl an



Wer Blumen für den Garten sucht, **ist hier richtig.**



In der Boutique gibt es **attraktive Dekorations- und Floristikartikel.**

Gartenmöbel wird Sie begeistern. Ob Holz, Geflecht, oder ein Mix aus beidem, für jeden Geschmack ist hier etwas zu finden. Die jeweils passende Tischdekoration und andere schöne Geschenk-, Dekorations- und Floristikartikel finden Sie in der großzügigen Boutique. Und sollten Sie mal nicht wissen, was Sie Familienmitgliedern, Freunden oder Bekannten schenken sollen, dann ist der angebotene Geschenkgutschein immer die richtige Wahl.

Das Rittergut Birkhof Pflanzen-Center steht für Qualität und Inspiration. Hier finden Sie alles für Ihre persönliche Wohlfühl-Oase.

Birkhof Pflanzencenter

Korschenbroich bei Neuss/Büttgen

Tel. 02131/510619, www.birkhof.de

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9:00-19:00 Uhr, Sa. 9:00-16:00 Uhr, Sonn- und Feiertag 10:30-16:30 Uhr

Frisch vom Acker auf den Tisch

Der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland e. V. bietet gemeinsam mit dem Bio-Bauernhof Essers in Jüchen eine Gemüse-Selbst-Ernte an.

Text: Sabrina Kirnapci



Mit knapp zwei Stunden Arbeit pro Woche pflegten und ernteten die **Teilnehmer der Gemüse-Selbst-Ernte 2012** ökologisch angebautes Gemüse, Kräuter und Salat für vier Personen je Parzelle.

Bio-Gemüse frisch vom Feld – das gibt es eigentlich nur, wenn man einen Schrebergarten besitzt, das richtige Equipment hat, genug Zeit aufbringt und sich mit dem Anbau auskennt. Die Alternative: Sie mieten sich eine Bio-Parzelle! Das funktioniert so:

Ein Bio-Bauer legt im Frühjahr auf einem Feld seines Hofes Parzellen an und sät jeweils 20 Sorten Gemüse. Ab Mitte Mai übernehmen Sie als Pächter für eine Saison (bis Oktober) Ihre Parzelle. Sie hacken Unkraut und gießen, falls es über mehrere Wochen sehr trocken ist. Der Zeitaufwand pro Woche liegt bei etwa zwei Stunden. Die Geräte, die Sie hierfür brauchen, und das Gießwasser stellt der Bauer zur Verfügung. Die Bewirtschaftung erfolgt nach den Richtlinien des ökologischen Landbaus. Gärtnerische Fragen hierzu werden natürlich fachkundig beantwortet.

Das Projekt „Gemüse-Selbst-Ernte“ gibt es in Mönchengladbach seit 2008. Es wird vom BUND gemeinsam mit dem Bio-Bauernhof Essers in Jüchen-Neuenhoven angeboten. Bereits 2010 wurden 60 Parzellen von Alleinstehenden, Ehepaaren, Studentengruppen oder Familien mit Kindern gepachtet, manche auch geteilt. Es entstanden nette Bekanntschaften und Freundschaften über Parzellengrenzen hinweg. Auch Rezepte passend zur Ernte wurden getauscht. Wer schnell ist, kann 2013 mitmischen, denn es sind noch Bio-Parzellen frei, die für einen Saisonbeitrag von 180,- € zu mieten sind.

Ansprechpartner: Thomas Sablonski/Bio-Bauernhof Essers, Tel. 0163/5201383 oder Markus Profijt/BUND, E-Mail: gse@profijt.de

BUND sponsert Bio-Parzellen

Der BUND sponsert drei Bio-Parzellen, die dadurch zum Sonderpreis von 39,- € zu bekommen sind. Markus Profijt vom BUND: „Durch die Übernahme von je 141,- € durch den BUND für diese drei Parzellen wollen wir die Gemüse-Selbst-Ernte in diesem Jahr auch Familien anbieten, die es nicht so dicke haben.“

Interessierte für diese drei Parzellen melden sich bei gse@profijt.de oder unter 02161/3036351.

www.new.de

Kerstin S.
Privatkunden-
betreuung

Wir kümmern uns um Dich.
Natürlich lieben wir Bäume. Diesen auch! Deshalb kümmern wir uns am liebsten darum, dass unsere Bäume es kaum merken, dass wir Bus fahren, heizen, Wasser nutzen oder schwimmen gehen.

VERKAUFSTELLEN UNTER WWW.PRESSE-KAUFEN.DE

NEU AM KIOSK

GASTROGUIDE

LINKER NIEDERRHEIN

- Mönchengladbach
- Krefeld
- Viersen
- Heinsberg
- Neuss

realisation und umsetzung
marktimpuls
werbagentur +verlag

HINDENBURGER
DIE STADTZEITUNG FÜR MÖNCHENGLADBACH UND UMGEBUNG

stadtime
STADTZEITUNG FÜR MÖNCHENGLADBACH UND UMGEBUNG

Sonnenbrillen 2013

Wenn's nach den heimischen Optikern geht, dann kann der Sommer kommen. Die neuen Sonnenbrillen-Kollektionen sind jedenfalls schon da! Wir präsentieren ausgesuchte Modelle für heiße Tage.



3 Red Bull



3 Red Bull



3 Oakley



4 blue matr'xx

Die Frühlingskollektion ist da.

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.



Marc O'Polo
EYEWEAR



Calvin Klein



Weitere Marken in unseren Niederlassungen.



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



4 blue matr'xx



4 blue matr'xx



1 Oakley



4 blue matr'xx



4 blue matr'xx

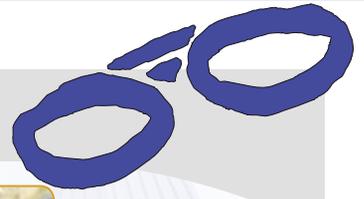


4 blue matr'xx



4 blue matr'xx

BRILLENMODE & KONTAKTLINSEN



Damen- oder Herrenfassung mit getönten Einstärken-Kunststoffgläsern, angefertigt in Ihrer Glasstärke. Glästönung 75% braun, grün oder grau.

Beide Modelle sind wahlweise auch als **Gleitsicht-Sonnenbrille** erhältlich. Fassung mit getönten Kunststoffgläsern für das gute Sehen in allen Entfernungen, angefertigt in Ihrer Glasstärke. **Fassung und Gläser komplett nur € 169,-.**



GLEITSICHT SONNENBRILLE
€ 169,-
FASSUNG + GLÄSER KOMPLETT



EINSTÄRKEN SONNENBRILLE
€ 49,-
FASSUNG + GLÄSER KOMPLETT

Alle Sonnenbrillengläser mit UV-Schutz

OPTIK SCHRÖMGES

Liebfrauenstraße 51 · 41066 Mönchengladbach
Telefon (02161) 99 44 20 · www.schroemges.de
Optik Schrömges GmbH · HRB 4011

HINDENBURGER

be my BABY SINGLEPARTY



open doors 22Uhr



SA06APR13 GRAEFEN

GRAEFEN clubbing | ALTER MARKT 22/23 | 41061 MG facebook.com/graefenclubbing | www.dasgraefen.de

BLUE MATRXX

Sonnenbrillen

Sonnenbrillen mit Einstärkengläsern

ab €118

Gehen Sie auf Nummer Sicher: mit Sonnenschutz in Ihrer Glasstärke von Optik Schiffer

OPTIK

Schiffer

Hauptstraße 63
41236 MG - Rheydt
Tel. 021 66. 40197
Fax 021 66. 420040
Mail info@optikschiffer.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr 09.30 - 13.30
Mo, Di, Do, Fr 14.30 - 18.30
Sa 09.30 - 15.00

Hilfe, die ankommt.
Seit vier Jahrzehnten.



Aktion Friedensdorf
Kinder in Not
Mönchengladbach e.v.

www.aktion-friedensdorf-mg.de
Spendenkonto 62 62 0
Stadtparkasse Mönchengladbach




2 Ray Ban



2 Lacoste

2 Marc O'Polo



2 Ray Ban



1 Ray Ban



1 Ray Ban



1 Oakley

1 optik & akustik HEINRICHS, Bismarckplatz 9, 41061 MG 2 Pleines Fashion Optik, Friedrichstr. 2, 41061 MG 3 Optik Schrömgies, Liebfrauenstr. 51, 41066 MG 4 Optik Schiffer, Hauptstr. 63, 41236 MG

SMARTPHONES MIT VERTRAG

Android™ 4.1

1 GHz Dual-Core Prozessor



10,16 cm
(4,1") Touchscreen

1,-¹

Preis ohne Vertrag: € 259,-

SAMSUNG

**GALAXY S III MINI
8 GB PEBBLE BLUE**

Android™ 4.1, leistungsfähiger 1GHz Dual-Core-Prozessor, AMOLED Display, 5 Megapixel Kamera mit 4-fach Digitalzoom, schneller Zugriff auf Facebook, Twitter oder YouTube.
Art. Nr.: 163 3776 (Blau), 163 3778 (Weiß)

99,-²

Preis ohne Vertrag: € 679,-



**IPHONE 5 16GB
SMARTPHONE**

Das iPhone 5 kommt einem 4" Retina Display, dem leistungsstarken A6-Chip, einer 8 Megapixel iSight-Kamera mit Panorama-Funktion, ultraschnellen mobilen Daten, iOS 6 und iCloud. Und ist trotzdem das dünnste und leichteste iPhone aller Zeiten. Art. Nr.: 161 9839 (Schwarz), 161 9847 (Weiß)



12,-
SanDisk
MICROSDHC 16GB
SPEICHERKARTE INKL.
ADAPTER
Art. Nr.: 149 2254



18,-
SanDisk
STORE YOUR WORLD IN DUST:
16GB ULTRA ANDROID
MICROSDHC CARD CLASS
FLASH-SPEICHERKARTE
Art. Nr.: 158 9808

19,90¹

Monatlich

Flat light 100

Handy-Internet-Flat
SMS-Allnet-Flat 3000
mtl. 100 Frei-Minuten
in alle dt. Netze

39,90²

Monatlich

**Flat 4 You Plus
mit Handy 10**

Handy-Internet-Flat
SMS-Allnet-Flat 3000
Netziernet-Flat
mtl. 100 Frei-Minuten
in alle dt. Netze
Flatrate in ein weiteres
Netz nach Wahl

¹ Nur gültig bei Buchung eines Flat light 100 Tarifs. Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Anschlusspreis € 29,90. Aktion gültig von 01.04. bis 30.04.2013. Alle Tarifinfos in Ihrem Saturn und auf www.saturn.de/debitel

² Nur gültig bei Buchung eines Flat 4 You Plus mit Handy 10 Tarifs. Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Einmaliger Anschlusspreis € 29,90. Aktion gültig von 01.04. bis 30.04.2013. Alle Tarifinfos in Ihrem Saturn und auf www.saturn.de/debitel

SMARTPHONES OHNE VERTRAG

Android™ 4.0

Internet per HSDPA & WiFi



10,2 cm
(4,1") Touchscreen

149,-

**LG E610 OPTIMUS L5
SMARTPHONE**
4 GB interner Speicher, erweiterbar über microSD™ (bis zu 32 GB), Bluetooth® 3.0, WLAN, NFC.
Art. Nr.: 153 8342 (Schwarz), 156 9486 (Weiß)

Android™ 4.0

Internet per HSDPA & WiFi

1 GHz Dual-Core Prozessor



11,9 cm
(4,7") Touchscreen

279,-

**LG P760 OPTIMUS L9
SMARTPHONE**
5 Megapixel-Kamera, Videoaufnahmen in HD, VGA Frontkamera.
Art. Nr.: 163 4355 (Schwarz), 163 4364 (Weiß)

Android™4.0-Plattform mit HTC Sense™



10,9 cm
(4,3") Touchscreen

315,-

**HTC ONE S
SMARTPHONE**
Full-HD-Videoaufnahme, 8 Megapixel Kamera mit LED-Blitz, schnelleres Arbeiten mit leistungsstarkem Prozessor, Datenübertragung per WLAN und Bluetooth® 4.0.
Art. Nr.: 156 6218 (ceramic metal), 156 6219 (gradient metal)

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

saturn.de
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

Angebote gültig von 01.04. bis 30.04.2013. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Irrtümer und technische Änderungen vorbehalten.

qubeDeutsches Privatinstitut
für Finanzplanung GmbH**Unabhängiger
bankerfahrener
Finanzierungsexperte**FINANZBERATER
DES JAHRES TOP 100

2013

euro
AN ERKENNUNG
euroErstellung von individu-
ellen Finanzierungskon-
zepten für Firmen und
PrivatkundenKreditmediator als
neutraler Vermittler
zwischen Kunde und Bank
zur Konfliktlösung**Alexander Katz**
qube - Deutsches Privatinstitut
für Finanzplanung GmbH
Regionalbüro
Mönchengladbach
Tel. 02161-5767994
www.qube-institut.de

Grenzüberschreitende **Kommunikation**

Clubveranstaltung des Marketingclub Mönchengladbach.

**Zeit für Kontaktpflege** im Anschluss der Veranstaltung.

Die Niederlande liegen nur ca. 20 km von Mönchengladbach entfernt, näher als sämtliche deutschen Großstädte. Dennoch hört für viele Unternehmen der wirtschaftliche Aktionsraum an der Landesgrenze auf. „Niederländer sind da viel offener und geschäftsorientierter“, so die Aussage von Vojislav Miljanovic (Kommunikationsagentur KAM3 GmbH, Übach-Palenberg), der beim Februar-Clubabend zum Thema „Grenzüberschreitende Kommunikation – Marketing und PR im Nachbarland“ referierte. Nach seiner Auffassung lassen viele deutsche und gerade grenznahe Unternehmen ein riesiges Kundenpotenzial liegen, wenn sie nicht einen Schritt über die Landesgrenze machen und versuchen, auch dort ihre Produkte und Dienstleistungen anzubieten. Dabei gibt es ge-

rade in unserer Grenzregion zahlreiche Netzwerke und Veranstaltungen, die dazu dienen, diesen Schritt zu erleichtern. Industrie- und Handelskammern sowie Wirtschaftsförderungsgesellschaften in beiden Ländern initiieren Messen, Events und Vorträge, bei deren Besuch man sehr leicht neue Kontakte knüpfen kann. Interessant sind jedoch auch die kulturellen Unterschiede der Akteure auf beiden Seiten der Grenze. Während deutsche Unternehmer im Durchschnitt eher zurückhaltend und zögerlich agieren, präsentieren sich die niederländischen Kollegen oft viel offener und pragmatischer. Wenn es im anderen Land ein gutes Geschäft zu machen gibt, so geht man dort hin. Wichtig ist allerdings, dass man die Gebräuche und Usancen des jeweils anderen Landes beachtet und respektiert. Dies schafft eine positive Grundstimmung gegenüber dem Gesprächs- und Verhandlungspartner. Letztlich entscheidend ist und bleiben jedoch die Qualität und der marktkonforme Preis der eigenen Produkte. Einem Umsatzwachstum durch Expansion jenseits der Landesgrenzen steht dann nichts mehr im Wege!

Marketingclub Mönchengladbach e. V.Postfach 10 16 04, 41016 MG, Tel. 02166/99058-11
www.marketingclub-moenchengladbach.de

Wir brauchen Verstärkung

AKTUELLE STELLENANGEBOTE

Alle Stellenangebote finden Sie auf www.marktimpuls.de/jobs**ANZEIGENVERKÄUFER (m/w)**
in Vollzeit (ca. 40 Std. /Woche)**OFFICE-MANAGER (m/w)**
in Vollzeit (ca. 40 Std. /Woche)**PRAKTIKANT REDAKTION (m/w)**
mindestens 6 Monate**PRAKTIKANT KREATION
DIGITAL / WEB (m/w)**
mindestens 6 Monate**PRAKTIKANT KREATION
PRINT (m/w)**
mindestens 6 Monate

Marktimpuls GmbH & Co. KG ist eine inhabergeführte Werbeagentur und Verlag am Standort Mönchengladbach.

Wir entwickeln und publizieren Zeitschriften und Magazine mit lokalem und regionalem Bezug. Hierzu zählen unter anderen der HINDENBURGER - Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach und Rheydt sowie der „GastroGuide Linker Niederrhein“.

m marktimpuls

werbeagentur + verlag

marktimpuls gmbh & co. kg | werbeagentur + verlag
kaiserstraße 68 | 41061 mönchengladbach | fon 02161.6869520
fax 02161.6869521 | info@marktimpuls.de | www.marktimpuls.deDIE MACHER VOM
HINDENBURGER
DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT

Willkommen zuhause!

ERHOLUNG UND EXKLUSIVITÄT IN REPRÄSENTATIVER WOHLNAGE



Das 2000 erbaute Wohnhaus befindet sich in exzellenter gewachsener Wohnlage. In freistehender und hochwertiger Bauweise wurde ein komfortables Haus auf einem sehr schön angelegten Grundstück errichtet.

Ausstattung: Die Ausstattung des Hauses ist modern und pflegeleicht. Besondere Details sind Werufenfenster mit elektrischen Rollläden, Granitböden, hochwertige Gäste-WC und Bad mit Eckwanne, offener Galeriebereich sowie eine Regenwassernutzungsanlage, um nur ein paar Dinge zu nennen. Weitere Infos auf Anfrage.

Käufercourtage: 3,57 % vom Kaufpreis.



Adresse: MG-Bökelberg
Wohnfläche: ca. 182 m²
Kaufpreis: 668.000,- €

Grundstück: 640 m²
Zimmer: 4
Baujahr: 2000

Modernes Wohnhaus in Top-Lage Nähe Bunter Garten

Lage: Mönchengladbach-Bökelberg, unweit des Bunten Gartens. Sämtliche Einrichtungen sind schnell erreichbar: Schulen, Einkaufsmöglichkeiten, Autobahnen A52/A61, ebenso die Kö in gut 20 Min.

Beschreibung: Das lichtdurchflutete Wohnhaus wurde hochwertig ausgestattet und entspricht modernen aktuellen Ansprüchen. Das Grundstück ist sehr schön, dennoch pflegeleicht angelegt.

i G. Obrock Immobilien und Finanzierungsvermittlung GmbH
Viersener Str. 48, 41061 Mönchengladbach, Tel. 02161/24759-0, www.obrock.de

FRISCH SANIERT



Miete: 800,- € zzgl. 250,- € NK
Lage: MG-Holt
Wohnfläche: ca. 110 m²

Typ: Doppelhaushälfte
Zimmer: 3
Grundstück: ca. 200 m²

Doppelhaushälfte für 2-3 Personen, frisch saniert

Stadtkernrandlage mit guter Infrastruktur und bester Verkehrsanbindung. Kindergärten, Schulen und Ärzte in direkter Umgebung. Das in diesem Jahr umfangreich sanierte Haus befindet sich an einer ruhigen Wohnstraße. Die schöne großzügige Raumaufteilung mit hellen Räumen eignet sich ideal für 2-3 Personen. Neues Dach, neue Elektrik, neues Bad, neue Fußbodenbeläge – Möbel rein, einziehen, wohlfühlen. Die Garage hat einen vorgelagerten Stellplatz.

Courtage: 2,38 Monatsmieten, Kautions 1.600,- €.

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

RUHIG UND ZENTRAL



Kaufpreis: 300.000,- €
Lage: MG-Waldhausen
Baujahr: 1965

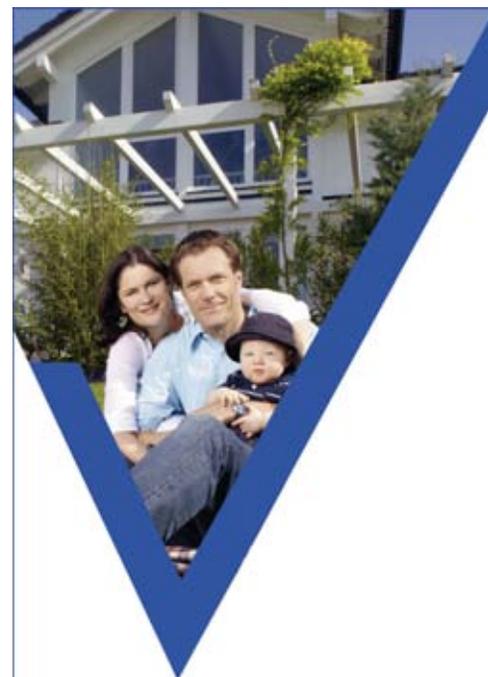
Grundstück: ca. 628 m²
Wohnungen: 6
Wohnfläche: ca. 337 m²

6-Familienhaus mit 7 Garagen, 2 Terrassen, 2 Balkonen!

Das 6-Familienhaus befindet sich in einer ruhigen Wohnlage. Es verfügt über zweckmäßig geschnittene Wohnungen mit gut vermietbaren Größen. Das Haus wird mieterfrei übergeben, so schaffen Sie von Anfang an eine gute Mieterstruktur im Haus. Bis auf die linke Erdgeschosswohnung wurden alle Wohnungen modernisiert bzw. teilmodernisiert. In Einzelbereichen sind Modernisierungen nötig. Die kalkulierten Mieteinnahmen belaufen sich auf 26.760,- € p. A.

Käufercourtage: 3,57 % vom Kaufpreis.

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



G. Obrock

Immobilien- u.
Finanzierungsvermittlung GmbH

Büro Mönchengladbach

Viersener Str. 48 · 41061 Mönchengladbach
Tel.: 02161 / 247 590 · www.obrock.de
E-Mail: moenchengladbach@obrock.de

Sie suchen eine Immobilie oder möchten verkaufen bzw. vermieten?

Wir beraten, bewerten, vermitteln.

RDM-geprüfte Makler und TÜV-zertifizierter Sachverständiger.



Erfolgreich in der Region

ESCH
IMMOBILIEN MARCUS ESCH

ESCH Immobilien

Am Düvel 3 · 41238 Mönchengladbach
kontakt@esch-immobilien.de

Tel. 0 21 66 . 146 180
www.esch-immobilien.de

Die unerkannte Gefahr

Eigenheimbesitzer müssen Abwasserleitungen überprüfen lassen.



Mit **moderner Videotechnik** kommt der Fachmann eventuellen Undichtigkeiten schnell auf die Spur.

Aus den Augen, aus dem Sinn: Einmal unterirdisch verlegt, werden Abwasserleitungen auf dem privaten Grundstück nicht mehr beachtet – es sei denn, der Abfluss ist einmal gestört oder verstopft. Wenn Materialschäden oder einwachsende Wurzeln zu Undichtigkeiten führen, wird dies oft überhaupt nicht erkannt. Die Folge: Das Abwasser sickert ungehindert ins Erdreich. Diesem Umweltrisiko soll durch eine Pflichtinspektion der Leitungen vorgebeugt werden.

Prüfpflicht für alle Hausbesitzer

Gemäß der gültigen Norm DIN 1986 Teil 30 müssen alle Hausbesitzer eine Kanalinspektion durchführen lassen. In der neuesten Version der Norm wurde der bisherige Stichtag durch eine Zeitspannen-Regelung ersetzt. Eigentümer sollten sich zu ihren Pflichten daher individuell beraten lassen. Grundsätzlich gilt: Werden beim Check Schäden und Undichtigkeiten festgestellt, müssen diese ausgebessert werden. Bei

der konkreten Umsetzung bestehen indes viele Unsicherheiten. Da sich die Ausführungsbestimmungen von Bundesland zu Bundesland, teils sogar bei benachbarten Kommunen unterscheiden, sollten sich Verbraucher stets vor Ort bei ihrer Verwaltung informieren.

Inspektion per Kamera

Wie groß der Anteil sanierungsbedürftiger Abwasserleitungen ist, lässt sich nur schwer abschätzen. Vor allem ältere Leitungen sind oft anfällig für Undichtigkeiten und bauliche Schäden. Klarheit schafft eine Inspektion per ferngesteuerter Kamera. Doch nicht jedes Angebot sei vertrauenswürdig, sagt der Fachmann. Bei vermeintlichen Schnäppchen sollte der Verbraucher ebenso skeptisch sein wie bei Anbietern, die an der Haustür einen hohen Verkaufsdruck aufbauen.

Hausbesitzer sollten sich die fachliche Eignung und Qualifikation des Anbieters beispielsweise durch Sachkundenachweise oder Zertifikate dokumentieren lassen. „Ohne schriftlichen Prüfbericht sowie ohne eine DVD mit den Videoaufnahmen ist die Prüfung nichts wert.“ Adressen findet man beim Verband der Rohr- und Kanal-Technik-Unternehmen e. V. unter www.vdrk.de.

Kein Hauskauf ohne Dichtheitsprüfung

Wer ein Eigenheim kaufen oder verkaufen möchte, denkt zumeist nicht an den Zustand der Abwasserleitungen. Aufgrund der Überprüfungsspflicht kann dies unter Umständen zu einem teuren Versäumnis werden. Wenn erst nach Abschluss des Verkaufs Schäden festgestellt werden, bleibt womöglich der Käufer allein auf dem Sanierungsaufwand sitzen. Mit einer vorherigen Dichtheitsprüfung gehen sowohl Käufer als auch Vorbesitzer auf Nummer sicher.

Besseres Glas, weniger Wärmeverlust

Mangelhaft isolierte Fenster lassen sich ohne großen Aufwand mit neuen, besseren Gläsern ausstatten.

Nur wenige der heute stehenden Häuser besitzen bereits eine Wärmedämmverglasung. So heizt man buchstäblich große Mengen Energie zum Fenster hinaus. Zum Vergleich: Herkömmliches Doppelisoliertes Glas besitzt einen Wärmedämmwert (U-Wert, früher: k-Wert) von 2,8, Einfachglas sogar nur 5,2 (je höher der Wert, desto höher auch der Wärmeverlust).

Moderne Wärmedämmgläser mit Dreifach-Wärmeschutz schaffen 0,7. In einem solchen Haus entweicht dann durch die Fenster weniger Wärme als durch die Wände. Derart optimale Fenster lassen sich nur im Rahmen einer kompletten Renovierungsmaßnahme installieren. Doch moderne Zweifach-Isoliergläser mit einem U-Wert von 1,1 lassen sich in den meisten Fällen problemlos auch in bestehende Rahmen einsetzen. Das spart nicht nur Kosten, sondern auch Zeit.

Der Wechsel einer Standardscheibe durch einen Fachbetrieb nimmt im Schnitt nur etwa zwei Stunden Zeit in Anspruch. Weder Tapeten noch Putz werden dabei beschädigt, auch größere Verschmutzungen fallen nicht an. So spart man nicht nur Energie und somit Heizkosten, man gewinnt auch an Wohnqualität. Für mehr Komfort können bei manchen Herstellern die Gläser mit weiteren Funktionen wie Sonnenschutz, Sicherheit oder Lärmschutz ausgestattet werden.

Text: pp/Gerhard Maciolek

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.

Willkommen zuhause!

IDYLLISCH IN ODENKIRCHEN



Baugebiet: Wilhelm-Krumme-Straße, Odenkirchen
Bebauung: variabel **Preise:** 220,- €/m² inkl.
Größen: 200-550 m² Erschließung, Bebauungsplan

Attraktive Grundstücke für Ihr Zuhause

Für alle, die es idyllisch mögen, sind die Grundstücke an der Wilhelm-Krumme-Straße genau das Richtige. Das kleine Baugebiet befindet sich im Herzen von Odenkirchen. Grünanlagen, ein Tierpark und in fußläufiger Entfernung das Schloss Wickrath bieten den Bewohnern ein attraktives Wohnumfeld. Alle Versorgungseinrichtungen des täglichen Bedarfs sowie schulische, sportliche und sonstige Einrichtungen befinden sich im unmittelbaren Nähe. Die Grundstücke können individuell mit eingeschossigen Einfamilienhäusern oder Doppelhaushälften bebaut werden.

i **EWMG**, Regentenstr. 21, 41061 Mönchengladbach
 Tel. 02161/4664-222, www.ewmg.de, anfrage@ewmg.de

FAMILIENFREUNDLICH IM GRÜNEN



Baugebiet: Dahlemer Heide – Neul 2. Bauabschnitt
Bebauung: variabel **Preise:** 250-330,- €/m² inkl.
Größen: 171-860 m² Erschließung, Bebauungsplan

Grundstücke am Landschaftsschutzgebiet

In einer herrlichen Grünlandschaft nahe des Nordparks befinden sich insgesamt 143 Baugrundstücke für die Errichtung individueller und freistehender Einfamilien- und Doppelhaushälften in bis zu zweigeschossiger Bauweise. Großzügige Grundstückszuschneide, öffentliche Grünflächen mit Erlebnisspielraum und das angrenzende Landschaftsschutzgebiet verleihen dem neuen Zuhause einen hohen Wohnwert in „grünem Ambiente“ und familienfreundlicher Umgebung. Detaillierte Informationen geben wir Ihnen auch gerne bei einer Grundstücksbesichtigung vor Ort.

i **EWMG**, Regentenstr. 21, 41061 Mönchengladbach
 Tel. 02161/4664-222, www.ewmg.de, anfrage@ewmg.de

MODERN UND GERÄUMIG



Kaufpreis: 339.000,- € **Wohnfläche:** ca. 145 m²
Lage: 41748 Viersen **Grundstück:** ca. 420 m²
Baujahr: 2006 **Zimmer:** 4

Neuwertiges Einfamilienhaus in beliebter Wohnlage

Dieses in massiver Bauweise errichtete Einfamilienhaus besticht durch eine gelungene Raumaufteilung. Beheizt wird das Haus über eine moderne Erdwärmepumpe. Im Erdgeschoss finden Sie eine geräumige Diele, Gäste-WC, Hauswirtschaftsraum, große Küche sowie ein geräumiges Wohn/Esszimmer vor. Im Obergeschoss befinden sich 3 große Schlafzimmer und das Badezimmer mit Badewanne, Dusche, WC, zwei Waschbecken und Fenster. Entspannung finden Sie auf der Terrasse mit Blick in den pflegeleicht angelegten Garten. **Keine Käuferprovision.**

i **amarc21 Immobilien Heumer OHG**, Eickener Str. 30
 41061 MG, Tel. 02161/3046111, www.amarc21.de

STATT EIGENTUMSWOHNUNG



Kaufpreis: 150.000,- €
Lage: 41236 MG-Rheydt
Baujahr: 1911, saniert 2003

TOP-PREIS: gepflegtes Reihenhaus in MG-Rheydt Die Alternative zur Eigentumswohnung

In diesem sehr gepflegten Reihenhaus finden Sie den Platz, den Sie und Ihre Familie sich erträumen. Die Aufteilung bietet die verschiedensten Nutzungsmöglichkeiten. Im Erdgeschoss befindet sich der Wohn-/Essbereich, die große Küche sowie ein wintergartenähnlicher Raum. In der 1. und 2. Etage befinden sich je zwei größere Zimmer und ein kleines Zimmer. Ein schön ausgestattetes Badezimmer liegt im 1. OG. Gute Laminatböden und Deckenholzverkleidungen. **Keine Käuferprovision.**

i **amarc21 Immobilien Langen**, Wilhelm-Strater-Str. 65
 41236 MG, Tel. 02166/2176390, www.amarc21.de

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



Was Sie auch vorhaben, wir haben den richtigen Grund:

Dahlemer Heide

Provisionsfrei!



**Ihr städtischer Partner
 für Grundstücke:**

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

MÖNCHENGLADBACH

immobilien regional national international **amarc21**[®]



Lehnen Sie sich

entspannt zurück...

... während wir uns zuverlässig & professionell um die Vermarktung Ihrer Immobilie kümmern!



amarc21 Immobilien Heumer
 Achim Kufner
 Eickener Str. 30
 41061 Mönchengladbach
 Tel. 0 21 61 - 304 61 11
a.kufner@amarc21.de

amarc21 Georg Langen Immobilien
 Investment & OfficeManagement
 Wilhelm-Strater-Str. 65
 41236 Mönchengladbach
 Tel. 0 21 66 - 217 63 90
g.langen@amarc21.de



www.amarc21.de

MA MUSIKSCHULE ARZOUNI

LERNEN · SPIELEN · KÖNNEN



ALLE MUSIKINSTRUMENTE

SEMINARE

MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG

**Musikschule Arzouni**Duvenstraße 25
41199 Mönchengladbach

Telefon: 0 21 66 - 26 33 22 9

Mobil: 0176 - 84 63 92 92

info@musikschule-arzouni.de

www.musikschule-arzouni.de

Unterrichtszeiten: Montag - Samstag 9.00 - 20.00 Uhr
Bürozeiten: Montag - Samstag 14.00 - 18.00 Uhr

Burggemeinde Brüggen



- Idyllische Fußgängerzone
- Gepflegte Hotels und Gaststätten

- Natur- und Tierpark
- Führungen durch den Ortskern
- Museum Mensch und Jagd
- Fahrradverleih

Ausgeschilderte Rad- und Fußwanderwege, unverfälschte Natur, Seenlandschaften, Wassermühlen und ausgedehnte Wälder laden zum Verweilen ein.

Sie möchten mehr über
Brüggen erfahren?

Schicken Sie diese Anzeige mit ein!
Tourist-Information Brüggen
Burgwall 4 · 41379 Brüggen
Tel. 0 21 63-57 01-47 11 · Fax 57 01-88 88
www.brueggen.de



Tipps für Kids

von Martin Huth



Mensch, Brahms

Gemeinsam mit den kleinen und größeren Konzertgängern einen Komponisten kennenzulernen, findet Konzertkobold Kiko (Paula Emmrich) immer ganz besonders spannend. Umso mehr freut er sich, dass er im 3. Kinderkonzert der Niederrheinischen Sinfoniker am Sonntag, 7. April, 11:00 Uhr im Theater Mönchengladbach abermals Besuch von einem Tonsetzer erhält. Diesmal kommt Johannes Brahms (Daniel Minetti) zu Kiko in den Konzertsaal. Ob der gebürtige Hamburger dem neugierigen Kobold wohl ein wenig über das Meer erzählt? Oder lieber Geschichten aus den österreichischen Bergen, wo er im Sommer gerne zum Komponieren hinfährt? Und warum trägt der Komponist wohl so einen langen Rauschebart? Natürlich hat Brahms auch viel von seiner Musik mitgebracht, darunter einen seiner feurigen Ungarischen Tänze, eine schwungvolle Ouvertüre und seine Variationen über ein Thema seines Komponistenkollegen Joseph Haydn. Denn wo Brahms zu Gast ist, wird immer viel Musik gespielt.

Wenige Restkarten gibt es am Konzerttag noch an der Tageskasse.

Kurse in den Osterferien im Cafe Kreativ

Das Thema beim Zeichenkurs am Dienstag, 2. April von 10:00 bis 12:00 Uhr lautet „Bunte Monster & Fabelwesen“ (15,- € inkl. Material). Dienstag und Donnerstag könnt ihr von 14:00 bis 16:00 Uhr euer eigenes Handytäschchen „filzen“ (20,- € inkl. Material). Am Mittwoch, 3. April, 11:00 bis 13:00 Uhr werden bei „Blumen aus Papier“ zauberhafte Blüten, einzeln oder als Blumenstraße gebunden, entstehen (15,- € inkl. Material). Kreatives Gestalten mit Holzstempeln, Kartoffeldruck, Textilstiften und Textilfingerfarben auf Kissen oder Taschen steht am Donnerstag, 4. April, 10:00 bis

12:00 Uhr, auf dem Programm (20,- € inkl. Material). Am letzten Ferientag, Freitag, 5. April, habt ihr die Qual der Wahl. Bei einem Nähkurs von 11:00 bis 13:30 Uhr lernt ihr die Nähmaschine kennen und näht euer erstes Projekt (25,- € inkl. Material). Außerdem könnt ihr mit euren Müttern von 14:00 bis 16:00 Uhr Frühlingsblumen „filzen“ (30,- € inkl. Material) oder von 15:00 bis 17:00 Uhr einen Zeichenkurs zum Thema „Elfen und Feen“ belegen (15,- € inkl. Material). Anmeldungen unter Tel. 02166/6750098 oder per E-Mail an Cafe-Kreativ-Rheydt@gmx.de



Sven Nordqvist Pettersson und Findus - Findus zieht um

Endlich sind sie wieder da: Es gibt ein neues Abenteuer mit Findus und Pettersson. Eigentlich ist das Zusammenleben von Pettersson und Findus wunderbar. Doch leider ist Findus ein Frühaufsteher und nicht nur das, nein, jeden Morgen um vier Uhr hüpfert er so lange im Bett herum, bis Pettersson auch wach wird. Und das stört Pettersson doch sehr. Deshalb überlegen sie gemeinsam, ob es nicht das Beste wäre, wenn Findus ausziehen würde. Das alte Plumpsklo im Garten würde doch ein wunderbares Häuschen für Findus abgeben. Gesagt – getan. Die beiden richten gemeinsam das Häuschen her, so dass es richtig sauber und gemütlich dort ist. Und dann kommt die erste Nacht, die Findus ganz alleine verbringen soll ...

Oetinger Verlag, 28 Seiten, gebunden, 12,95 €
Empfohlen von prolibri Buchladen GmbH
Schillerstr. 22-24, 41061 MG
www.prolibri-buchladen.de



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



Wer, Wie, Wasser?

In Kooperation mit der NEW AG bietet der Margarethengarten von Dienstag, 2. April bis Samstag, 6. April, 13:30 bis 17:30 Uhr ein kostenloses Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre an. Hier dreht sich alles um eines der knappsten Güter unserer Erde, dem Wasser. Ihr erforscht gemeinsam in kleinen Experimenten die Eigenschaften und Verwendungsmöglichkeiten des „blauen Goldes“, lernt durch den Bau von Wasserrädern die Bewegungsenergie kennen, die von Wasser ausgeht, und installiert diese anschließend im Margarethengarten. Am letzten Tag baut ihr Wasserufos aus PET-Flaschen und schickt diese mit Hilfe von Wasser- und Luftdruck vom Garten aus Richtung Weltall. Anmeldungen unter anika.gerlach@waldhaus12ev.de

Dem Räuber Hotzenplotz ist es gelungen, aus dem Spritzenhaus, wo er eingesperrt war, zu fliehen. Wieder wird Großmutter das erste Opfer seiner Untaten. Wachtmeister Dimpflmoser, Kasper und Seppel müssen sich schon gewaltig anstrengen, den Räuber wieder einzufangen. Diesmal benötigen sie sogar die Hilfe einer Hellseherin! Ob sie es tatsächlich schaffen, erfahrt ihr am Sonntag, 21. April um 15:00 Uhr im Theater Spielplatz. Verena Bill, Michael Koenen und Christian Stock vom Niederrhein Theater sind die Darsteller in diesem Kindertheaterstück nach dem Buch des kürzlich verstorbenen beliebten Kinderbuchautors Otfried Preußler. Eintritt: 4,- € für Kinder ab 4 Jahre, 6,- € für Erwachsene.

Neues vom Räuber Hotzenplotz

Dem Räuber Hotzenplotz ist es gelungen, aus dem Spritzenhaus, wo er eingesperrt war, zu fliehen. Wieder wird Großmutter das erste Opfer seiner Untaten. Wachtmeister Dimpflmoser, Kasper und Seppel müssen sich schon gewaltig anstrengen, den Räuber wieder einzufangen. Diesmal benötigen sie sogar die Hilfe einer Hellseherin! Ob sie es tatsächlich schaffen, erfahrt



ihre am Sonntag, 21. April um 15:00 Uhr im Theater Spielplatz. Verena Bill, Michael Koenen und Christian Stock vom Niederrhein Theater sind die Darsteller in diesem Kindertheaterstück nach dem Buch des kürzlich verstorbenen beliebten Kinderbuchautors Otfried Preußler. Eintritt: 4,- € für Kinder ab 4 Jahre, 6,- € für Erwachsene.

Osterferienkurse Schloss Rheydt



Von Riesen, Zwergen und Seeungeheuern

Zwerge und Riesen kennt ihr bestimmt aus Abenteuergeschichten. Aber habt ihr schon einmal etwas von den

lustigen Ohrenmenschen oder den Kranichschnäblern gehört? Nein? Dann werdet ihr aber staunen! Gemeinsam erkundet ihr das Schloss und erfahrt etwas über wundersame Rittergeschichten, die von Reisen in fernen Ländern und von sonderbaren Wunderwesen berichten, sowie von mutigen Ritterkämpfen gegen mächtige Drachen. Mit Hilfe von Tusche und Farben, Feder und Pinsel werdet ihr dann selbst zum Kartenzeichner des Mittelalters und zeichnet und malt nach euren eigenen Vorstellungen eine bunte Weltkarte auf Büttenpapier. Zur Erinnerung gestaltet ihr aus Leder ein mittelalterliches Reisetagebuch. Bitte zieht alte Kleidung an und bringt euren Malkasten mit!

Mittwoch, 3. bis Freitag, 5. April, 10:00-12:15 Uhr, ab 8 Jahre; 18,- €, Material 8,- €.

Töpfern wie die Römer

Zunächst betrachtet ihr im Museum Schloss Rheydt antike Öllampen, Gefäße und Figuren, danach, angeregt durch diese Beispiele, gestaltet ihr nach eigenen Ideen und Vorstellungen keramische Objekte. Am letzten Kurstag werden die getöpften Objekte vor dem abschließenden Brand mit Engoben farbig gestaltet. Nach dem Brand stehen die Keramiken im Museum bereit zur Abholung.

Mittwoch, 3. bis Freitag, 5. April, 15:00-17:15 Uhr, ab 8 Jahre; 18,- €, Material 8,- €.

Anmeldung für beide Kurse unter Tel. 02166/9289019 oder per E-Mail an museumspaedagogik@schlossrheydt.de



mein Fahrradladen

für jung und alt



Wir haben für jeden das richtige Rad!

mein Fahrradladen

Bismarckstraße 76-78
41061 MG
Tel.: 02161-12219

Mo.-Fr. 10:00 - 18:30 Uhr
Sa. 10:00 - 16:00 Uhr
www.meinfahrradladen.de



2te-Hand-Kleidung
Gebrauchtmöbel
Schuhsammlung
Holzprodukte
Rapsöl

teilen macht reich



“Volksverein Mönchengladbach”

gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH

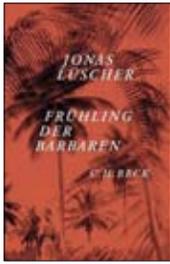
02166/6711600 · www.volksverein.de

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



JONAS LÜSCHER
FRÜHLING DER BARBAREN

Bedrückend



Ein Schweizer Fabrikerte auf Geschäftsreise in Tunesien beobachtet in einer edlen und sehr feinen Oasenanlage die Hochzeitsvorbereitungen junger reicher Engländer. Die Lage des Hotels ist wild romantisch, mit riesigem Pool und perfektem Ambiente. Während das Fest immer ausschweifender wird, gerät London in eine Finanzkrise, das britische Pfund stürzt ab und England ist bankrott. Die Hotelchefin versucht noch schnell an ihr Geld zu kommen, doch vergebens. Sofort läutet sie das Ende des Komforts ein. Jetzt stürzt die Hochzeitsgesellschaft ab und fällt ungebrems in die Barbarei, zerstört große Teile der Einrichtung und plündert hemmungslos was noch zu kriegen ist.

C. H. Beck Verlag, 125 Seiten, 14,95 €

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

MAX BRONSKI
DER TOD BIN ICH

Mitreißend



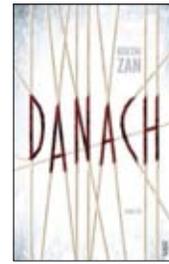
2006: Ein ehemaliger Gutsverwalter, der beschaulich seinen Ruhestand genießt, wird in seinem japanischen Garten regelrecht hingerichtet. Sein Nachfolger, Tino Senoner, zu seiner Verwunderung als Alleinerbe eingesetzt, erbt unter anderem ein Notizbuch und einige Musikstücke. 1957/58 und 1965: Ein junger Physiker, während des Kalten Krieges aus der DDR geflohen, gerät zwischen die Fronten der Geheimdienste der Supermächte, die höchst interessiert an seinen Forschungen zur Weltformel interessiert sind. Wie Bronski erneut den Bogen zum Jahr 2006 schlägt, wie er Tino Senoner bei seiner Suche nach Antworten begleitet, ist äußerst spannend zu lesen.

Antje Kunstmann Verlag, 400 Seiten, 16,95 €

Empfohlen von Buchhandlung Degehhardt, Friedrichstr. 14
41061 MG, www.buchhandlung-degehhardt.de

KOETHI ZAN
DANACH

Ergreifend



Wenn du denkst, dass du alles überstanden hast, geht das Grauen eigentlich erst los. Sarah Farber hat drei Jahre Gefangenschaft in einem grausigen Kellerverlies überlebt. Drei Jahre Kälte, Dunkelheit und pure Verzweiflung. Das ist nun zwar schon zehn Jahre her, aber es hat sie nie losgelassen. Und nun soll auch noch ihr Peiniger auf Bewährung freikommen. Sie kann nun nicht mehr fortlaufen und muss sich mit ihrer Vergangenheit auseinandersetzen, um die Freilassung zu verhindern. Aber dazu muss sie sich der Wahrheit stellen. Die Autorin versteht es, den Leser in ihr eigenes Kopfkino zu entführen und das Leid der Protagonistin erfahrbar zu machen.

Fischer Verlage, 448 Seiten, 14,99 €

Empfohlen von Livia Hilgers

WOODKID
THE GOLDEN AGE

Bombastisch



POP

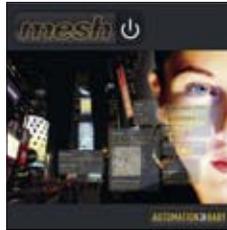
Vielleicht erinnert sich der ein oder andere noch an die EP „Iron“ aus dem Jahr 2011. Der Song ist vielen durch die Vorschau auf das Spiel „Assassins Creed“ bekannt. Aber wenige haben erwartet, dass der Künstler so weitermacht, wie

er mit Iron anfing. Martialische Töne, eine wahnsinnige Percussion, eine ruhige, aber kraftvolle Stimme und dazu wunderschöne Bilderwelten in den Videos. Zwar besitzt das Album auch ruhige Momente, aber insgesamt überzeugen die tiefen Bässe der Trommeln. Am 16. April spielt der gebürtige Franzose in Köln. Und seine Musik ist live in jedem Fall ein Erlebnis und den Besuch wert. Hingehen!

Island/UNIVERSAL 14 Tracks, 15,99 €

MESH
AUTOMATION BABY

Eingängig



ELECTRO-POP

Mittlerweile sind die Engländer zwar nur noch zu zweit und nicht mehr zu dritt unterwegs, das tut der Musik aber keinen Abbruch. Dreieinhalb Jahre nach Erscheinen des letzten Albums „A Perfect Solution“ wurde es aber auch Zeit

für neues Material. Musikalisch finden wir uns immer noch zwischen De/Vision und den jungen Depeche Mode, aber genau das schätzen die Fans auch. Thematisch bietet sich uns diesmal ein Konzeptalbum. Es handelt sich um die intimen Geschichten einer fiktiven Person, die stellvertretend für unsere Generation steht, die sich über soziale Netzwerke definiert.

Dependent/ALIVE 22 Tracks, 19,99 €

DAVID BOWIE
THE NEXT DAY

Spannend



POP/ROCK

Kein anderer Künstler hätte sich ein so fragwürdig billig wirkendes Plattencover leisten dürfen. Auf den ersten Blick wirkt es wie ein von einem Praktikanten gestalteter Platzhalter. Aber nein, es ist das tatsächliche Cover. Nun gut,

da sich musikalisch so viel hinter dem Meister Bowie verbirgt, sehen wir ihm das seltsame Cover nach. Ohne Ankündigung bastelte Bowie zwei Jahre lang im Geheimen an dem Album, welches er zu seinem 66. Geburtstag ankündigte. Inhaltlich strukturieren die Songs sich an seiner Musikkarriere und greifen die verschiedenen Stilepochen gekonnt wieder auf. David Bowie bleibt einfach gut.

Colombia/SONY MUSIC 16 Tracks, 9,99 €

DVD
SKYFALL

Packend



ACTION

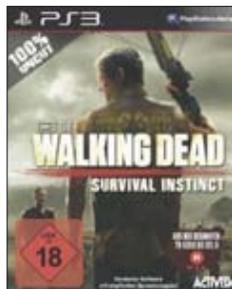
Daniel Craigs dritter Einsatz als James Bond erscheint endlich auf DVD. Neben schauspielerischen Höchstleistungen von Judi Dench und Javier Bardem erwarten uns atemberaubende Bilder der interessantesten und absurdesten Orte der Welt. Aber auch die Story ist sehr fesselnd: Nach seiner letzten gescheiterten Mission befinden sich nun

Agenten auf der ganzen Welt in Lebensgefahr und auch das MI6 wird angegriffen und M hat nur noch Bond, dem sie vertrauen kann. Dieser verschwindet aber nach einer Schussverletzung. Aber Bond wäre nicht Bond, wenn er nicht in alter Frische auftauchen würde ...

Fox DVD 6,99 €, BluRay 14,99 €

GAME
THE WALKING DEAD: SURVIVAL INSTINCT

Knifflig



ACTION

Anders als die bereits erschienenen Comic-basierenden Adventure-Episoden, erwartet uns bei diesem Spiel ein Ego Shooter, der sich auf die erfolgreiche Serie konzentriert. Wen wir spielen, hat eine Fan-Umfrage ergeben: den coolen Anti-Helden Daryl Dixon. Sein seltsamer Bruder

Merle ist auch mit von der Partie. Das Setting ist aus der 1. Staffel bekannt und es ist dem Spieler überlassen, wie er sich zu den einzelnen vorgegebenen Stationen durcharbeitet, um nicht von Zombies entdeckt und angegriffen zu werden. Ein kniffliges Unterfangen.

PS3/Xbox360/PC

MUSIK DVDs GAMES

Rezensiert von **Livia Hilgers**

SATURN

KINO HIGHLIGHTS

The Metropolitan Opera

LIVE IM COMET CINE CENTER SAISON 2013/2014

Im Herbst 2013 startet die neue Saison der Live-Übertragungen aus der New York Metropolitan Opera. Zehn Übertragungen, davon vier Neuproduktionen, zeigen einen erstklassigen Querschnitt durch das einzigartige Opernrepertoire der MET. Der Schwerpunkt liegt in diesem Jahr auf russischen Werken. So sind zum Beispiel am 5. Oktober 2013 Anna Netrebko, Piotr Beczala und Mariusz Kwiecien in der Neuproduktion von Tschaikowskys Eugen Onegin unter der Leitung von Valery Gergiev zu sehen.

Vom Klassiker bis zur Rarität zeigt die MET auch in diesem Jahr Spitzenproduktionen mit Weltstars der Opernszene.

Der Vorverkauf hat schon jetzt begonnen – erfahrungsgemäß sind die Tickets dieser Veranstaltungsreihe schnell vergriffen.

5. Oktober 2013, 19:00 UhrTschaikowsky **EUGEN ONEGIN**

Mit Anna Netrebko, Piotr Beczala, Mariusz Kwiecien
Dirigent: Valery Gergiev, Produktion: Deborah Warner
Gesungen in Russisch (mit deutschen Untertiteln)

26. Oktober 2013, 19:00 UhrSchostakowitsch **DIE NASE**

Mit Andrey Popov, Alexander Lewis, Paulo Szot
Dirigent: Pavel Smelkov, Produktion: William Kentridge
Gesungen in Russisch (mit deutschen Untertiteln)

9. November 2013, 19:00 UhrPuccini **TOSCA**

Mit Patricia Racette, Roberto Alagna, George Gagnidze
Dirigent: Riccardo Frizza, Produktion: Luc Bondy
Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln)

14. Dezember 2013, 19:00 UhrVerdi **FALSTAFF**

Mit Angela Meade, Stephanie Blythe, Ambrogio Maestri
Dirigent: James Levine, Produktion: Robert Carsen
Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln)

8. Februar 2014, 19:00 UhrDvořák **RUSALKA**

Mit Renée Fleming, Piotr Beczala, John Relyea
Dirigent: Yannick Nézet-Séguin, Produktion: Otto Schenk
Gesungen in Tschechisch (mit deutschen Untertiteln)

1. März 2014, 18:00 UhrBorodin **FÜRST IGOR**

Mit Anita Rachvelishvili, Ildar Abdrazakov, Mikhail Petrenko
Dirigent: Gianandrea Noseda, Produktion: Dmitri Tcherniakov
Gesungen in Russisch (mit deutschen Untertiteln)

15. März 2014, 18:00 UhrMassenet **WERTHER**

Mit Elina Garanča, Jonas Kaufmann
Dirigent: Alain Altinoglu, Produktion: Richard Eyre
Gesungen in Französisch (mit deutschen Untertiteln)

5. April 2014, 19:00 UhrPuccini **LA BOHÈME**

Mit Anita Hartig, Susanna Philipps, Vittorio Grigolo
Dirigent: Stefano Ranzani, Produktion: Franco Zeffirelli
Gesungen in Französisch (mit deutschen Untertiteln)

26. April 2014, 19:00 UhrMozart **COSÌ FAN TUTTE**

Mit Isabel Leonard, Danielle de Niese, Matthew Polenzani
Dirigent: James Levine, Produktion: Lesley Koenig
Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln)

10. Mai 2014, 19:00 UhrRossini **LA CENERENTOLA**

Mit Joyce DiDonato, Juan Diego Flórez
Dirigent: Fabio Luisi, Produktion: Cesare Lievi
Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln)





Mike Hanke hat zu lange gewartet und zu schwach gespielt, um seinen neuen Vertrag zu unterschreiben. Auch als Publikumsliebbling hat man einen schweren Stand, die VfL-Fans werden ihm das Beste für die Zukunft wünschen.



Der alte und der neue Marco Reus: Beim 1:1 gegen den BVB aus Dortmund erzielte Amin Younes seine erstes Bundesligator. In den kommenden Spielen möchte „der Kleine“ Borussia wieder nach Europa schießen.



Träumen darf doch wohl erlaubt sein!

Es gibt Leute, die sprechen von einer durchwachsenen Saison des VfL. Dabei steht das „finale furioso“ noch bevor!

Text: Ingo Rütten

Borussia hat es gegen Werder Bremen zuletzt erneut verpasst, erstmals in dieser Saison zwei Spiele hintereinander zu gewinnen! Auch dass nach diesem 1:1 bereits elf Unentschieden auf dem Konto der Borussen standen, spricht zwar nicht für eine verkorkste Spielzeit, aber auch nicht für eine, an deren Ende der Einzug ins „europäische Geschäft“ stehen müsste. Trotzdem, der VfL hat die Chance – und Trainer Lucien Favre wird mit seinen Mannen alles versuchen, wieder in die Europa League einzuziehen.

Anfang April könnte sogar noch mehr für möglich gehalten werden, einen Sieg nach der Bundesligapause beim SC Freiburg mal vorausgesetzt. Nun hat der VfL aber gerade im Breisgau nicht die beste Bilanz, egal, dann liegt das Team selbst mit einem weiteren Unentschieden weiter auf Kurs. Angesichts der Spiele im April kann ohnehin kaum etwas schiefehen, Ende dieses Monats liegt Borussia bestens im Rennen um einen internationalen Startplatz, möglicherweise wei-

terhin in Reichweite des vierten Tabellenplatzes. Woher dieser Optimismus kommt? Dazu reicht ein Blick auf verschiedene Tabellen: Greuther Fürth und der FC Augsburg kommen als sehr auswärtsschwache Teams in den Borussia-Park und die beiden Gastspiele in Stuttgart und Wolfsburg bestreitet die Favre-Elf bei einem der schwächsten Teams im eigenen Stadion (Wolfsburg) und dem nicht nur gefühlt mit Abstand schlechtesten Club der Rückrunde.

» Vier Siege am Stück sind programmiert «

Vier Siege am Stück sind programmiert, warum nicht, schließlich ist Borussia das in der fulminanten vorigen Saison gleich zweimal gelungen. Stuttgart war auch damals in einer dieser Serien dabei, sowie Schalke, Mainz und die Bayern – die drei letzten Gegner in die-

ser Saison für den VfL. Schalke wird in Mönchengladbach wieder nicht gewinnen können und in Mainz hat der VfL auch schon oft erfolgreich gespielt. Und wenn Jupp Heynckes für seine Bayern in „seinem“ Mönchengladbach am letzten Spieltag – vielleicht seinem letzten Spieltag – die Meisterschale in die Hand nehmen darf, wird er die VfL-Fans nicht im Regen stehen lassen wollen. Außerdem, Dante hat auch noch etwas gutzumachen!

Das letzte Viertel der Saison wird also das schönste, die Vorboten sind deutlich erkennbar. Endlich haben Sportdirektor Max Eberl und Favre eingesehen, dass sie mit Mike Hanke nicht weiterkommen – sorry Mike! Obwohl der Publikumsliebbling wohl zurecht einen schweren Stand beklagt, Luuk de Jong hat deutlich mehr Zeit bekommen, um sich zeigen zu dürfen. Und während Hanke von Spiel zu Spiel mehr in der Kritik stand, reichte dem niederländischen Neuzugang ein einziges Tor im Spiel bei Eintracht Frankfurt, um so

etwas wie den Durchbruch zu schaffen. Angesichts der Torausbeute des Angreifers eine gewagte These, aber in den kommenden Spielen wird de Jong reihenweise treffen! Zumal neben ihm endlich der neue Marco Reus aufgetaucht ist: Amin Younes wechselt vermutlich in wenigen Jahren für eine zweistellige Ablöse Richtung Titelkampf, vorher aber möchte „der Kleine“ die Borussia wieder nach Europa schießen. Ehrlich, was soll schon schiefehen im Saisonfinale, wenn selbst Granit Xhaka plötzlich gegen Werder Bremen fehlerfrei aufspielt? Vermutlich der Durchbruch! Gestandene Abwehrspieler wie Filip Daems stehen mittlerweile im zweiten Glied, und in Roel Brouwers hat Favre den vermutlich besten auf der Ersatzbank sitzenden Innenverteidiger der Bundesliga in seinem Kader.

» Beispiele zuhauf für ein gutes Ende «

Es gibt wirklich Beispiele zuhauf, warum diese Saison ein gutes Ende nehmen wird, nehmen muss! Die Doppelbelastung ist vorbei, Favres mitunter zumindest merkwürdige Rotation längst Geschichte, so dass der Schweizer, wie er es ganz offensichtlich am liebsten tut, möglichst oft mit derselben Elf starten kann – vorausgesetzt, Borussia bleibt von Verletzungen und weiterhin von Sperren verschont. Nur Martin Stranzl musste bislang einmal mit einer gelb-roten Karte bedacht vom Feld. In der Fairplaytabelle steht Borussia längst dort, wo sie in der Bundesliga Ende April auch steht: auf einem Europapokalplatz, vielleicht sogar auf dem vierten Rang! Gleich hinter Bayern, Dortmund und Leverkusen.

Und wenn es doch anders kommt? Wenn es den Borussen weiterhin nicht gelingt, zwei oder mehr Spiele hintereinander zu gewinnen, wenn es zu viele Unentschieden gibt, am Ende andere durch Europa fahren? Dann war es vermutlich eine ganz normale Saison für den VfL. Und dann wird Eberl die Mannschaft weiter verstärken müssen, am besten diesmal so, dass der Trainer zu Beginn der kommenden Spielzeit nicht so viel zu meckern hat wie am Anfang der nun bald endenden Saison. Eben am besten so, dass es weniger Unentschieden und mehr Siege gibt. Wir gehen mal davon aus, dass der Trainer unabhängig von einer Teilnahme am Europapokal dann weiter Lucien Favre heißen wird. Das ist absolut sicher! Warum? Sonst hätte Hanke seinen Vertrag längst unterschrieben, ehe er es nicht mehr durfte.

» Junioren wollen ins Finale «

Abseits der großen Fußball-Geschichten könnte die U19 Borussia am Saisonende vielleicht Historisches erreichen, obwohl sie in der U19-Bundesliga der Musik hinterläuft: Noch nie hat die älteste Juniorenmannschaft des VfL den DFB-Vereinspokal gewonnen – mit einem Sieg aber am 1. Mai (11 Uhr) gegen den 1. FC Kaiserslautern wäre der vorletzte Schritt geschafft und das Endspiel in Berlin gebucht.

Trainer Horst Steffen hat mit seiner Elf Heimrecht gegen die Pfälzer, die anders als der VfL in der Regionalliga spielen und in der Staffel Südwest an der Tabellenspitze stehen. Borussia geht also zuhause gegen das klassentiefere Team als Favorit auf den Platz, auch wenn die kleinen Roten Teufel bereits zwei Bundesligisten aus-geschaltet haben. Ein Besuch des Spiels dürfte sich lohnen und wäre auch eine Anerkennung für die Talente, von denen vielleicht einige schon bald in der Bundesliga dem Ball nachjagen. Im Finale wartet entweder der Karlsruher SC oder der 1. FC Köln.

TERMINE IM APRIL

Sa. 6.4., 15:30 Uhr, Bundesliga:	Borussia - Greuther Fürth
So. 14.4., 15:30 Uhr, Bundesliga:	VfB Stuttgart - Borussia
Fr. 19.4., 20:30 Uhr, Bundesliga:	Borussia - FC Augsburg
Sa. 27.4., 15:30 Uhr, Bundesliga:	VfL Wolfsburg - Borussia

ACTIC[®]
FITNESS IM "VITUSBAD"

**LEG' LOS
MIT ACTIC FITNESS**
Bei Actic Fitness trainieren und Studentenrabatt nutzen!



Schüler, Studenten und Azubis bekommen bei Actic Fitness stets einen besonderen Preis für die Mitgliedschaft!

34,90€/mtl*

* Das Angebot gilt bei 12-monatiger Laufzeit. Zuzüglich einmaliger Anmeldegebühr. Gilt nur für Schüler, Studenten, und Azubis.

**UNSERE STUDIOS
HABEN ALLE EIN
SCHWIMMBAD!**

vitusbad

ACTIC Fitness im "Vitusbad"

Breitenbachstraße 52 • 41065 Mönchengladbach

Tel: 02161 / 992 12 95

moenchengladbach@acticfitness.de • www.acticfitness.de

ACTIC Fitness GmbH • Floriansbogen 2/4 • 82061 Neuried

GUTSCHEIN

1 WOCH KOSTENLOSES TRAINING BEI ACTIC FITNESS

Name: _____ Datum: vom _____ bis zum _____
Mobil-Tel: _____ Studio: _____
E-Mail: _____ Unterschrift: _____

Gilt zur gebuchten Zeit und unter Anleitung.
Das Angebot ist pro Person einmal gültig.
Gilt nur nach Terminvereinbarung!

ACTIC[®]
FITNESS
acticfitness.de



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 (021 66) 14 45 04
Telefax (021 66) 14 45 13

2009 MARKTIMPULS.DE



**Golf
IN ELMPT!**

**Günstige & attraktive
Kursangebote
für Einsteiger!**



EGC Elmpter Wald e.V.
Niederkrüchten - Elmpt
Tel. 02163 - 499 61 31

www.golf-in-elmpt.eu



In den wunderschön angelegten Landschaften finden Golfer Ruhe und Erholung.

Golf braucht mehr Geduld als Talent!

Die Saison ist eröffnet! Vor dem Schnupperkurs geben wir ein paar Tipps, Einblicke und Adressen.

Text: Ingo Rütten

Sie möchten wissen, worauf es beim Golf ankommt? Sie möchten wissen, warum immer mehr Menschen dem Frühjahr und der Saison auf den satten Grüns entgegenfiebert, obwohl sie weder zu den Besserverdienenden gehören noch zu Karohosen und Pullunder tendieren? Und Sie haben sich schon immer gefragt, was für ein Sport das sein soll, bei dem ein Handicap gewünscht und das neunzehnte Loch am Ende der sportlichen Betätigung in unmittelbarer Nähe zur Theke oft das eigentliche Ziel ist? Dann sollten sie zwingend einen der Golfplätze rund um Mönchengladbach besuchen und sich mit einer „Schnupperstunde“ ein Bild davon machen – direkt nachdem Sie diesen Text mit einigen Tipps und Adressen gelesen haben.

Golf ist nicht sonderlich kompliziert: In Wirklichkeit geht es nur darum, einen sehr kleinen Ball mit möglichst wenigen Schlägen in ein winziges Loch zu befördern. Je weniger Schläge nötig sind, desto besser. Und damit es nicht langweilig wird, gibt es Golfanlagen mit 6, 9 oder 18 verschiedenen Spielbahnen, die jeweils durch Hindernisse versehen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade aufweisen. Sand, hohes Gras, Bäume und Wasser machen nicht nur den Weg zum Ziel schwieriger, sondern auch schöner. Denn neben der eigentlichen Betätigung mit Ball und Schläger lockt auch eine perfekt angelegte Landschaft und ein ansprechendes Ambiente mittlerweile Spieler aller Alters-, Leistungs- und auch Gehaltsklassen an. Im Gegenzug verpflichten sich die Spieler, während des

Spiels bestimmte Regeln einzuhalten, neben denen des Spiels sei hier auch die berühmte Golf-Etikette erwähnt: Sie ist eine Anweisung zum fairen respektvollen Umgang miteinander und bezieht folgerichtig auch das eigene Erscheinungsbild – also Kleidung und Benehmen – auf dem Golfplatz mit ein.

Über 600.000 Menschen spielen deutschlandweit Golf

Auf knapp 800 Golfplätzen in Deutschland messen sich heute über 600.000 Menschen, täglich kommen weitere hinzu. Dabei ist das Handicap-System gerade für Anfänger ein Vorteil, denn damit können sich verschieden gute Spieler anders als bei anderen Sportarten miteinander messen, ohne dass es dem einen bestenfalls langweilig und dem anderen möglicherweise sogar peinlich wird. Durch das persönliche Handicap sind die Leistungen jederzeit vergleichbar, Profigolfer und Anfänger können demnach zusammen spielen. Die auf den meisten Anlagen erforderliche Platzreife bringt ein Handicap von minus 54 mit sich, wer besser werden will, braucht mehr Geduld als Talent. Golf muss gelernt werden, es dauert seine Zeit, ehe der Ball nach einem perfekten Schwung den Schläger so in Richtung Loch verlässt, wie man sich das wünscht.

Deswegen empfiehlt es sich vor allem für Anfänger, in Trainerstunden zu investieren. Ab 25 Euro für eine halbe Stunde muss man für die professionelle Unter-

stützung aufbringen, doch eine echte Alternative zum Golfkurs gibt es wohl nicht: Golf erfordert Ballgefühl und optimale Bewegungsabläufe, um den Ball präzise zu treffen. Selbst wer Tag und Nacht auf der Driving Range Bälle abschlägt, um endlich auf den Platz zu dürfen, wird ohne Anleitung schnell falsche und kontraproduktive Bewegungsmuster verinnerlichen. Nach den Schnupperkursen ist der Golfkurs mit Trainer die logische Fortsetzung für alle Naturliebhaber, die bei ihrem Spaziergang den Ball vor sich herschlagen möchten – zumindest für jene, die Spaß am Golfen haben möchten.

Kein wirkliches Verletzungsrisiko, aber:

Alexander Quack hat in seiner Praxis am Schloss Wickrath schon etliche Golfer kennengelernt, die den Physiotherapeuten mit Beschwerden nach dem Golfspielen aufsuchten. Falsche Bewegungsabläufe belasten die Gelenke, Bänder und Sehnen, auch Vorschäden sollten bedacht werden: Auch wenn Golf kein wirkliches Verletzungsrisiko birgt, es ist ein koordinationsstarker Sport mit speziellen Bewegungen, darauf sollte man genauso vorbereitet sein wie auf den anfänglichen Muskelkater. Kurz, wer nicht auf seinen Körper achten und auch keine Trainerstunden nehmen möchte, der wird mit einer Wanderung an der frischen Luft ohne Schläger auskommen müssen.



Golf will gelernt sein. Bis zum perfekten Schwung dauert es seine Zeit.

Die zu erlangende Platzreife dient dazu, letztlich sich selbst und die anderen Golfer auf dem Platz vor „Anfängerfehlern zu schützen“. Die Prüfungsinhalte sehen das Verhalten auf dem Platz, das eigentliche Golfspiel und theoretische Kenntnisse vor. Zur Vorbereitung dient ein Golfkurs, der zumindest in sämtlichen Clubs angeboten wird, auf deren Anlagen nur mit der erfolgreich absolvierten Platzreifeprüfung gespielt werden darf.

Weder für Schnupperkurse, die in der Regel nicht teurer als eine Trainerstunde sind, noch für den anschließenden Golfkurs ist bereits eine Golfausrüstung notwendig; sie wird normalerweise gestellt. Trotzdem sollte sich auch der Anfänger schon einmal mit dem Thema Ausrüstung auseinandersetzen. Die gepflegte Kleidung sollte Bewegungsfreiheit bieten und natürlich bequem sein. Golfbälle kosten im Dutzend etwa zehn Euro, die Tees, auf denen der Ball beim Abschlag liegt, im Einhunderterpack um die acht Euro. Wichtig sind Golfschuhe, deren Preise wie bei normalen Schuhen stark variieren. Wesentlich günstiger können die Handschuhe sein, die nicht mehr als der erste Satz Bälle kosten müssen. Bleiben die nicht ganz unwichtigen Schläger, wobei am Anfang durchaus ein „halber Schlägersatz“ reicht – also 7 statt 14 Schläger. Auch günstige Einsteiger-Sets zu einem Preis von rund 200 Euro inklusive Schlägertasche oder gebrauchte Sets sind eine Alternative.

Wie bei anderen Sportarten kommt es auch beim Golfen auf die individuellen Bedürfnisse und Vorstellungen jedes Einzelnen an. Deswegen bieten beispielsweise „Go Golfing“ (Lindenstraße 163) und „Jaba-Golf“ (Rönneterring 11, gegenüber dem Handelshof) neben der persönlichen Beratung sämtliche Ausrüstung für alle Leistungsklassen – hier gibt es die „Schnäppchen“ für Anfänger ebenso wie die Schlägersätze, die auf den erfahrenen Spieler angepasst sind.

Nicht nur bei der anschließenden Ausrüstungsfrage ist es ein Vorteil, Golf direkt in einem Golfclub zu erlernen. Der Golflehrer hat viele nützliche Tipps neben jenen zum optimalen Schwung parat, zudem ist der Erfahrungsschatz der anderen Mitglieder nicht zu unterschätzen. Auf sie trifft man spätestens am neunzehnten Loch, dort, wo der Anfänger beim Bier und der verdienten kulinarischen Stärkung nicht mehr vom alten (Golf-) Hasen zu unterscheiden ist.



GCW_Anrz_01_13_HIND

GOLFCLUB WILDENRATH e. V.

Unsere Mitglieder freuen sich auf neue Mitspieler !

Aller Anfang ist leicht, z.B. mit dem **Einsteigerkurs zur DGV-Platzreife**. Für nur 129,- €/Person **erlernen Sie das Golfspiel!**

Die Fakten: 4 x 2 h Golfunterricht, kleine Gruppen von max. 8 Teilnehmer, 4 x Kaffee & Kuchen, **Regel- und Etiketteunterricht**, kostenlose Leihschläger bis zur Prüfung und ein Regelbuch.

Außerdem nehmen wir Sie mit auf eine Platzrundfahrt. Zum Abschluss spielen Sie 9 Löcher auf unserem 18-Loch Meisterschaftsplatz gemeinsam mit einem GCW-Mitglied.

Machen Sie mit. Jetzt anmelden!

Golfclub Wildenrath e.V., Am Golfplatz 1, 41844 Wegberg, Tel. 0 24 32 / 8 15 00

Ein Platz, der fasziniert.

WILLKOMMENSANGEBOT
NUR **95 €** MONATLICH*
OHNE AUFNAHMEGEBÜHR

Lernen Sie einen der schönsten Golfplätze in der Region kennen. Der Golf- und Landclub Schmitzhof e. V. lädt Sie zu einem Jahr Vollmitgliedschaft ein. Für nur 95,00 € im Monat. Ohne Aufnahmegebühr. Ohne Haken und Ösen. Entspannen Sie und haben Sie viel Freude an Ihrem Sport. Viele nette Golferinnen und Golfer freuen sich auf Sie.

Herzlich willkommen im GC Schmitzhof.

* Für max. 12 Monate.

JETZT ANMELDEN!

Golf- und Landclub Schmitzhof e. V.

Arsbecker Straße 160 | 41844 Wegberg

Telefon: 0 24 36 39 09 - 0 | Internet: www.golfclubschmitzhof.de





Golfen für Jung und Alt



Die Golf Academy Rittergut Birkhof wurde als eine von nur fünf Golfschulen weltweit mit dem Prädikat **PGA Premium-Golfschule** ausgezeichnet!

Für den Golfpark Rittergut Birkhof ist es eine große Ehre, zur Premium Golfschule unter der Leitung von David Marcks zertifiziert worden zu sein.

Nach Monaten der Vorbereitung und Organisation, um von der DQS GmbH und der PGA of Germany geprüft zu werden, haben wir eine sehr gute Gesamtnote erreicht. Das ist eine wunderbare Bestätigung für unser gut funktionierendes Team.

Eine vollkommen renovierte Driving Range, ein ausgefeiltes Notfallkonzept, neue Jugendabschläge an jedem Loch unseres 9-Loch Par 3 Platzes inklusive drei neuer Scorekarten für verschiedene Altersgruppen und ein Beschwerdekonzert sind nur einige Punkte, die in Angriff genommen werden mussten und erfolgreich umgesetzt wurden. Kinder bis zum Alter von 11 Jahren spielen auf unserem 9-Loch Par 3 Platz an allen Tagen der Woche für nur € 10,00.

Wir sind in der Lage, allen Golfern einen kompletten Screening-Service anzubieten, vom TPI Fitness bis zur fortgeschrittenen Schlägeranpassung aller führenden Hersteller. Mentales und körperliches Training in Verbindung mit einem umfassenden Kursangebot passt auf jede Person mit ihren individuellen Bedürfnissen. Auf der Driving Range dient ein Rolls Royce Silver Shadow als Ziel für die Spieler.

Gerne begrüßt Sie das Team der Premium Golfschule David Marcks auf unserer neuen Driving Range. Wir freuen uns auf Sie!



Gutschein für einen Korb Bälle, Einlösung im Sekretariat bis zum 30.4.2013

Zehnerkarte statt € 180,00 für € 160,00, Angebot gültig bis zum 30.4.2013

**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, www.birkhof.de**

Unsere Mitglieder, das ist unser Kapital

Einige Golfplätze und -clubs rund um Mönchengladbach.

„Unser Platz und unsere Mitglieder, das ist unser Kapital“, erklärt Ulli Staeger, Clubmanager Golfclub Wildenrath. Deswegen haben sich die Mitglieder des Clubs für Neueinsteiger etwas einfallen lassen. Wer einen DGV-Einstiegskurs (DGV = Deutscher Golf Verband) bucht, darf nach bestandener Platzreifeprüfung 9 Löcher auf dem 18-Loch Meisterschaftskurs gemeinsam mit einem GCW-Mitglied spielen. „Wenn der kleine weiße Ball dahin fliegt, wohin er soll – einfach toll. Und dann auch noch in Begleitung eines unserer Mitglieder, die dem Einsteiger mit gutem Rat zur Seite stehen, das ist ein Angebot, das genau unserer Philosophie

entspricht“, berichtet der Clubmanager, der seit Mitte März die Grüns des Clubs für Mitglieder und Gastspieler geöffnet hat.

Gastspieler zahlen auf den Anlagen eine Gebühr (Greenfee), um spielen zu dürfen, die je nach Wochentag und Tageszeit variiert. Für die 9-Loch-Bahn im Golfclub Schloss Myllendonk zahlen Gäste beispielsweise bis Freitag (13 Uhr) 30,- €, danach und an Wochenenden 35,- €. Die meisten Clubs beteiligen sich in diesem Frühjahr an der Initiative des DGV, bei der Anfänger für 19,- € zwei Stunden lang Einsicht in den Sport und den Schläger in die Hand nehmen können. Sie werden in der Regel zunächst die Driving Range kennenlernen; der Golfclub Rittergut Birkhof bietet beispielsweise



Hier gibt es Golfplätze für Anfänger und Profis.

18 überdachte Abschlagplätze, dazu eine Vielzahl von Übungsmöglichkeiten zum „Kurzen Spiel“, „Bunkerschläge“, „Putting“ und natürlich auch für das Training mit den langen Eisen und dem Driver.

Jeder Club in der Nähe Mönchengladbachs wirbt mit Extras für Mitglieder, in Hinsbeck hat der Golfclub Haus Bey mit dem mittelalterlichen Baudenkmal in einer fantastischen Umgebung einen Trumpf auf der Hand. Willkommensmitglieder im Golf- und Landclub Schmitzhof in Wegberg zahlen keine Aufnahmegebühr und können 12 Monate für 95,- € monatlich uneingeschränkt Golf spielen. Nach Abzug des britischen Militärs (Ende 2015) soll der Europäische Golfclub Elmpter Wald jedermann zugänglich gemacht werden. Bis dahin müssen sich Gastspieler mindestens 24 Stunden vorher anmelden, das lohnt sich genauso wie eine Mitgliedschaft, um die verkehrsgünstig und naturnahe Anlage genießen zu können.

INFO

Einige Anlagen rund um Mönchengladbach:

Golfclub Wildenrath, Tel. 02432/81500, 41844 Wegberg, www.gc-wildenrath.de

Golfpark Rittergut Birkhof, Tel. 02131/510660, 41352 Korschenbroich

www.gc-rittergutbirkhof.de

Golfclub Haus Bey, Tel. 02153/91970, 41334 Nettetal-Hinsbeck, www.hausbey.de

Europäischer Golfclub Elmpter Wald, Tel. 02163/4996131

41368 Niederkrüchten, www.golf-in-elmpt.eu

Golf- und Landclub Schmitzhof, Tel. 02436/39090, 41844 Wegberg

www.golfclubschmitzhof.de

Golfclub Schloss Myllendonk, Tel. 02161/641049, 41352 Korschenbroich, www.gcsmd.de



Wenn der Apfel mit der Birke ...

Die neue Kreuz-Allergiekarte des DAAB bietet eine Übersicht und gibt nützliche Tipps.

„An apple a day keeps the doctor away“ – diese frei übersetzte Weisheit trifft leider nicht auf alle zu. Für mehr als die Hälfte der 12 Millionen Pollenallergiker in Deutschland beginnt nun die Zeit des Verzichts, denn der ansonsten so gelobte gesunde Genuss bestimmter Obst- und Gemüsesorten bereitet vielen Pollenallergikern aufgrund von Kreuzallergien Probleme.

Kreuzallergien sind keine neuen Allergien, sondern basieren auf einer vorhandenen Pollenallergie. Das Immunsystem des Körpers kann hierbei nicht unterscheiden, ob der Auslöser von der Polle oder vom Lebensmittel kommt, da die Proteinstrukturen (Allergieauslöser) identisch sind, wie beispielsweise bei den Birkenpollen und dem Apfel oder den Gräserpollen und der Tomate.

Doch welche Obst- und Gemüsesorten müssen bei welcher Pollenallergie vermieden werden? Hierzu gibt es viele Aufstellungen, die allerdings wenig Platz für



Die neue Kreuzallergie-Karte des DAAB hilft mit einer Übersicht der häufigsten Kreuzallergien und Tipps für den Alltag. Sie kann kostenfrei bestellt werden.

individuelle Vorlieben lassen. Die neue Kreuzallergiekarte des Deutschen Allergie- und Asthmabundes (DAAB) zeigt dem Pollenallergiker im Pocket-Format auf, wie die Verträglichkeit einzelner Obst- und Gemüsesorten bei der jeweiligen Allergie zu bewerten ist. Mit Hilfe eines Farbsystems können schnell und übersichtlich verträgliche von unverträglichen Sorten unterschieden werden.

Wer als Allergiker trotzdem nicht auf Obst und Gemüse verzichten möchte, dem können folgende Tipps weiter helfen:

- Nicht alle Apfelsorten sind in punkto Allergenität gleich. So werden Sorten wie Cox Orange, Boskop, Gravensteiner besser vertragen als Granny Smith oder Golden Delicious.
- Geschält und zerkleinert, wird so manche Obstsorte auch wieder ein Genuss. Die allergen wirkende Struktur wird bei der Verarbeitung zerstört, so dass zum Beispiel ein geriebener Apfel von manch einem Apfelallergiker schon wieder gegessen werden kann.
- Kochen macht dem Allergieauslöser in den meisten Fällen endgültig den Garaus. Ob Apfelkompott, Kirschkuchen oder Aprikosenmarmelade – darauf muss kein Allergiker verzichten.

Leider ist der Umgang mit den Kreuzreaktionen nicht immer so einfach. Bei Pollenallergikern, die auf Beifuß reagieren, können Kreuzreaktionen auf Sellerie auftreten oder bei Haselpollenallergikern auf Haselnüsse. Hier sind die Allergene hitzestabil, so dass weder Verarbeiten noch Kochen eine Änderung herbeiführen. Nicht nur die Nuss im Studentenfutter, sondern auch die im Kuchen oder in der Schokolade muss dann gemieden werden. Patienten mit Kreuzallergien sollten eine individuelle Ernährungsberatung in Anspruch nehmen. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund ist gerne bei der Vermittlung behilflich.

Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB)
Fliethstr. 114, 41061 MG
Tel. 02161/814940, www.daab.de



Damit Sie sich frei entfalten können!

Seit mehr als 40 Jahren bietet unser Verein eine große Vielfalt an Möglichkeiten und Gelegenheiten. Seien es die vielen sportlichen Aktivitäten, die Kurse, die Reisen, die verschiedenen Veranstaltungen, oder nur die Anregung durch den Austausch mit Gleichgesinnten. In einer starken Gemeinschaft ist das Älterwerden weniger bestimmt von der Erfahrung nachlassender Kräfte, als vom Bewusstsein der persönlichen Fähigkeiten, die zu erhalten und zu entwickeln viel Freude bereitet. „Sport für betagte Bürger e.V.“ schafft Gelegenheiten und bietet Ihnen die Unterstützung, die Sie speziell benötigen, auch wenn eine Krankheit oder Behinderung Ihren Aktionsradius einschränken sollte.

Wir freuen uns auf Sie!

Käthe Stroetges, 1. Vorsitzende



**ALTENSPORT
ZENTRUM**

SPORT FÜR BETAGTE BÜRGER e.V.

**Sport-Freizeit
Reisen
Rehabilitationssport
Massagen
Tel. 021 61 - 546 81**



**AMBULANTER
PFLEGEDIENST**

SPORT FÜR BETAGTE BÜRGER e.V.

**Pflegeberatung
Grundpflege
Behandlungspflege
Überleitungspflege
Urlaubs-/Verhinderungspflege
Tel: 021 66 - 919-0**



**KÄTHE
STROETGES HAUS**

SPORT FÜR BETAGTE BÜRGER e.V.

**Stationäre Altenpflege
Kurzzeitpflege
Betreutes Wohnen
Tel: 021 66 - 919-0**

**Aachener Straße 418, 41069 Mönchengladbach
Tel. 021 61 - 546 81, Fax 021 61 - 546 76
info@sportfuerbetagtebuergere.de
www.sportfuerbetagtebuergere.de**



*Lust auf ein Stück Frühling?
Einen Neuanfang?
Einen Look der Ihre Persönlichkeit
widerspiegelt?
Lassen Sie sich von uns beraten!
Wir wünschen eine frohe,
bunte Osterzeit!*

Haare, natürlich schön.
Charisma
Glykeria Kiokaki

Dorfbroicher Straße 71
41236 Mönchengladbach
Telefon (0 21 66) 94 20 07
www.charisma.de

Öffnungszeiten:
Di.-Fr. 10:00–19:00 Uhr
Sa. 8:30–16:00 Uhr
Montags geschlossen

EC-Cash Zahlung möglich Parkplätze vorhanden

HAUPT
QUARTIER
Hairdesign by Jürgen Küppers



Wir freuen uns
NADINE EICKMANN
in unserem Team
grüßen zu dürfen

HAUPTQUARTIER
Hairdesign by Jürgen Küppers
Rheydter Straße 242-244
41065 Mönchengladbach
Tel. 02161-177346

Farbenfrohe Frisuren

Modebewusste Frauen müssen dank Extensions nicht mehr färben.

Erst brünett, dann blond und schließlich rote Haare - vor allem Frauen lieben schöne Farbe im Haar genauso wie modische Abwechslung. Doch gefärbte und blondierte Haare haben es schwer. Oft sind sie ausgelaut und müssen kräftig geschnitten werden, damit das Haar nach dem Farbwechsel gesund bleibt. Deshalb versagen sich viele Frauen ihre Wunsch-Haarfarbe. Sie fürchten, dass ihr Haar nach mehreren Färbungen oder gar nach einer Blondierung so brüchig und beansprucht ist, dass sie sich für kurze Haarschnitte entscheiden müssen, um so schnell wie möglich zu ihrem natürlichen Farbton zurückzukehren.

Diese Befürchtung ist nicht unbegründet. Insbesondere das Blondieren mit Wasserstoffperoxid stresst die Haarstruktur - selbst wenn es nur um Strähnen geht. Doch es gibt eine Alternative, die modernen Frauen eine selbstbewusste Farbwahl ermöglicht, ohne dass ihr Haar angegriffen wird: Farbige Extensions ersparen dem Haar bei zarten Strähnen und sogar bei frechen Farb-Highlights die Beanspruchung durch das Färben. Die Vielfalt der Angebote ist enorm, so dass es nicht schwierig ist, den passenden Farbton zu finden. Softe Pastelltöne etwa liegen besonders im Trend: Pastel-Yellow, Pastel-Lila und Pastel-Peach sind in sanften Nuancen zu haben. Gilt es, die Blicke auf sich zu ziehen, kommen Strähnen mit „Flow-Effekt“ zum Einsatz. Bei diesen Extensions geht das Haar ganz sanft von einer Farbe in eine andere über. Am Haaransatz beginnen die Strähnen meist in der natürlichen Haarfarbe, um weiter unten in eine neue Tönung zu wechseln. Die Übergänge sind fließend. Wer es ganz kräftig mag, der entscheidet sich für knalliges Rot, ausdrucksstarkes Fuchsia



Extensions gibt es in unzähligen Farbvarianten.

oder sattes Dunkelorange - und wird bestimmt einen starken Auftritt haben. Doch ganz gleich, für welche Farbwelt man sich entscheidet: Das wichtigste Kriterium bei der Auswahl der Strähnen ist immer die Qualität des Haars. Viele Anbieter verwenden



Voll im Trend: **Strähnen mit „Flow-Effekt“**.

aus diesem Grund für die Extensions kein Kunsthaar, sondern Echthaar. Es lässt sich genauso wie das eigene frisieren und stylen; allerdings gibt es auch hier unterschiedliche Qualitäten in Sachen Haar und Bondings (Verankerungen). Manche lösen sich schon nach ein paar Wochen.

Text: Maria Ghoebel/pp

INFO

- Haarverlängerungen sollten von einem Fachmann durchgeführt werden.
- Pflegeprodukte sollten silikon-, schwefel- und alkoholfrei sein.
- Kämmen Sie Ihr Zusatzhaar mindestens zwei Mal täglich, indem Sie die Extensions festhalten und Knötchen vorsichtig mit Naturborsten auskämmen.
- Vor dem Schlafengehen flechten Sie die Extensions am besten zu einem Zopf.
- Vor dem Waschen kämmen Sie die Extensions gut durch und waschen sie dann mit lauwarmem Wasser und wenig Babyshampoo.
- Nach gründlichem Ausspülen empfiehlt sich eine Kurpackung.
- Extensions sollten nicht trocken gerubbelt, sondern nur vorsichtig ausgedrückt werden.

Glätten und Peelen

Der Braun Silk-épil 7 SkinSpa Epilierer vereint zwei moderne Schönheitsbehandlungen in einem Gerät: Der effiziente Nass- und Trockenepiler beseitigt unerwünschte Härchen, die Peelingbürste entfernt abgestorbene Hautschüppchen und stellt so die natürliche Schönheit der Haut wieder her – für eine spürbar glattere und sichtbar strahlendere Haut.



Gesehen bei Saturn für 169,- €

Für Hand und Fuß



Gepflegte Hände sind die Visitenkarte des ersten Eindrucks. Damit auch die Nägel perfekt aussehen, gibt es die Maniküre- und Pediküre-Geräte von ELLE by beurer. Die MPE100 Maniküre-/Pedikürestation ermöglicht ein perfektes Nagelstyling wie im Studio für Sie zuhause. Die neue Beauty-Linie „ELLE by beurer“ steht für Schönheitsprodukte auf höchstem Niveau.

Gesehen bei Saturn für 111,- €

Gründlich gereinigt

Mit der Philips AirFloss HX8111/12 können Sie Ihre Zähne täglich gründlich reinigen, ohne mühevollen Reinigung mit Zahnseide. Die Anwendung per Tastendruck ist so einfach wie ein Mausklick. Die Microburst-Technologie sorgt für einen schnellen Stoß Druckluft und feinste Wassertropfen zur gründlichen Reinigung von Zahnzwischenräumen, die von einer Zahnbürste nicht erreicht werden können.



Gesehen bei Saturn für 79,99 €

Sicher zu glattem Haar



Der neue Keratin Therapy Pro Haarglätter S8590 von Remington besticht nicht nur durch sein edles Design, sondern bietet dank weltweit exklusiver Keratin Schutz-Technologie deutlich mehr Schutz vor Haarschäden und Haarbruch. Der innovative Hitzeschutzsensor reguliert konstant die Temperatur, indem er sie dem Feuchtigkeitsgrad des Haares anpasst. So

wird in Kombination mit der Keratin-Keramikbeschichtung der Schutz vor Haarschäden erhöht.

Gesehen bei Saturn für 64,99 €

Great Lengths
100% natural human hair extensions

UM LÄNGEN BESSER

Lothar Schmitz ist seit 2007 Trainer bei Great Lengths und stellte sein Können beim Einsetzen von Haarextensions in Trendfrisuren bereits auf über 50 Shows im deutschsprachigen Raum unter Beweis. Unter anderem arbeiten seine Salons mit dem Multisonic System von Great Lengths, bei dem Haarverlängerungen dauerhaft und ultrasicher in weniger als einer Stunde gelingen.



FRISEUR SALON Lothar Schmitz

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

WICKRATH
Trompeterallee 3
41189 Mönchengladbach
Tel.: 02166 / 1360890

WWW.FRISEUR-SCHMITZ.DE

Traumhaftes Haar

mit
Yves
HAIRDESIGN

Haarverlängerung
Haarauffüllung
Haarverdichtung
Farbakzente

Lassen Sie sich verzaubern
von unendlichen Möglichkeiten!

Gegen Vorlage dieser Anzeige:

10% Rabatt*
auf Haarsysteme!

Kaiserstraße 89
Mönchengladbach
Telefon 02161/13808
yveshairdesign.de

*gültig bis 31. Mai 2013, nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Angeboten

Schönheit beginnt mit Ihrem Lächeln

Mimik und Gesicht machen uns einzigartig und prägen unsere Ausstrahlung.



genpartie lässt sich oft mit einem zusätzlichen Stirn-lift, bei dem zugleich die Stirn- und Mimikfalten reduziert werden können, erzielen. Eine Lidstraffung ist ein anspruchsvoller Eingriff, der in die erfahrenen Hände eines Gesichtschirurgen mit plastisch-ästhetischer Weiterbildung gehört.

Faltenfreie Zone

Auch mit nicht chirurgischen Maßnahmen wie Peelings, Mikrodermabrasion und Laseranwendungen lassen sich grobporige Haut und feine Falten im Gesicht deutlich verringern. „Unser kalt abtragender Erbium-Laser erlaubt uns hauchfeines Abtragen der Haut ohne thermische Schäden. Diese Laseranwendung hat sich in unserer Praxis besonders bei der Entfernung von Muttermalen, Pigmenttumoren, Warzen und Altersflecken bewährt“, so Jörg Weyel. Die Anwendung von Botulinum-Toxin-A bei Falten gilt mittlerweile als eine der elegantesten Behandlungsmethoden der ästhetischen Medizin. „Bei diesem Eingriff werden im Gesichts-, Stirn- und Halsbereich die mimischen Muskeln, die für die Faltenbildung verantwortlich sind, entspannt und geglättet. Wichtig ist, dass eine Restmimik erhalten bleibt“, führt Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange aus. Mit der Faltenunterspritzung lassen sich altersbedingte feine Fältchen stark mildern und Unebenheiten oder kleinere Narben korrigieren. Entlang der Fältchen und Narben kann neues Volumen aufgebaut werden, so erhält die Haut ein glattes Aussehen. Häufig erzielt eine Kombination aus Hyaluronsäure und Botulinumtoxin das optimale Ergebnis.

Intensive Beratung und sensible Betreuung der Patienten stehen in der Praxis an erster Stelle. Als erfahrene Spezialisten sind die Ärzte in allen Fragen rund um Ihr Gesicht für Sie da. „Wir sind uns der Verantwortung bewusst: Es geht um die Gesundheit, die sympathische Ausstrahlung und die persönliche Wirkung unserer Patienten, letztendlich um ihr Wohlbefinden“, so Jörg Weyel und Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange.

INFO



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

Eine gesunde, frisch wirkende Gesichtshaut, vitale Gesichtszüge und schöne Zähne stärken das Selbstwertgefühl. Wer möchte seinem Gegenüber nicht mit einem sympathischeren frischeren Lächeln begegnen?

Wenn Lebenserfahrung und Zeit ihre Spuren hinterlassen, hilft die Ästhetisch-Plastische Chirurgie. Für einen chirurgischen Eingriff im Gesicht bedarf es vor allem Erfahrung und Vertrauen. Denn es geht um das Gesicht, das Aussehen, letztendlich um die Lebensqualität eines Menschen. Mimik und Ausstrahlung reagieren sensibel. Schon kleine Eingriffe im Gesicht zeigen große Wirkung. Die Behandler der Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Lange & Weyel in Mönchengladbach sind als erfahrene chirurgische Spezialisten mit der komplexen Anatomie des Gesichts und der Zähne bestens vertraut. Das Leistungsspektrum der Praxis umfasst von einfachen Faltenbehandlungen über straffende Operationen bis hin zu hoch spezialisierten Korrekturen der Kiefer und des Gesichtspröfils alle Möglichkeiten der modernen Ästhetisch Plastischen Gesichtschirurgie.

Individuelle, natürliche Mimik

Das Gesicht ist immer individuell und einzigartig. „Alter und Konsistenz der Haut sowie die Wünsche des Patienten bestimmen den Umfang eines Eingriffs. Erfolgreiche kosmetische Korrekturen sind die, die als solche nicht wahrgenommen werden. Das was ein Gesicht unverwechselbar macht, muss erhalten bleiben. Auch bei deutlich jüngerem Aussehen sollten Fältchen die Natürlichkeit des Gesichtes untermalen“, betont Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange.

Schöne Augen machen

Die Augen sind wesentlicher Bestandteil unserer Ausstrahlung. Mit einer faltenfreien Augenpartie vermitteln wir Frische und Jugendlichkeit. „Lidkorrekturen bzw. Blepharoplastiken gehören zu den häufigsten ästhetisch-chirurgischen Eingriffen in unserer Praxis. Sie werden ambulant, in örtlicher Betäubung oder im Dämmer Schlaf durchgeführt“, so Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange. Ein noch vitaleres Aussehen der oberen Au-



Mittwoch,
24. April 2013

Leuchte ich dann im Dunkeln? Fragen an die Nuklearmedizin

Prof. Dr. med. Dr.
Wolfgang Schäfer,
Chefarzt
Klinik für Nuklearmedizin

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



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

GESUNDHEIT AKTUELL Vortragsreihe 2013

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

Beweglich bleiben bis ins hohe Alter

Teil 2: Der Mensch ist so jung wie seine Gelenke

Viele meiner Leser führen ja bereits ein – hoffentlich sinnvolles und individualisiertes – Gesundheitstraining durch, das Übungen beinhaltet, die Kraft und Ausdauer verbessern.

Die Gefahr besteht jedoch darin, die Beweglichkeit zu vernachlässigen, was sich später rächen kann. Beweglichkeitsfördernde Übungen sollten nicht nur in jedes Aufwärm- bzw. Trainingsvorbereitungsprogramm integriert werden, sondern fördern nach dem Training oder an den trainingsfreien Tagen die Regeneration und das allgemeine Wohlbefinden. Sie dienen als grundlegende Bewegungsprophylaxe, die am besten mindestens einmal täglich durchgeführt werden sollte.

Schulterbeweglichkeit und -Stabilität

Viele Menschen, die lange am Schreibtisch sitzen, klagen über Schulter- und Nackenverspannungen, die nicht selten zu dauerhaften Schmerzen führen.

Die Schultern gehören aufgrund ihrer Konstruktion zu den anfälligsten Gelenken, was Überlastungen und Instabilitäten angeht. Der zunehmende Bewegungsmangel, kombiniert mit der häufig vorherrschenden Rundrückenhaltung am Schreibtisch, verschlimmert diese Situation zusätzlich. Hierdurch nimmt nicht nur die Beweglichkeit ab, sondern auch die Kraft und Stabilität des Gelenks. Selbst bei vielen Fitnesportlern, die zu mir kommen, ist es um die Schulterstabilität und -kraft häufig schwach bestellt.

Welche Tests ich in solchen Fällen durchführe und wie man Defizite in diesem Bereich beseitigt, können Sie detailliert auf meiner Seite unter der Rubrik „VIDEOS“ einsehen. Dort finden Sie auch Kurzeinheiten von 3 bis 5 Minuten zur Verbesserung der Beweglichkeit, die mehrere Gelenke mit einbeziehen, die besonders nach langen Büroeinheiten herrlich gut tun. Wer mehr Zeit hat, kann sich natürlich auf einzelne Bereiche besser konzentrieren oder gezielt an den individuellen Schwachstellen arbeiten.

Ein hervorragendes und sehr beliebtes Ganzkörper-Bewegungstraining, in dem alle Muskeln und Gelenke gezielt und hervorragend beansprucht werden, findet am 6. April um 14 Uhr statt. Informationen unter www.ELITE-Bootcamp.de

Auf Wunsch sende ich Ihnen einige Beispiele zu **Mobilisation von Hüftgelenken, Verbesserung der Schulterbeweglichkeit, Wirbelsäulen-Geschmeidigkeit.**

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



„der schnellste Weg zu
der Form Deines Lebens“

INFO

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

Verlost werden **drei Personaltrainingseinheiten** (à 1 Std.) **mit Pasquale Trotta**, inkl. ausführlichem Fitness-Check-up und Bewegungsanalyse. Schicken Sie einfach eine E-Mail mit Stichwort „**Personaltraining**“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Einsendeschluss ist der 30. April 2013.



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

La Forchetta
Trattoria

1. Mai ab 19 Uhr
Live Musik
mit der Band „Exclusive“
internat. Popmusik

Wir freuen uns auf Ihren
Besuch und einen schönen
Abend



www.la-forchetta.net

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

RESTAURANT
FOUR SENSES
schwarz is(s)t bunt



**Starten Sie mit uns
in den Frühling!**

Testen Sie unsere neue
frühlingsfrische Speisekarte!

Unser besonderes Angebot:
Überraschungs-Frühlingsmenü
für nur 40,- €
bei Vorlage dieser Anzeige.

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



Im „Fingerfood“-Kochkurs bereiten die Teilnehmer unter der Leitung von Profikoch Markus Jung orientalischen Couscous mit Lammfilet und Nudeln zu.

Kochkunst und Küchenlatein



Das Genussforum von „In Vino Veritas“ bietet ein abwechslungsreiches Programm an Veranstaltungen und Kochkursen.

Text: Sabrina Kirmapci

Wenn Profikoch Markus Jung vor Publikum orientalischen Couscous mit Lammfilet und Nudeln zubereitet oder Küchenchef Dirk Castor seinen Teilnehmern die ayurvedische Küche näherbringt, dann ist wieder Kochkurs im „In Vino Veritas“. Die Gastköche dürfen natürlich auch selber an den Herd und die Tipps und Tricks der Profis gleich ausprobieren.

Im Genussforum ist immer was los!

Vielleicht haben Sie das Restaurant In Vino Veritas auf den Holterhöfen in Willich schon einmal besucht, gut gegessen, die umfangreiche Weinkarte entdeckt und das Ambiente auf dem historischen Anwesen genossen. Doch das In Vino Veritas hat mit seinem Genussforum noch weit mehr zu bieten. Da wird mit den Gästen mehrmals im Monat geschnibbelt, tranchiert, filetiert und sogar Marmelade gekocht und gebacken. Das Angebot ist breit gefächert. An einem Abend gibt's ein Whisky-Menü, an einem anderen Tag kann man an der Seite des Profis ein Essen für

einen Gast seiner Wahl zubereiten. Hinzu kommen saisonale Kochkurse, in denen interessierte Hobbyköche beispielsweise leckere Spargelgerichte, Wild oder Fisch zubereiten. Auch Ausflüge in exotische Gefilde sind etwa mit dem Thai-Kochkurs möglich. Ein Tipp für Singles: Wer nicht alleine kochen möchte, kann im Genussforum beim Single-Kochkurs nette Leute kennenlernen und gemeinsam ein 4-Gänge-Menü zaubern. Der nächste Single-Kochkurs findet am 28. Juni 2013 statt.

Auch Besucher, die nicht selber den Kochlöffel schwingen, wohl aber kulinarische Abenteuer erleben wollen, sind im Genussforum richtig. Hier finden nämlich neben den Kochevents auch Weinseminare, Menü- und Themenabende statt. Die Termine werden zeitig auf der Webseite unter www.i-v-v-weinhandel.de veröffentlicht.

Die Feier wird zum gemeinsamen Kocherlebnis

Das Genussforum hat nicht nur eine hochmoderne Küche zu bieten, sondern auch einen Tagungs- und Veranstaltungsbereich und 70 Sitzplätze. Das bedeutet, es ist ideal geeignet, um dort eine private Feier oder ein Firmenevent stattfinden zu lassen. Natürlich kann auch hierbei das gemeinsame „Kochen“ mit den Spitzenköchen der rote Faden für den Abend sein. Ab einer Teilnehmerzahl von 12 Personen ist das Genussforum exklusiv zu buchen.



Ein weiteres Rezept aus dem Fingerfood-Kurs: Lachstatar mit Gurken-Spaghetti und Schmand.

In Vino Veritas, Holterhöfe 15, 47877 Willich
Tel. 02154/8140854, www.i-v-v-weinhandel.de

Heiße Termine im »In Vino Veritas«



Frühling »Häppchenweise«

Leichtes aus der Frühjahrsküche originell und ideenreich angerichtet. Scharf und würzig, fruchtig und leicht, verbringen Sie unterhaltsame Stunden mit unserem Koch bei leckeren Frühlingshäppchen. Für den netten Tag mit Freunden oder einfach um den Frühling kulinarisch zu genießen.

Samstag, 6. April 2013, pro Person 64,- €

Fischers frische Fische auf den Tisch

Fisch filetieren, braten, beizen, marinieren: ganz leicht gemacht. Ideenreich und kreativ zaubern Sie feine Köstlichkeiten rund um den Fisch. Im Anschluss genießen Sie Ihr Fischvergnügen.

Samstag, 13. April 2013, pro Person 68,- €



Whisky-Tasting

Zusammen mit Küchenchef Markus Jung bereiten Sie ein erlesenes Whisky-Menü zu und lernen bei einem Whisky Tasting das „Wasser des Lebens“ mit all seinen Geheimnissen kennen. Außerdem werden Sie in das perfekte „Nosing“ und „Tasting“ einweihen.

Donnerstag, 18. April 2013, pro Person 79,- €

Thai-Kochkurs

Kulinarische Leckereien werden zu einem Balanceakt eigener Geschmacksrichtungen, säuerlich und cremig-süß zugleich. Chinesische Gerichte mit indischen Gewürzen abgeschmeckt ... einzigartig thailändisch!

Freitag, 26. April 2013, pro Person 64,- €

Kochen für Dich

Sie kochen an der Seite der Experten ein 4-Gänge-Gourmet-Menü für jemanden, dem Sie etwas Besonderes schenken möchten. Nach erfolgreichem Kochen werden Sie gemeinsam mit Ihrem Gast am Abend das edle 4-Gänge-Menü genießen.

Samstag, 4. Mai 2013, Gastkoch 74,- €, Gast 42,- €



Kochen nach Ayurveda

Erfahren Sie Interessantes rund um gesunde Ernährung und den Gleichklang zu Körper und Geist. Spannend und mit Spaß an der Umsetzung entführt Sie Dirk Castor für einen Abend in eine andere Welt.

Donnerstag, 23. Mai 2013, pro Frau inklusive Tee, 68,- €

Weitere Termine unter www.i-v-v-weinhandel.de und bei facebook: [facebook.com/in.vino.veritas.willich](https://www.facebook.com/in.vino.veritas.willich)

IN VINO VERITAS
wein und spezialitäten



GENIESSEN

Wer gerne in idyllischer Lage eine exzellente und abwechslungsreiche Spitzenküche sowie zahlreiche ausgewählte Weine aus aller Welt genießt, ist hier an der richtigen Adresse. Nicht nur das Restaurant, sondern auch der architektonisch ansprechende und außergewöhnliche Veranstaltungsbereich lädt zum Schlemmen und Verleihen ein.

KOCHEN

Wir kochen mit unseren Gästen: Kochen, schnibbeln, tranchieren, filetieren, Pralinen machen, Marmelade kochen, backen und vieles mehr werden wir mit Ihnen gemeinsam machen. Alleine, zu Zweit, mit neuen und bekannten Leuten. Sicher ist, Spaß werden wir alle haben.

TAGEN

Mit unserem Programm »Tagen und Genießen« bieten wir Ihnen Tagungsmöglichkeiten in eigenen Seminarräumen bis zu 50 Personen. Mit unserem hochwertigen Angebot an Speisen und Getränken tragen wir kulinarisch zum guten Gelingen Ihrer Tagung bei. Nach erfolgreichem Meeting erleben Sie gemeinsam mit unseren Spitzenköchen ein nach Ihren Wünschen individuelles Kochevent. Exotisch, edel, verschärft, klassisch, als Menü oder als Gourmet-Fingerfood.

FEIERN

Individuell können Sie in unseren Räumen jeden Anlass feiern. Wir bieten Ihnen neben der klassischen Küche auch gerne ausgefallene Büffets oder Fingerfood Highlights an. Wählen Sie dazu aus unserem reichhaltigen Weinangebot den passenden Tropfen aus.

IN VINO VERITAS

Holterhöfe 15, 47877 Willich
T 02154.8140854, F 02154.8889915
Öffnungszeiten: Di bis So + Feiertags
10 bis 23 Uhr, Küche bis 22 Uhr
www.i-v-v-weinhandel.de
www.facebook.com/In.Vino.Veritas.Willich



HIGHLIGHTS IM APRIL

KLASSIK

4. Sinfoniekonzert



Im 4. Sinfoniekonzert haben die Niederrheinischen Sinfoniker und GMD Mihkel Kütson eine besondere Solistin mit einem besonderen Instrument zu Gast: die junge Trompeterin Tine Thing Helseth. Die gebürtige Norwegerin gehört zu den führenden Solisten ihrer Generation – und dies mit einem Instrument, das wohl meist eher mit Männern in Verbindung gebracht wird. Aber sie beweist das Gegenteil und fasziniert mit ihrem technisch perfekten Spiel, das selbst sanfte Pianoklänge mühelos beherrscht, und ihrem gesanglichen, weichen Ton. Bei den Niederrheinischen Sinfonikern wird die 25-jährige Musikerin im Trompetenkoncert von Daniel Schnyder, geboren 1961, ihr Können unter Beweis stellen. Als weitere Besonderheit – und Herausforderung für die Solistin – verbindet Schnyder in dem Werk Klassik und Jazz miteinander. Zum Auftakt des Konzerts erklingt die Orchesterfassung der zauberhaften Suite Ma Mère l'oye von Maurice Ravel, in der er Märchen wie „Der kleine Däumling“ in Musik verwandelte. Als Abschluss folgt eine weitere Orchestersuite: Der Feuervogel von Igor Strawinsky.

Mi. 17.4.2013, 20:00 // Theater Mönchengladbach, Konzertsaal
Do. 18.4.2013, 20:00 // Kaiser-Friedrich-Halle

CHOR

groove!night 2013



Ein Chor ist zum Singen da. Das gilt auch den groove!chor aus Mönchengladbach. Der an die Musikschule groove!institute angeschlossene gemischte Chor kann aber auch auf Kommando Regen fallen lassen, ohne, dass man nass wird. Wie das geht, wird er im „Roten Krokodil“ zu Wickrath beweisen. Seit vier Jahren sorgt das 60-köpfige Ensemble gemeinsam mit dem jugendlichen Trommelwirbel von Stix Mix (groove!institute) und der Gladbacher Quasestrippe Trude Backes für ein ausverkauftes Haus und ein begeistertes Publikum. Die klei-

nen kreativen Zellen des Chores laden zum Swingen und Träumen ein, gute Solistinnen bereichern den Klang. Für die sichere instrumentale Unterfütterung des Chors garantiert die Band, ausgezeichnet besetzt mit Janek Wilholt (Keyboard), Carsten Grüter (Drums), Chris Jung (Bass) und Vitus Micha (Gitarre). Frei nach dem Motto „Tue Gutes und singe dazu!“ wird der Gewinn 2013 an die ÖJE (Ökumenische Jugendarbeit Eicken) gehen. Deshalb freut sich der groove!chor auch über eine Premiere der besonderen Art: Die Eickener Rap-Formation „Trey Music“ wird bei der groove!night 2013 erstmals Auszüge ihrer neu veröffentlichten CD zum Besten geben.

Sa. 20.4.2013, 20:30 + So. 21.4.2013, 16:00 // Kunstwerk Wickrath

THEATER

Hagel auf Zamfara



Eine Frau im Norden Nigerias ist zu Unrecht des Ehebruchs angeklagt und von einem Scharia-Gericht zum Tod durch Steinigung verurteilt worden. In ihrer Gefängniszelle vergegenwärtigt sie sich die Stationen ihrer Geschichte: Wie sie sich zur Wehr gesetzt hatte, als ihr Mann begann, sie zu prügeln. Wie er sich eine zweite Frau nahm, ein Mädchen, kaum älter als die gemeinsame Tochter Fatima mit ihren vierzehn Jahren. Wie ihm das Mädchen einen Jungen gebar, den lang ersehnten Sohn – und damit die eigentliche Tragödie erst begann ...

„Hagel auf Zamfara“ ist ein zorniges Stück

gegen religiöse Scheinheiligkeit und Fundamentalismus, das nicht im Islam das Problem verortet, sondern in dessen Versteinigung unter reaktionären Herrschaftsverhältnissen. Auslöser für das Stück war die Institutionalisierung der Scharia-Gesetzgebung in einigen nördlichen Bundesstaaten Nigerias in den Jahren 1999/2000.

So. 21.4.2013, 19:30 (Premiere) // Theater Mönchengladbach, Studio

Weitere Termine: 25.4., 14.5., 25.5., 5.6., 28.6., jeweils 19:30



KONZERTE

KLASSIK & CHOR

5. Meisterkonzert
 Do. 11.4.2013, 20:00
 Ingolf Wunder (Klavier) spielt Werke von Frédéric Chopin, Raoul Koczalski, Moritz Moszkowski, Claude Debussy, Sergej Rachmaninow, Alexander Skrjabin, Vladimir Horowitz und Franz Liszt.
Kaiser-Friedrich-Halle
 » siehe Seite 56 oben

4. Kammerkonzert: Amerika
 So. 14.4.2013, 11:00
 Die Blechbläser der Niederrheinischen Sinfoniker spielen „Fanfare for the common Man“ von Aaron Copland, „An American in Paris“ von George Gershwin, „Suite from West Side Story“ von Leonard Bernstein u. a.
Theater Mönchengladbach
 » siehe Seite 57 oben

Force of Nature
 So. 14.4.2013, 18:00
 Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt unter Leitung von Lavarad Skou Larsen Werke von Philip Glass, David Balakrishnan und Ludwig van Beethoven; mit Mark Summer (Violoncello).
Zeughaus Neuss

3. Debut-Konzert
 Do. 18.4.2013, 19:00
 Soloprogramme von Kha-Tu Julia Nguyen und Linda Walter (jeweils Piano) sowie Justus Strickling und Emil Adler (jeweils Akkordeon). Eintritt frei!
Kaiser-Friedrich-Halle, Balkonsaal

4. Sinfoniekonzert der Niederrheinischen Sinfoniker
 Mi. 17.4.2013, 20:00
Theater Mönchengladbach
 Do. 18.4.2013, 20:00
Kaiser-Friedrich-Halle
 Maurice Ravel: „Ma Mère l'oye“; Daniel Schnyder: Trompetenkoncert, Igor Strawinsky: „Der Feuervogel“; Solistin: Tine Thing Helseth (Trompete).
 » siehe „Highlights“

Frühlingskonzert: Vogelstimmen
 Fr. 19.4.2013, 19:00
 Veranstalter: Freunde und Förderer von Schloss Dyck e. V.
Schloss Dyck, Jüchen

5. Schlosskonzert
 Fr. 19.4.2013, 20:00
 Thorsten Johanns (Klarinette) und Moritz Eggert (Klavier) spielen Werke von Carl Maria von Weber, Robert Schumann, Johannes Brahms, Jörg Widmann und Moritz Eggert.
Schloss Rheydt, Rittersaal
 » siehe Seite 58 oben

groove!night 2013
 Sa. 20.4.2013, 20:30
 So. 21.4.2013, 16:00
 groove!chor & Friends in Concert.
Kunstwerk Wickrath
 » siehe „Highlights“

klangvoll | Rheydt macht Musik
 So. 21.4.2013, 15:00
 Chorkonzert mit „Cantica nova“. Eintritt frei!
Stadtteilbibliothek Rheydt

Junges Podium
 Di. 23.4.2013, 19:30
 Förderklassenschüler musizieren.
 Eintritt frei!
City-Haus, Raum 109

Die Rote Violine
 Sa. 27.4.2013, 19:00
 Konzert des Jugendsinfonieorchesters.
Musikschule, Carl-Orff-Saal

Fabian Freesen
 Sa. 27.4.2013, 20:00
 Klassisches Gitarrenkonzert mit Werken von Mertz, Turina, Tedesco, Tarrega, Iannarelli und De Lucia.
TIG – Theater im Gründungshaus

Junges Podium
 Di. 30.4.2013, 19:00
 Förderklassenschüler musizieren.
 Eintritt frei!
Musikschule, Carl-Orff-Saal

JAZZ & CO.
Futschikato Jazz Session
 Do. 4.4.2013, 20:00
Messajero

Jazz-Frühschoppen
 So. 7.4.2013, 12:00-15:00
 HPT-Jazzverein und Sängerin Jutta.
Ratskeller Rheydt

Jazz am Schmolderpark:
Old Market Stompers
 Mi. 10.4.2013, 19:30
Gasthaus am Schmolderpark

Jazz in der Brauerei
 Do. 11.4.2013, 19:30
 „Boundless Dixieland Quartet“.
Brauerei Zum Stefanus

Jazz & Wein
 Do. 11.4.2013, 20:00
 Night Train Jazz Trio.
Restaurant Orofino

vino e musica ... mit The Chicktones
 Do. 18.4.2013, 19:00
 Jazz- und Showklassiker von den 20er-Jahren bis heute mit Marcus Schinkel (Piano und Melodika) und Nadine Pungs (Gesang).
Kult + Genuss

Jazz-TIG
 Do. 18.4.2013, 20:00
 Very Hot Stuff Bigband.
TIG – Theater im Gründungshaus

Jazzmatinee
 So. 21.4.2013, 11:00
 Bigband Dicke Lippe, Junior-Bigband, Popchor Just sing it!
Musikschule, Carl-Orff Saal

Brass in Concert
 So. 21.4.2013, 18:00
Kaiser-Friedrich-Halle

Swing in der Brauerei
 Do. 25.4.2013, 19:30
 Jazz der Swing-Ära mit dem Sextett „Swing Fashion“. Eintritt frei!
Brauerei Zum Stefanus

Jazz-Visions:
Esther Berlansky und Band
 Fr. 26.4.2013, 20:00
BIS-Zentrum
 » siehe Seite 60 oben

ROCK & POP

Live im Terminal:
Jutta Weinhold
 Fr. 5.4.2013, 20:30
Todd Wolfe Band
 Sa. 13.4.2013, 20:30
Flughafen Mönchengladbach

Stephan Sulke: Ich hab ein Lied für Dich geschrieben
 Do. 11.4.2013, 20:30
Mrs. Greenbird
 Fr. 19.4.2013, 20:30
 Shooting Stars & Fairy Tales-Tour 2013.
Kunstwerk Wickrath

Rockstadl live
 Sa. 13.4.2013, 19:00
 Mit „Drowning In Preconception“, „Salgoons Samsara Circle“, „Sinner Are Saints“.
Roots Club

Treffpunkt Beat-Club
 Fr. 19.4.2013, 20:00
 Talk und Live-Musik mit „Pinball“.
Hutkonzert: Wolfgang Theuerzeit
 Do. 25.4.2013, 20:00
TIG – Theater im Gründungshaus

Kings of Floyd
 Sa. 20.4.2013, 20:00
 Pink Floyd-Coverband.
Denk Mal... Geneickener Hof

Nothington, Tim Vantol, Masked Intruder
 Mi. 24.4.2013, 19:30
Roots Club

Paveier
 Do. 25.4.2013, 20:00
 Fr. 26.4.2013, 20:00
 Konzerte zum 30-jährigen Bühnenjubiläum der Kölner Mundart- und Karnevalsband.
Gaststätte Vennen, Korschebroich

Double Feature Concert
 Fr. 26.4.2013, 21:00
 Mit „Dreadnut Inc.“ (Reggae, Funk, Hiphop, Ska) & „Le Fly“ (Tanzmusik), anschl. Aftershowparty mit DJ Süli.
Projekt42
 » siehe Seite 60 oben

AREA 41
 Di. 30.4.2013, 20:00
 Tanz in den Mai.
Denk Mal... Geneickener Hof

hands up
 Di. 30.4.2013, 20:00
 Tanz in den Mai mit Hits der letzten 40 Jahre Musikgeschichte.
Festzelt Dorfanger, MG-Bettrath

Go Sista
 Di. 30.4.2013, 21:00
 Tanz in den Mai.
Messajero



AUSSTELLUNGEN

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.
Galerie Löhrl

400.000 Jahre Vergangenheit Rheindahlen

Sa. 6.4.2013, 14:00-17:00
Ein Team von Hobbyarchäologen führt die Besucher durch die Dauerausstellung im archäologischen Museum mit alt- und jungsteinzeitlichen Original-Steinwerkzeugen und -geräten aus der Ziegeleigrube Dreesen und der unmittelbaren Umgebung, Grabungsfotos, Lösprofilen etc.
Wasserturm Rheindahlen

Form, Farbe, Vielfalt

Fr. 12.4.2013, 19:30
Sa. 13.4.2013, 12:00-18:00
So. 14.4.2013, 11:00-18:00
Eine 12-köpfige Künstlergruppe zeigt fantasievolle Holzskulpturen, filigrane Schmuckstücke, Figuratives aus Ton und Papier, Elegantes aus Seide, sowie Plastisches aus Blech und edle Designstücke aus Glas.
Eintritt frei!
Nassauer Stall, Schloss Wickrath

3 x 3 – Triolog der drei Religionen Judentum, Christentum und Islam Licht

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

Illustration für Kinder – von der Skizze zum fertigen Kinderbuch

ab So. 20.4.2013 bis Mo. 29.4.2013
Eröffnung: So. 20.4.2013, 19:00
12:00-16:00 sa + so
Fünf Illustratoren zeigen aktuelle Arbeiten aus den Bereichen Buch und Non-Book für Kinder, wobei die Stilrichtungen der fünf Zeichner und die verwendeten Materialien breit gefächert sind: Von Aquarell über Buntstift bis Digital-Vektor wird der Entstehungsprozess vom ersten Scribble zur Ideenfindung bis zum fertigen Produkt in den verschiedenen Arbeitsschritten erklärt. Beteiligte Künstler sind: Michael Bayer, Sebastian Coenen, Marion Elitez, Claudia Heine und Ruth Zadow.
EA 71

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

bis So. 5.5.2013
Werke des Bildhauers.
Kunstfenster Rheydt

Mönchengladbacher Hängung

ab Sa. 13.4.2013 bis So. 12.5.2013
Eröffnung: Sa. 13.4.2013, 19:30
11:00-14:00 so
Der in Mönchengladbach lebende Bildhauer Wolfgang Hahn setzt sich mit den Eigenwilligkeiten des Ausstellungsraumes auseinander.
MMIII Kunstverein e. V.

Lonelyfingers – Konversationsstücke

bis So. 2.6.2013
11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa + so
Fundstücke aus Künstlerateliers von Daniel Barroca, Jay Battle, Jaroslav Flindčínský, Jessica Gispert, Manuel Graf, Owen Gump, Diango Hernández, Rita McBride, Anne Pöhlmann, Glen Rubsam, Tom Sloan und Monika Stricker.
Stadt. Museum Abteiberg

Steam

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

Linie Kunst: Innenraum

bis Do. 27.6.2013
8:00-17:00 mo-do, 8:00-13:00 fr
Ausstellung von Nicole Peters.
Auf den ersten Blick haben die Bilder alle etwas gemeinsam: eine Art Horizontlinie. Dargestellt wird aber keine Landschaft im eigentlichen Sinn, obwohl die Natur eine große Inspirationsquelle für die Farbkombinationen von Nicole Peters ist. Es geht eher darum, „innere Landschaften“ sichtbar zu machen. Auch der Horizont ist in Wirklichkeit keine echte Linie, vielmehr treffen dort Farbflächen aufeinander – schweben voreinander, durchdringen sich, leuchten hinter der anderen hervor oder durch die andere hindurch.
NEW-Hauptverwaltung, Foyer

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



Auswärts essen

bis So. 30.6.2013
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 spielten und noch immer spielen.
Stadt. Museum Schloss Rheydt

Renate Fellner: Kinderträume

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

Spielzeugausstellung Schnelle

14:00-17:00 so
Weitere Öffnungszeiten nach vorheriger Anmeldung möglich.
Dauerausstellung mit historischen Puppenhäusern, Puppen, Steiftieren, Modellisenbahnen u. v. m.
Schröd 27, MG-Giesenkirchen



SPORT

AMERICAN FOOTBALL

Verbandsliga NRW
So. 21.4.2013, 15:00
2. Spieltag:
MG Wolfpack – Münster Mammut
Warsteiner Hockeypark

So. 28.4.2013, 13:00
18. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – DJK Arminia Ibbenbüren
Sportanlage Am Haus Lütz

Niederrheinliga Frauen

So. 14.4.2013, 13:00
18. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach II – SV Eintracht Solingen
Sportanlage Am Haus Lütz

B-Juniorinnen Bundesliga West/Südwest

Sa. 6.4.2013, 14:00
15. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – VfL Bochum

Mi. 10.4.2013, 14:00

Nachholspiel vom 11. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – 1. FC Köln
Sportanlage Am Haus Lütz

Sa. 20.4.2013, 16:00
15. Spieltag:
Gladbacher HTC – Mannheimer HC

So. 21.4.2013, 14:00
16. Spieltag:
Gladbacher HTC – Crefelder HTC
Hockeyplatz GHTC-Clubgelände

2. Feld-Bundesliga Nord Männer

Sa. 27.4.2013, 16:00
13. Spieltag:
Rheydter SV – Schwarz-Weiß Köln

So. 28.4.2013, 14:00

14. Spieltag:
Rheydter SV – Kahlenberger HTC
Hockeyplatz RSV-Clubgelände



HANDBALL

3. Liga West Männer

Sa. 6.4.2013, 19:30
24. Spieltag:
TV Korschenbroich – HSG Varel-Friesland

Fr. 19.4.2013, 20:00

26. Spieltag:
TV Korschenbroich – ART Düsseldorf
Waldsporthalle Korschenbroich Am Sportplatz 11a

Oberliga Männer

Sa. 6.4.2013, 19:30
23. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – ART Düsseldorf 2

Sa. 20.4.2013, 19:30

25. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – MTV Rheinwacht Dinslaken
Jahnhalle



HOCKEY

1. Feld-Bundesliga Männer

Sa. 6.4.2013, 16:00
11. Spieltag:
Gladbacher HTC – Harvestehuder THC

So. 7.4.2013, 12:00

12. Spieltag:
Gladbacher HTC – Club an der Alster

FUSSBALL

1. Bundesliga Männer

Sa. 6.4.2013, 15:30
28. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – SpVgg Greuther Fürth

Fr. 19.4.2013, 20:30

30. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – FC Augsburg
Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 42/43

Regionalliga West Männer

Di. 9.4.2013, 19:00
Nachholspiel vom 28. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – MSV Duisburg U23

So. 14.4.2013, 14:00

31. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – Wuppertaler SV Borussia

Sa. 27.4.2013, 14:00

33. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach U23 – Sportfreunde Siegen
Grenzlandstadion

A-Junioren Bundesliga West

Sa. 13.4.2013, 13:00
22. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Preußen Münster

So. 28.4.2013, 11:00

24. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Fortuna Düsseldorf
Borussia-Park

B-Junioren Bundesliga West

So. 7.4.2013, 11:00
22. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – Preußen Münster

Mi. 17.4.2013, 19:00

Nachholspiel vom 14. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – FC Schalke 04

So. 21.4.2013, 11:00

23. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – MSV Duisburg
Borussia-Park

Regionalliga West Frauen

So. 21.4.2013, 13:00
18. Spieltag:
Borussia Mönchengladbach – SV Germania Hauenhorst

PFERDESPORT

Trabrennen

Mo. 8.4.2013, 18:30
So. 28.4.2013, 14:00
Veranstalter: Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.
Trabrennbahn



SCHACH

Jugend-Stadtmeisterschaft 2013
Sa. 27.4.2013, ab 11:00
Kantine Fa. Schorch

TANZEN

Offene Stadtmeisterschaft Standard
Sa. 27.4.2013, ab 14:00
Senioren I D, Senioren I C, Senioren I B, Senioren I A, Senioren I S.
Eintritt für Kinder bis 12 Jahre frei!
TSC-Rheindahlen
Tanzforum Broicher Str. 13

TISCHTENNIS

Regionalliga West Frauen
Sa. 13.4.2013, 18:30
19. Spieltag:
DJK SF 08 Rheydt – TTg WRW Kleve II
Turnhalle Schule Waisenhausstraße



Markim Pause (Viernsen), Lasse Samström (Bonn), Patrick Salmen (Dortmund – siehe Foto) und Marco Jonas Jahn (Mönchengladbach) bitten endlich mal wieder in die Altstadt – zum laut-poetischen Vergnügen aller Beteiligten.

Storys, Verse, Anekdoten

Do. 4.4.2013, 20:30
Projekt 42

Vier Köpfe, vier Stimmen, vier unterschiedliche Stile. Alle huldigen dem gesprochenen Wort – heiter, absurd, konkret und leidenschaftlich. Fernab der Wettbewerbs-Situation beim Poetry Slam nehmen sich die Stammautoren der Gladbacher Lesebühne Zeit, dem Publikum ordentlich was auf die Lauscher zu geben.



Ingolf Wunder (Wuppertal) hat sich weltweit für Aufmerksamkeit. Als Preisträger tritt Ingolf Wunder in die Fußstapfen so bedeutender Pianisten wie Martha Argerich, Krystian Zimerman, Vladimir Ashkenazy u. a.

5. Meisterkonzert

Do. 11.4.2013, 20:00
Kaiser-Friedrich-Halle

Mit seinem Erfolg beim Chopin-Wettbewerb 2010 in Warschau hat Ingolf Wunder eindrucksvoll unter Beweis gestellt, dass er ein Chopin-Interpret allerersten Ranges ist. So erspielte sich der junge Österreicher bei dem legendären Klavierwettbewerb nicht nur den 2. Preis, sondern auch mehrere Sonderpreise und den Publikumspreis. Nicht zuletzt löste die Juryentscheidung eine lebhaft öffentliche Debatte aus und sorgte weltweit für Aufmerksamkeit. Als Preisträger tritt Ingolf Wunder in die Fußstapfen so bedeutender Pianisten wie Martha Argerich, Krystian Zimerman, Vladimir Ashkenazy u. a.

MO1 > APRIL

KIDS

Kinder-Oster-Tour
Zwischen Spiel und Spaß rund um die Stadtgeschichte steht das Thema Ostern im Mittelpunkt.
Veranstalter: MGMG.
15:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Parkplatz Geroweiher

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs. Eintritt frei!
22:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Schlossfrühling Schloss Dyck
Treffen mit dem Osterhasen für Familien, Pflanzen- und Gartenspezialisten.
10:00-18:00 Schloss Dyck, Jüchen
Trödelmarkt
11:00-18:00 Parkplatz Adler
Ostervolksfest
Kreuzweierplatz MG-Odenkirchen
Ostervolksfest
Geroplatz

SONSTIGES

Osterbrunch
Mit allem was dazu gehört.
11:30-15:00 Lehmanns Restaurant

DI2 > APRIL

KIDS

Acrylmalerei
Osterferien-Zeichnenkurs.
10:00-12:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Wer? Wie? Wasser?
Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Waldhaus 12 e. V.
13:30-17:30 Margarethengarten, Margarethenstr. 1, MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Workshop Filzen
Osterferienkurs.
14:00-16:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Offener Treff für Jugendliche
18:00-21:00 Jugendheim MG-Betrath

PARTY

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

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
7:00-14:00 Messegelände Nordpark
Ostervolksfest
Kreuzweierplatz MG-Odenkirchen
Ostervolksfest
Geroplatz

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden
Informationsveranstaltung.
10:00 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie Führung durch den Kreißelsaal.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus

MI3 > APRIL

BÜHNE

„I Love You, You're Perfect, Now Change“
Comedy-Musical von Jimmy Roberts (Musik) und Joe DiPietro (Text).
19:30 Theater Mönchengladbach, Studio
SingerSongwriterSlam
1 Musiker, 1 Instrument, 1 Song und 1 Publikum, das entscheidet, wer am Ende als Gewinner die Bühne verlässt.
20:30 BIS-Zentrum

KIDS

Von Riesen, Zwergen und Seeungeheuern
Osterferienkurs für Kinder ab 8 Jahre.
10:00-12:15 Städt. Museum Schloss Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Blumen aus Papier
Osterferienkurs.
11:00-13:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Wer? Wie? Wasser?
Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Waldhaus 12 e. V.
13:30-17:30 Margarethengarten, Margarethenstr. 1, MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

PARTY

Rock around the clock
19:00 American's
Übungsparty
19:30 Tanzschule „More than Dancing“
StudNight
3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito
1 Jahr Housebrause
Mit den DJs Sebastian Rebig, Robert Herx, Dennis Holtschoppen & guest Alex & Paetra.
20:00 Projekt 42
Press Play
Mit DJ Teddy-O.
21:00 Graefen clubbing

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
22:00 Raum 38
Kommune 61
Dance, Hip Hop, Classics mit den DJs SayWhaatt, Budda und Freetz.
Mädels freier Eintritt, 50 % auf Drinks.
23:00 Rossi

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden
Informationsveranstaltung.
10:00 Berufsinformationszentrum

VORTRÄGE

Informationsabend für werdende Eltern
Rund um Schwangerschaft und Geburt.
18:00-20:30 Krankenhaus Neuwerk, Eltern-Kind-Zentrum

SONSTIGES

Jobbörse
Stellensuche leicht gemacht.
Umfassende Informationen zu allen Berufen von A bis Z.
9:00 Berufsinformationszentrum
Von Mönchen, Sagen und Legenden
Eine Geschichtsstunde der ganz besonderen Art bietet der Spaziergang durch die Mönchengladbacher Altstadt. Veranstalter: MGMG.
19:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Parkplatz Geroweiher
„Beautiful Creatures“
After-Work-Kino.
20:30 Comet-Cine-Center

DO4 > APRIL

BÜHNE

„Jetzt rede ich!“
Kabarett mit Hans-Hermann Thielke.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)
„Le Villi / Suor Angelica“
Zwei Opern von Giacomo Puccini in italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Stoffdruck
Osterferien-Textilkurs.
10:00-12:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Von Riesen, Zwergen und Seeungeheuern
Osterferienkurs für Kinder ab 8 Jahre.
10:00-12:15 Städt. Museum Schloss Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Wer? Wie? Wasser?
Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Waldhaus 12 e. V.
13:30-17:30 Margarethengarten, Margarethenstr. 1, MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

PARTY

Rock around the clock
19:00 American's
Cocktail Time@Cocos
19:00 Cocos
Friday Night
Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastikue

LITERATUR

Die Gladbacher Lesebühne
Storys, Verse, Anekdoten.
20:30 Projekt 42
» siehe oben

PARTY

StudNight
3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito
Abiparty Hugo Junkers
Mit H2H.
22:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Ostervolksfest
Geroplatz
SONSTIGES
Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürrip – jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde, Nakatenusstr. 95

FR5 > APRIL

KIDS

Von Riesen, Zwergen und Seeungeheuern
Osterferienkurs für Kinder ab 8 Jahre.
10:00-12:15 Städt. Museum Schloss Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Nähkurs für Kinder
11:00-13:30 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Wer? Wie? Wasser?
Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Waldhaus 12 e. V.
13:30-17:30 Margarethengarten, Margarethenstr. 1, MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

PARTY

Workshop Filzen
Für Mutter und Kind.
14:00-16:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Elfen und Feen
Osterferien-Zeichnenkurs.
15:00-17:00 Cafe Kreativ
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39
Töpferei wie die Römer
Osterferienkurs für Kinder ab 8 Jahre.
15:00-17:15 Städt. Museum Schloss Rheydt
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 36/37

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten
Ü-35-PARTY HEISS & KULTIG
am Fr, 5. April 2013, ab 22 Uhr
FRIDAY-NIGHT-FEVER
Eintritt frei
am Sa, 12. April 2013, ab 22 Uhr
www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 - Tel. 021.61-821.20.60

PARTY

Rock around the clock
19:00 American's
Cocktail Time@Cocos
19:00 Cocos
Friday Night
Club, House, Lounge-Musik.
20:00 Bar Plastikue

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
Süßstoff
22:00 Graefen clubbing
Ü35-Party
Heiß und kultig!
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.
23:00 Black & White
Frontline (Crossover)
Von Hip Hop über Alternative bis Punk.
23:00 Projekt 42
Metalmania
Metal mit DJ Antropophagus und DJ Filthgrinder.
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club

FESTE | MÄRKTE

Ostervolksfest
Geroplatz
SONSTIGES
DRK-Blutspendetermin
Retten Sie Leben – Spenden Sie Blut!
15:00-19:00 Elisabeth-Krankenhaus, Mitarbeitercafeteria
Workshop Tages-Make-up
Schritt für Schritt zum typgerechten Tages-Make-up.
19:00-21:00 Make-up Cafe

FESTE | MÄRKTE

Ostervolksfest
Geroplatz
SONSTIGES
DRK-Blutspendetermin
Retten Sie Leben – Spenden Sie Blut!
15:00-19:00 Elisabeth-Krankenhaus, Mitarbeitercafeteria
Workshop Tages-Make-up
Schritt für Schritt zum typgerechten Tages-Make-up.
19:00-21:00 Make-up Cafe

SA6 > APRIL

BÜHNE

„Verlorene Kinder/Bilder aus der Neuen Welt“
Ballett von Robert North; Musik: André Parfenov und Aron Copland.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Wer? Wie? Wasser?
Osterferienprogramm für Kinder von 6 bis 11 Jahre. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Waldhaus 12 e. V.
13:30-17:30 Margarethengarten, Margarethenstr. 1, MG-Eicken
» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

PARTY

Rock around the clock
19:00 American's
Cocktail Time Saturday@Cocos
19:00 Cocos

Saturday Night

20:00 Bar Plastikue
Übungsparty
20:00-23:00 TOMMYs Tanzstudio
Übungsparty im TSC-Rheindahlen
Für alle, die zu schöner Musik tanzen möchten.
20:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum Broicher Str. 13
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und die Hit-Giganten der 80er und 90er.
21:00 Almsause



Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Be my baby
Die neue Single-Party im Graefen.
22:00 Graefen clubbing
Samstag Nacht
22:00 Nacht
Nachtgalerie Samstag
22:00 Nachtgalerie
Sexy Black
100 % Black Music. 2 for 1 und Ladys freier Eintritt bis 0:00.
22:30 Black & White
goldviny!
Pop, Classics, House mit M-Rotation & J-Tag.
23:00 goldwasser
Global Beats & Bass
Drum 'n' Bass meets Global Beats mit DJ Rimmi in der Lounge und DJ Süli mit Global Beats & Bass Selection im Mainfloor.
23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Ostervolksfest
Geroplatz
SONSTIGES
DRK-Blutspendetermin
Retten Sie Leben – Spenden Sie Blut!
15:00-19:00 Elisabeth-Krankenhaus, Mitarbeitercafeteria
Workshop Tages-Make-up
Schritt für Schritt zum typgerechten Tages-Make-up.
19:00-21:00 Make-up Cafe

Break out!

Alternative, Rock, Indie, Partyclassics mit DJ Luca.
Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.
23:00 Roots Club
Freetz
Rock, Pop, Classics.
23:00 Rossi, Küche
Can I Kick It!
Oldschool-HipHop Party mit DJ Rix und S-One; guest: PB.
23:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Trödelmärkte
6:00-14:00 Trabrennbahn
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst
Ostervolksfest
Geroplatz

SONSTIGES

Wasserturm-Besichtigung
jeweils um 10:00, 11:00 und 12:00.
Wasserturm Wiersener Straße
Saisoneröffnung und Frühjahrshahrtage
10:00-17:00 Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg



4. Kammerkonzert: „Amerika“

So. 14.4.2013, 11:00

Theater Mönchengladbach, Konzertsaal

Im vierten Kammerkonzert der Niederrheinischen Sinfoniker dürfen sich die Musikfreunde auf das traditionelle Konzert der Blechbläser freuen. Diesmal haben die Musiker Werke ausgewählt, die amerikanisches Flair an den Niederrhein zaubern. Dies gilt gleich für das Eröffnungstück des

Vormittags, die beliebte „Fanfare for the common Man“ von Aaron Copland. Ebenso viel Stimmung kommt mit George Gershwins „An American in Paris“ auf – und spätestens bei der Suite aus Leonard Bernsteins West Side Story befinden sich wohl die meisten Konzertgänger mitten in einem amerikanischen Traum.

„Ein ungleiches Paar“

So. 14.4.2013, 18:00

Di. 16.4.2013, 20:00

BIS-Zentrum

Wohin soll eine Frau schon gehen, wenn sie nach 14 Ehejahren verlassen wird? Sie zieht natürlich zu ihrer Freundin. So zieht also Florence Unger nachdem sie von Sidney verlassen wurde zu ihrer Freundin Olive Madison.

Was der Beginn einer wunderbaren Frauen-WG sein könnte entwickelt sich bald zu einem eheähnlichen Haushalt mit allen dazu gehörenden Höhen und Tiefen ...



S07

> APRIL

BÜHNE

THEATER Extra | Soiree:

„Maskerade“

Komische Oper von Carl Nielsen.

17:00 Theatercafé Linol

„Pension Schöller“

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm

Jacoby.

19:30 Theater Mönchengladbach,

Große Bühne

„I Love You, You're Perfect, Now

Change“

Comedy-Musical von Jimmy Roberts

(Musik) und Joe DiPietro (Text).

19:30 Theater Mönchengladbach,

Studio

KIDS

„Mensch, Brahms“

3. Kinderkonzert der Niederrheinischen

Sinfoniker der Saison 2012/2013.

Mit Paula Emmrich als Kobold Kiko.

11:00 Theater Mönchengladbach

> siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

Museumsführung

Anhand eines Rätsels erfahren die Kinder mehr über die Stadtgeschichte von Mönchengladbach.

Für Kinder ab dem Schulalter.

15:00 Städt. Museum Schloss Rheydt

FESTE | MÄRKTE

2nd Hand Modemarkt für Frauen

11:00-16:30 Kaiser-Friedrich-Halle

>> siehe Seite 6

Trödelmarkt

11:00-18:00 Mühlentorplatz,

MG-Rheindahlen

Ostervolksfest

Geroplatz

SONSTIGES

Zierfisch- und Wasserpflanzenbörse

Veranstalter: Verein für Aquarien- und

Terrarienkunde Mönchengladbach e. V.

10:00-12:00 Kleingartenanlage

Pilatus Kall

Saisoneröffnung und Frühjahrs-

fahrtage

10:00-17:00 Club der LGB-Freunde

Rhein/Sieg

Karnevalsmuseum

11:00-14:00 Altes Zeughaus

Erster Sonntag

Stündlich Führungen durch die

Sammlung bei freiem Eintritt.

11:30-16:30 Städt. Museum Abteiberg

M08

> APRIL

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

VORTRÄGE

Vorsorgevollmacht und Patienten-

verfügung

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

Windows 8 – Was ist neu?

Referent: Guido Schleffler.

18:00 VHS, Haus Berggarten

Schönheitskurs mit Schüßler-Salzen

Vortrag von Gudrun Schneider.

18:30-21:00 Make-up Café

SONSTIGES

„Berg Fidel“

Deutschland 2011, Regie: Hella Wen-

ders. Filmvorführung des Regionalen

Bildungsnetzwerkes zum Thema

Inklusion. Eintritt frei!

18:00 BIS-Zentrum

D19

> APRIL

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.

17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Treff für Jugendliche

18:00-21:00 Jugendheim MG-Bettrath

PARTY

Discofox-Party

21:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

7:00-14:00 Messegelände Nordpark

VORTRÄGE

Informationen für Berufsrückkehrer

Tipps und Informationen zum beruf-

lichen Wiedereinstieg. Referentin:

Angelika König, Beauftragte für

Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

9:30-12:00 Berufsinformationszentrum

Eis am Äquator – Höhenbergsteigen

an den Vulkangipfeln Ecuadors

Einen Lichtbildvortrag über das Land

und die Besteigung der höchsten

Gipfel Ecuadors präsentiert Stephanie

Reichardt beim Sektionsabend der DAV

Sektion Bergfreunde Rheydt.

Gäste sind herzlich willkommen!

Eintritt frei!

20:00 Geneickener Bahnhof

SONSTIGES

Pflanzenführung durch den

Englischen Landschaftsgarten

Mit Parkleiter Berthold Holzhofer.

17:00 Treffpunkt: Schloss Dyck,

Rosenturm in der Gartenpraxis

MI10

> APRIL

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.

14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus

MG-Westend

Disco

18:30-21:30 Aktion „Freizeit behinder-

ter Jugendlicher“ e. V.

PARTY

Rock around the clock

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

19:00 America's

Übungsparty

19:30 Tanzschule „More than Dancing“

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezzalito

Blue Lounge Session ...

... präsentiert Birdy's Jamsession, die

freie Musiksession unter Leitung von

Rainer „Birdy“ Königs, bei der jeder

mitmachen kann.

21:00 Projekt 42



Familie Huppertz, Neuwerk

Wohntraum

Das Mehrwertpaket für Ihre Baufinanzierung.

- ✓ TOP-Konditionen
- ✓ 10%-Nachfinanzierungsreserve
- ✓ Sondertilgungsrecht
- ✓ ...



Jetzt alle Vorteile kennen lernen:
www.sparkasse-mg.de



Sparkasse
Mönchengladbach



5. Schlosskonzert

Fr. 19.4.2013, 20:00

Schloss Rheydt, Rittersaal

Im fünften Schlosskonzert werden der Klarinetist Thorsten Johanns (Foto) und der Pianist Moritz Eggert im Schloss Rheydt gastieren. Neben Musik von Carl Maria von Weber, Robert Schumann und Johannes Brahms stehen zwei Werke von Moritz Eggert auf dem Programm – vom Komponisten selbst erläutert und interpretiert. Mit seinen Kompositionen will Moritz Eggert zeigen, dass Musik kein abstraktes Klangspiel ist, sondern Empfindungen auslöst und geistige Welten repräsentiert. Seine Musik ist unterhaltsam und geistreich, nie epigonal, sondern stets mit eigenem Tonfall.

Press Play

21:00 Graefen clubbing

Midewo

22:00 Raum 38

Kommune 61

Dance, Hip Hop, Classics mit DJ Budda. Mädels freier Eintritt, 50 % auf Drinks. 23:00 Rossi

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt Trabrennbahn

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

VORTRÄGE

Die langen Schatten des deutschen Untergangs

Vortrag der Friedrich-Spee-Akademie. 19:00 Gemeindezentrum Rheydt-West
Caspar David Friedrich
Forum Kultur. Referent: Detlev Kaesler. 19:30-21:00 VHS, Haus Berggarten

SONSTIGES

Jobbörse

Stellensuche leicht gemacht. Umfassende Informationen zu allen Berufen von A bis Z.

1. BVMW-Unternehmerkongress Rhein-Ruhr: „Change your Mind“

Für Firmeninhaber, Geschäftsführer und Selbstständige aus der Region. Veranstalter: Kreisverband Mönchengladbach im Bundesverband mittelständische Wirtschaft (BVMW).

10:00-18:00 Kaiser-Friedrich-Halle

„Oblivion“

Vorpremieren.

20:00 Comet Cine Center

Mittwochskino im BIS:

„The Artist“

Frankreich 2011, Regie: Michel Hazanavicius, 100 Min.

20:30 BIS-Zentrum

„Das Leben ist nichts für Feiglinge“

After Work Kino.

20:30 Comet Cine Center

DO11

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 Treff für Kids

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.

16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

PARTY

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezzalato

VORTRÄGE

Teamwork live – Ausbildung bei der Polizei

Einstieg und berufliche Perspektiven bei der Polizei. Referent: Gerhard Assmann, Einstellungsberater der

Polizeibehörde Mönchengladbach.

15:00-16:30 Berufsinformationszentrum

Studieren in den Niederlanden

Eine Alternative für den Abitur-Doppeljahrgang 2013!

15:00-17:00 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

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

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

Hygieneregeln in der Säuglingsversorgung

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

SONSTIGES

Nähworkshop für Anfänger

19:00-22:00 Cafe Kreativ

FR12

BÜHNE

„Herr Heuser vom Finanzamt: Wenn die Konten Trauer tragen“

Kabarett von und mit Gernot Voltz.

20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)

„Maskerade“ (Premiere)

Komische Oper in drei Akten von Carl Nielsen, Libretto von Vilhelm Andersen nach Ludwig Holberg.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

» siehe Seite 15

„Rosige Zeiten!“

Kabarett von und mit Robert Kreis

20:30 Kunstwerk Wickrath

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.

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

Filzverfahren

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

15:00-16:00 + 16:00-17:00 Cafe Kreativ

LITERATUR

Anja Wedershoven: „Schürfwunden – ein Tagebau-Roman“

Premierenlesung mit Tagebau-Fotos von Marion Überschaer.

19:00 Hochschule Niederrhein, Senatssaal S 301

» siehe Seite 17

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's

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

Zuhause

21:00 Graefen clubbing

Fetenhitz-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!

Friday Night Fever

22:00 Kastanienhof

Belinda

22:00 Nacht

Nachtgalerie Freitag

Party Classics.

22:00 Nachtgalerie

I love Black

No. 1 in R&B. 2 für 1 bis 0:00.

23:00 Black & White

Rundfunk (Funky Tunes)

Mit Djs Barilafunk & Ju Rassic im Mainfloor und DJ Maze161 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

Budda

Dance, Hip Hop, Classics.

23:00 Rossi, Salon

SONSTIGES

NLP als Anwendung systemischen Arbeitens

9:00-18:00 FBS, Hansastraße

Plastisches Gestalten

Kurs mit Gisela Varzandeh.

18:00-21:00 Atelier Kunst und Keramik

Whisky tasting

Verkostung von mindestens sechs verschiedenen Whiskys/Rum; inkl. Wasser und kleinen Snacks „zum Neutralisieren“. Um Reservierung wird gebeten!

19:00 Kult + Genuss

Workshop Make-up für Mutter & Tochter

Gemeinsamer Schminkspaß für Mütter und Töchter.

19:00-21:00 Make-up Cafe

„Der Spuk von Darkwood Castle“

Krimidinner inkl. Getränke.

19:00 Restaurant Kaiser Friedrich in der Kaiser-Friedrich-Halle

» siehe Seite 12

SA13

BÜHNE

Famm Fatal! „Die pure Lust am Leben – wir machen's noch mal!“

Das SPD-Frauenkabarett Famm Fatal!

20:00 BIS-Zentrum

„Verlorene Kinder/Bilder aus der Neuen Welt“

Ballett von Robert North; Musik: André Parfenov und Aron Copland.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

Golden Girls: „Crazy Night“

Revue-Show.

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

„Feuer im Haus ist teuer, geh raus!“

Comedy von und mit Johann König.

20:30 Kunstwerk Wickrath



„Der Mörder ist immer der Täter“

Sa. 20.4.2013, 20:00

TIG – Theater im Gründungshaus

Die Frau ist tot, Tatwaffe Tortenheber. Kommissar Engelmann ermittelt, die charmante Liesel Weppen assistiert, die Zeugen schweigen, keine Spur von einer Spur. Da geschieht der nächste Mord. Und alles ist einer: Sascha Gutzeit. Schauspieler, Musiker und Autor in Personalunion spielt bzw. singt er alle Rollen selbst und komponierte auch noch die verbrecherischsten Songs, die seit dem „Kriminaltango“ geschrieben wurden. Und das alles für „Der Mörder ist immer der Täter“, die Kriminalkomödie, die den Straßenfegern der Ära „Stahlnetz“ in nichts nachstehen will.

KIDS

Lesezwerg

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

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

11:00-12:00 Zentralbibliothek



PARTY

Rock around the clock

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

19:00 American's

Cocktail Time Saturday@Cocos

19:00 Cocos

Saturday Night

Club, House, Lounge-Musik.

20:00 Bar Plastique

Ab in die Hütte!

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

Eintritt frei!

21:00 Almsause

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.

21:00 Foxbar

Hot Clubbing

21:00 Graefen clubbing

Hejo's Kultpalast

Rock, Alternative, Crossover, 60's und mehr.

22:00 Messajero

Samstag Nacht

Minimal, Techno, Electro.

22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

Party Classics.

22:00 Nachtgalerie

Sexy Black

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

22:30 Black & White

goldrausch

Dance, Funk, Classix mit DJ Budda.

23:00 goldwasser

Bass Culture

Crazy Dancehall & Reggae Vibes mit den Residents Top Gun Sound & friends.

Das SPD-Frauenkabarett Famm Fatal!

Free Mix-CDs für die ersten 100 Gäste!

23:00 Projekt 42

Aftershowparty

Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Freetz.

Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.

23:00 Roots Club

Rock Garden

90's-Rock, Classics mit DJ Rockadisco.

23:00 Rossi, Küche

Sip Whaat

Happy Hour, Classics, House.

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

Flohmarkt für Frauenbekleidung

13:00-17:30 FBS, Hansastraße

SONSTIGES

Nähworkshop für Anfängerinnen

9:30-14:00 FBS, Anna-Ladener-Haus

Plastisches Gestalten

Kurs mit Gisela Varzandeh.

10:00-16:00 Atelier Kunst und Keramik

Vorführung Nähen

Mit Ruth Greeven.

11:00-15:00 Mayersche Buchhandlung, Vis-A-Vis

Mythos Borussia – Deutsche Fußballroute NRW

Elf Stationen, die untrennbar zur Borussia gehören, werden bei der etwa 3,5-stündigen Tour angefahren.

Veranstalter: MGMT.

11:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Parkplatz Gerweiher

SO14

BÜHNE

THEATER Extra | Frühstücks-Matine:

„Hagel auf Zamfara“

Drama von Sefi Atta.

Frühstück ab 10:00.

11:15 Theatercafe Linol

„Ein ungleiches Paar“



„Best of Tango – Best of Lyrik!“

So. 21.4.2013, 11:00
BIS-Zentrum

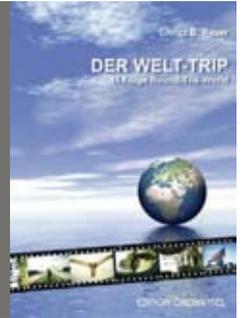
Nach einem erfolgreichen gemeinsamen Auftritt bei der „Nacht der Bibliotheken“ 2011 entschlossen sich das Duo „Che Tango“ (Lena Kolo und Susanne Ostermann) und der Lyriker Manfred Michael Bohn, weitere künstlerische Wege gemeinsam zu beschreiten. Im Sommer 2012 präsentierten die drei Künstler ein neues Programm unter dem

Titel „Best of Tango - Best of Lyrik!“ Die mitreißende, vielschichtige und virtuose Präsentation des Duos „Che Tango“ und die überzeugende Stimmführung des Lyrikers bilden einen Spannungs- und Wahrnehmungsbogen, der das Publikum verzaubert und begeistert.

„DER WELT-TRIP. 11 Flüge Round-The-World“

Do. 25.4.2013, 20:00
BIS-Zentrum

Chrizz B. Reuer stellt seinen neuen Roman vor. Mit einem Bündel Linientickets ging es einmal um die Welt. Einzige Bedingung: Es durfte nur in eine Richtung geflogen werden, d.h. es gab kein Zurück! Der Erzähler ist gleichzeitig geschockt wie fasziniert von Indien, anschließend krank und genervt in Thailand, amüsiert in Singapur, begegnet Hongkong in Hektik, ist einsam und in Not und dann mit freundlichen Japanern verlinkt in Tokyo, erholt sich auf Hawaii, erkundet Schönheiten und Abgründe von Los Angeles und San Francisco, und vieles davor, danach und dazwischen.



Tinnitus

Akustische CR-Neuromodulation bei chronisch-tonalem Tinnitus. Referenten: Dr. Ute Hegemann-Gärtner, Dr. Udo Grosser.

19:00 Haus Erholung, Konferenzraum I

Trennung – Scheidung – Unterhalt
19:30-21:00 FBS, Hansastraße

Klärung historisch bedeutsamer Abstammungsfragen mittels DNA-Analytik

Forensik am Beispiel der russischen Zarenfamilie, Kaspar Hauser und Martin Bormann. Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. 20:00 Haus Erholung

SONSTIGES

Nähe

11:00-17:00 Café Kreativ

Bibliobus

Medien in französischer Sprache. 12:00-14:00 + 15:00-17:00 Zentralbibliothek

Fitness vom Teller

Die richtige Lebensmittel-Auswahl fördert eine schnelle Regeneration nach dem Sport.

14:00 InfoCenter der NEW

Rheydter Rundgang

Ein etwa 1,5-stündiger Rundgang durch Rheydt vermittelt die Geschichte einer Stadt durch das persönliche Erleben von Wirken und Werken der Menschen. Veranstalter: MGMG. 19:00 Treffpunkt: Rathaus Rheydt, vor dem Ratskeller

MI17

> APRIL

BÜHNE

„Der Kirschgarten“

Komödie von Anton Čechov. 20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

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

Disco

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

LITERATUR

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. Eintritt frei! 20:00 BIS-Zentrum

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's

Übungsparty

19:30 Tanzschule „More than Dancing“

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezzalito

Press Play

21:00 Graef clubbing

Blue Lounge Session ...

... präsentiert Double Feature Concert mit „April“ (Indiewave, NL) & „Kids With Guns“ (Elektropop, NL).

21:00 Projekt 42

Midewo

22:00 Raum 38

Kommune 61

DJ Say Whaat: Hip Hop, Classics, House. Mädels freier Eintritt, 50 % auf Drinks. 23:00 Rossi

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

VORTRÄGE

Menschenkenntnis leicht gemacht

Referentin: Andrea Mills.

19:30 VHS, Haus Berggarten

Joseph Freiherr von Eichendorff

Forum Kultur. Vortrag zum 225.

Geburtstag von Georg Adler.

19:30-21:15 VHS, Haus Berggarten

Erziehung zur Freiheit – das Ziel der Waldorfpädagogik

Vortrag der Anthroposophischen

Gesellschaft.

20:00 Rudolf Steiner Schule

SONSTIGES

Jobbörse

Stellensuche leicht gemacht.

Umfassende Informationen zu allen

Berufen von A bis Z.

9:00 Berufsinformationszentrum

Ladies Night: „Das hält kein Jahr ...!“

20:00 Comet Cine Center

DO18

> APRIL

BÜHNE

„Pension Schöllner“

Schwank von C. Laufs und W. Jacoby.

20:00 Theater Mönchengladbach,

Große Bühne

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.

17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre;

mit Jugend-Disco.

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Treff für Kids

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.

16:00-18:00 Jugendheim MG-Betrath

PARTY

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezzalito

VORTRÄGE

Informationsabend für werdende Eltern

Rund um Schwangerschaft und Geburt. 18:00-20:30 Krankenhaus Neuwerk, Eltern-Kind-Zentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Wissenswertes rund um die Geburt mit

Chefarzt Dr. Harald Lehnen sowie

Führung durch den Kreißelsaal.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

Hugo Junkers, ein Pionier der Luftfahrt

Vortrag der Friedrich-Spee-Akademie.

19:00 Gasthaus am Schmolderpark

Klimaschutz in Mönchengladbach

Gesellig in den Wandel.

19:00 Ladenlokal

SONSTIGES

Begegnungscafé

Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und

Spiele. Der neue Treffpunkt in Lürip –

jeder ist herzlich willkommen!

15:00-17:00 Christengemeinde,

Nakatenusstr. 95

+++ ENTERTAINMENT IN IHRER NÄHE +++ ENTERTAINMENT IN IHRER NÄHE +++

Seidenweberhaus Krefeld



25.09
2013

Ingo Appelt
Frauen sind Göttinnen



20.11
2013

German Tenors



29.11
2013

Thorsten Havener
Ich weiß, was Du denkst



Seidenweberhaus
Krefeld

Theaterplatz 1 · D-47798 Krefeld
Telefon: +49 (0) 2151-7810-0

info@seidenweberhaus.de
www.seidenweberhaus.de

Ticket-Hotline: 01805-570075 (€ 0,14/Min. · Mobilfunkpreise können abweichen)



Dreadnut Inc.

Fr. 26.4.2013, 21:00
Projekt 42

Neben dickem Beat und fetten Bläsern liefern Dreadnut Inc. vor allem eine unglaubliche Spielfreude und Überzeugungskraft. Klar, dass das am Besten mit Offbeats funktioniert. Ohne Umschweife bauen die acht Musiker das in ihre Musik ein, was sie selbst am dicksten abfeiern und teilen dies vorzugsweise Live. Ob Reggae, Funk, Hip Hop oder Ska ist eigentlich nur Nebensache. Hauptsache es hebt einen aus den Schuhen. Seit zwei Jahren beweisen die Münsteraner, dass es auch ohne Plattendeal geht und kurven mit ihrem alten Setrabus quer durch Deutschland.

Fitness vom Teller

Die richtige Lebensmittel-Auswahl fördert eine schnelle Regeneration nach dem Sport.
19:00 InfoCenter der NEW



BÜHNE

„Die Welt ist eine Bandscheibe“

Comedy von und mit John Doyle.
20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)

„Für eine Handvoll Flözn“

Schwank des Millowitsch Theaters.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

„Der Kirschgarten“

Komödie von Anton Čechov.
20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

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

Kunterbunte Tiere

Zeichentrick mit Diplom-Designerin und Illustratorin Claudia Heine.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

Filzworkshop

Kinder filzen ihr persönliches Filzbild.
15:00-17:00 Cafe Kreativ

LITERATUR

„Teufelsacker“

Autorenlesung mit Carsten Steenberg.
20:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 16

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisspielgarten

FRIDAY-NIGHT-FEVER
Corona & Tequila 2 für 1 - Eintritt frei am Fr, 19. April 2013, ab 22 Uhr

Ü-40 PARTY
Fr, 26. 04., ab 22 Uhr - Eintritt frei

www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 · Tel. 021 61-8 21 20 60

PARTY

Rock around the clock

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

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

Tohuwabohtu

Neue Hip Hop-Veranstaltung mit Plattenpapatz.

21:00 Graefen clubbing

Fetenhits-Party

21:00 Mauerwerk

Friday Night Fever

Corona & Tequila 2 für 1. Eintritt frei!

22:00 Kastanienhof

Belinda

22:00 Nacht

Nachtgalerie Freitag

22:00 Nachtgalerie

I love Black

23:00 Black & White

Bassment

Finest of Drum 'n' Bass & Dubstep mit Djs Don Ki Li, Djanes Hactical & Rabella in der Drum 'n' Bass Lounge sowie Djs I.Dot & Tesq (Distracted) im Dubstep Mainfloor.

23:00 Projekt 42

A Tribute to Korn

Rock, Alternative, Indie, Partyclassics mit DJ Archetype.

Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.

23:00 Roots Club

Soul Kitchen

Hip Hop, Funk & Soul mit DJ S-One.

23:00 Rossi, Küche

Marwin

Dance, Pop, Classics.

23:00 Rossi, Salon

Groovebox

House Music Party mit offener Atelier-Lounge ab 22:00. Djs: Herbert Boese und Sebastian Rebig.

23:30 Das Blaue Haus

FESTE | MÄRKTE

Gartenwelt Schloss Rheydt

Pflanzen, Möbel, Grills, Brunnen, Dekoration, Mode, Kunst, Schmuck.

14:00-19:00 Schloss Rheydt

» siehe Seite 27



BÜHNE

Die DkDenz in action - Rheinland-Blues

Mit Chrizz B. Reuer, Barbara Klein, Martin Halotta, Heike Klein, Michael Bammes und Andreas Gorgs.

20:00 BIS-Zentrum

„Am Pult der Zeit“

Comedy von und mit Marco Tschirpke.

20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“ (ehem. Haus Ohlenforst)

„Blues Brothers - Unterwegs im Auftrag des Herrn“

Mit live gespielten Soul- und R&B-Klassikern nach dem Stoff des legendären Films aus dem Jahr 1980.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

„Der Mörder ist immer der Täter“

Musikalische Kriminalkomödie mit Sascha Gutzeit.

20:00 TiG - Theater im Gründungshaus

» siehe Seite 58 oben

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

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

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 für 1 und Ladies freier Eintritt bis 0:00.

22:30 Black & White

goldclash

Pop, Dance, Classix mit DJ Seth Gekko.

23:00 goldwasser

Dailyfresh HipHop Party

Mit der Dailyfresh DJ Crew im Main-floor und DJ Baifalunk mit Funk & Soul in der Lounge. Djs AndiTeller, Charlie Checknix und Seppobeats zusammen an den Wheels of Steel.

23:00 Projekt 42

American Pie Party

College Rock, Punkrock, Hip Hop mit DJ Luca und DJ El Bacon.

23:00 Roots Club

Respektable

Hip Hop, Pop, Indie mit DJ Vince_W.

23:00 Rossi, Küche

Budda

Dance, Hip Hop, Classics.

23:00 Rossi, Salon



FESTE | MÄRKTE

Trödelmärkte

6:00-14:00 Trabrennbahn

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

Gartenwelt Schloss Rheydt

Pflanzen, Möbel, Grills, Brunnen, Dekoration, Mode, Kunst, Schmuck.

10:00-19:00 Schloss Rheydt

» siehe Seite 27

SONSTIGES

Make-up Workshop

10:30-12:45 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus



Jazz-Visions: Esther Berlansky und Band

Fr. 26.4.2013, 20:00
BIS-Zentrum

Esther Berlansky, Jazz-Sängerin mit ungarischen Wurzeln gab bereits 2010 ein höchst erfolgreiches Konzert in den Jazz-Visions, nun wird sie ihre hervorragende, im Jahr 2012 erschienene CD „in between“ im BIS-Zentrum mit ihrer glasklaren und wunderschönen Stimme präsentieren!

Zusammen mit dem Vibraphonisten Mathias Forum Kultur. Lesung mit Jutta Profijt. Drama von Sefi Atta (Deutsch von Eva Plorin).



BÜHNE

Kulturfrühstück:

„Best of Tango! – Best of Lyrik!“

Mit Lena Kolo (Akkordeon), Susanne Ostermann (Cello) und Manfred Michael Bohn (Lyrik).

11:00 BIS-Zentrum

» siehe Seite 59 oben

„Das ist der Mindest-Hohn“

Literarisches Kabarett von und mit Gunnar Schade.

19:00 TiG - Theater im Gründungshaus

„Hagel auf Zamfara“ (Uraufführung)

Drama von Sefi Atta (Deutsch von Eva Plorin).

19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

» siehe „Highlights“, Seite 54

„Die Fledermaus“

Operette von Johann Strauß.

19:30 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

„Neues vom Räuber Hotzenplotz“

Aufführung des Niederrhein Theaters nach dem Buch von Otfried Preußler für Kinder ab 4 Jahre.

15:00 Theater Spielplatz

» siehe „Tipps für Kids“, Seite 38/39

FESTE | MÄRKTE

Gartenwelt Schloss Rheydt

Pflanzen, Möbel, Grills, Brunnen, Dekoration, Mode, Kunst, Schmuck.

10:00-18:00 Schloss Rheydt

» siehe Seite 27

Trödelmarkt

11:00-18:00 Parkplatz Roller

SONSTIGES

Mit Ross und Planwagen durch die Innenstadt

Stadtrundfahrt bei gemütlichen 6 km/h. Veranstalter: MfMG.

11:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Parkplatz Geroweiler

Lonelyfingers – Konversationsstücke

Führung durch die Ausstellung mit Gabriela Seith.

11:30 Städt. Museum Abteiberg

Textile Vergangenheit von Mönchengladbach

Führung durch das Textilmaschinen-depot des Museums Schloss Rheydt. Die Besucher erfahren viel über die Geschichte der Flachsverarbeitung und die Hand- und Maschinenweberei in der Region.

14:00-16:00 Boetzelen-Höfe, Künkelstr. 125



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

VORTRÄGE

Farb-, Stil-, Image- und Bekleidungsberatung

18:00-21:45 Familienbildungsstätte, Anna-Ladener-Haus

SONSTIGES

Nähworkshop „Platzwunder und Ordnungskisten“

Perfekte Kiste für das Kinderzimmer-chaos oder die vielen Zeitschriften.

10:00-12:30 Cafe Kreativ

Pflanzgefäße

Keramikkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Leitung: Dörte Springorum-Kölfen.

18:30-21:30 Städt. Museum Schloss Rheydt

DI23

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.

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

Offener Treff für Jugendliche

18:00-21:00 Jugendheim MG-Betrath

LITERATUR

ARTenLESE

Bei ARTenLESE finden Leseratten Tipps für neue Lektüre und die Möglichkeit, sich über Gelesenes in geselliger Runde im BIS-Café auszutauschen.

Eintritt frei!

18:00 BIS-Zentrum

PARTY

Discofox-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs. Eintritt frei!

21:00 Kastanienhof

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

7:00-14:00 Messegelände Nordpark

VORTRÄGE

Gefahren im Internet

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

SONSTIGES

Nähcafe

11:00-17:00 Cafe Kreativ

MI24

BÜHNE

Richard O'Briens's „The Rocky Horror Show“ (Wiederaufnahme)

Deutsche Fassung von Frank Thannhäuser und Iris Schumacher.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.

14:00-



Smells like 90s

Sa. 27.4.2013, 22:00

Messajero

Am Samstag, den 27.4.2013 rocken die DJs Hejo Siemes und Markus Ludwig zum dritten Mal gemeinsam das Mönchengladbacher Messajero. An diesem Abend dreht sich wieder alles um Ohrwürmer des Grunge, Rock, Alternative-Rock, Britpop oder Pop-Punks der Neunziger Jahre. Die musikalische Zeitreise beginnt um 22 Uhr.

Mittwochskino im BIS:

„Maos letzter Tänzer“

Australien 2009, Regie: Bruce Beresford, 113 Min.

20:30 BIS-Zentrum

„Scary Movie 5“

Vorpremiere.

Comet Cine Center

DO25

> APRIL

BÜHNE

„Hagel auf Zamfara“

Drama von Sefi Atta (Deutsch von Eva Plorin).

19:30 Theater Mönchengladbach, Studio

» siehe „Highlights“, Seite 54

KIDS

Girls' und Boys' Day

Berufs- und Studienorientierungstag für Mädchen und Jungs!

8:00-16:00 Berufsinformationszentrum

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.

17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre; mit Jugend-Disco.

Stadt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Treff für Kids

Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.

16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

LITERATUR

„DER WELT-TRIP. 11 Flüge Round-The-World“

Chrizz B. Reuer stellt seinen neuen Roman vor.

20:00 BIS-Zentrum

» siehe Seite 59 oben

„Aller Tage Abend“

Lesung mit Jenny Erpenbeck, eine der profiliertesten deutschsprachigen Gegenwart-Autorinnen.

20:00 Stadt. Museum Abteiberg

» siehe Seite 17

pip42 – der Gladbacher Poetry Slam

Vorletzte Möglichkeit für die Bühnenpoete in dieser Slam-Saison, sich für das Finale im Juni zu qualifizieren.

Moderation: Markim Pause und Marco Jonas Jahn, Musik: DJ Key.

20:30 Projekt 42

PARTY

StudiNight

3,- € Eintritt, alles zum halben Preis.

20:00 Mezcalito

VORTRÄGE

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

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

18:30 Elisabeth-Krankenhaus

Konflikt- und Gewaltprävention

19:00-22:00 Familienbildungsstätte, Hansastraße

Energiesparen, Wärmedämmung und Wärmeschutz

19:30-21:45 Familienbildungsstätte, Hansastraße

SONSTIGES

Die Goldschmiedekunst im 16. und 17. Jahrhundert

Führung mit Andrea Anagnostou.

11:30 Treffpunkt: Stadt. Museum

Schloss Rheydt, Museumskasse

Fitness vom Teller

Die richtige Lebensmittel-Auswahl fördert eine schnelle Regeneration nach dem Sport.

19:00 InfoCenter der NEW

Nähworkshop

Tasche to go ... der Einsteigerkurs.

Näh' Dir einfach deinen eigenen

Begleiter!

19:00-22:00 Cafe Kreativ

FR26

> APRIL

BÜHNE

„Alles muss man zweimal sagen“

Kabarett von und mit Wendelin

Haverkamp.

20:00 Die Spindel bei „Don Antonio“

(ehem. Haus Ohlenforst)

„Magic Shadows“

Die faszinierende Welt von Licht und

Schatten in Perfektion.

20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

„Maskerade“

Komische Oper in drei Akten von Carl

Nielsen, Libretto von Vilhelm Andersen

nach Ludvig Holberg.

20:00 Theater Mönchengladbach,

Große Bühne

» siehe Seite 15

„Mama findet's lustig“

Betreute Comedy von und mit

Jens Heinrich Claassen.

20:00 TiG – Theater im Gründungshaus

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14 Jahre; mit Kinder-Disco.

14:00-17:30 Stadt. Jugendclubhaus

MG-Westend

PARTY

Rock around the clock

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

19:00 American's

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

Fetenhits-Party

Chartbreaker. Eintritt frei!

21:00 Mauerwerk

Plastic Funk

Support by Timbo.

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 for 1 bis 0:00.

23:00 Black & White

Ragbag

Rock, Alternative, Indie, Partyclassics

mit Mr. Bata.

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

Nähcafe

Wir unterstützen Dich in deinem

Nähprojekt!

10:00-17:00 Cafe Kreativ

Workshop Smokey Eyes

Schritt-für-Schritt-Anleitung, Farb-

auswahl und Variationen für ein

außergewöhnliches Augen-Make-up.

19:00-21:00 Make-up Café

THEATER Extra | Filmbühne:

„Moolaadé“

Senegal, 2004, Regie: Ousmane

Sembène.

20:00 Theater Mönchengladbach,

Studio

SA27

> APRIL

BÜHNE

„I Love You, You're Perfect, Now

Change“

Comedy-Musical von Jimmy Roberts

(Musik) und Joe DiPietro (Text).

19:30 Theater Mönchengladbach,

Studio

„Pension Schöller“

Schwank von Carl Laufs und Wilhelm

Jacoby.

20:00 Theater Mönchengladbach,

Große Bühne

KIDS

lesefohlen | Samstagsgeschichten

für Kinder ab 4

Birthe Stadtmeister, die Lesepatin der

Stadtbibliothek, mit Geschichten über

den beginnenden Frühling. Eintritt frei!

12:00 Stadtbibliothek Rheydt

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's

Cocktail Time Saturday@Cocos

19:00 Cocos

Saturday Night

Club, House, Lounge-Musik.

20:00 Bar Plastique

Ab in die Hütte!

Aktuelle Chartbreaker und die

Hit-Giganten der 80er und 90er.

21:00 Almsause

Let's dance

Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.

21:00 Foxbar

Ladies Night

21:00 Graefen clubbing

PREMIERE AM

20.04.2013



Abb. zeigt Sonderausstattungen.

Der neue OPEL CASCADA

GRENZENLOS GENIESSSEN.



Wir leben Autos.

Erleben Sie jetzt, wie im neuen Opel Cascada Exklusivität und intelligente Innovationen mit Alltagsnutzen auf ein unnachahmliches Open-Air-Fahrgefühl treffen. Dabei besticht sein aufwendiges Premiumstoffverdeck mit Akustik- und Wärmedämmung durch hohe Alltagstauglichkeit. Und das Beste: Für ununterbrochenen Fahrspaß öffnet und schließt das Dach per Knopfdruck bei Geschwindigkeiten bis 50 km/h in nur 17 Sekunden.

Wählen Sie aus Innovationen wie zum Beispiel:

- Premium-Ergonomiesitze mit Gütesiegel AGR (Aktion Gesunder Rücken e.V.) für besonders entspanntes Fahren¹
- Sicherheitslichtsystem AFL+ mit bis zu zehn automatischen Lichtfunktionen, für noch besseres Sehen bei Nacht²
- beheizbares Lederlenkrad für die Übergangszeit¹

Unser Frühlingsangebot für Sie:

Opel Cascada Edition mit 1.4 Turbo, 88 kW 120 PS

schon ab

25.945,-

JETZT PROBEFAHRT SICHERN!

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts: 8,4, außerorts: 5,5, kombiniert: 6,5; CO₂-Emissionen, kombiniert: 153 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007). Effizienzklasse B

¹ Optional. ² Teilweise optional.

AUTOZENTRUMWEST

az-west.de

Autozentrum WEST GmbH & Co. KG

Mönchengladbach Aachener Str. 235 • 02161/305040

Viersen-Dülken Viersener Str. 113 • 02162/956930

Rheydt Friedrich-Ebert-Str. 215 • 02166/623060

Jüchen Odenkirchener Str. 51-59 • 02165/170 270

Grevenbroich Am Hammerwerk 9-11 • 02181/49480



„Panierfehler! Ein Fischstäbchen packt aus“

So. 28.4.2013, 19:00

TIG - Theater im Gründungshaus

Barbara Ruscher findet keine Antworten auf die drängenden Fragen der Zeit: Warum werden zigtausend Legehennen notgeschlachtet, nur Ursula von der Leyen nicht? So dichtet sie schräg und äußerst originell über kommunistische Backwaren und Sören-Wotan, der so süß ist, solange er schläft. Sie liest furztrocken aus dem Tagebuch eines Säuglings, amputiert chemieverseuchten Spielzeuggiraffen die Beine und begleitet ihre absolut hitverdächtigen, skurrilen Popsongs über kiffende Lurche, erotische Duschvorhänge und ungeliebte Körperteile mit großem Spaß, Klavier und Knackfröschen.

Smells like 90s

22:00 Messajero

» siehe Seite 61 oben

Samstag Nacht

Minimal, Techno, Electro.

22:00 Nacht

Nachtgalerie Samstag

22:00 Nachtgalerie

Sexy Black

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

22:30 Black & White

goldtunes

House, Funk, New Disco mit DJ Rix.

23:00 goldwasser

B.A.M.M. – Bassfull Abstrakt Mixed Music

Die neue Party für alle, die mehr wollen mit den DJs Jost Egli & Noah im Main-

floor und DJ Barilafunk in der Lounge.

23:00 Projekt 42

The Nineties

Die besten Hits der 90er, Rock, Pop, Hip Hop mit JMO und Mr. Bata.

23:00 Roots Club

Indie liebt dich

Indie (tronics) mit DJ Luca.

23:00 Rossi, Küche

Trommel Fella

Hip Hop, Dancehall, RnB mit DJ Say Whaat.

23:00 Rossi, Salon

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

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

Trödelmarkt Trabrennbahn

Mit über 80 % Trödel.

6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Bildgestaltung und Bildbearbeitung mit Photoshop Elements

10:00-15:00 Familienbildungsstätte,

Anna-Ladener-Haus

Mönchengladbach mit dem Bus entdecken

Zu einer informativen und spannenden Tour durch 1.000 Jahre Stadtgeschichte lädt die 2,5-stündige Stadtrundfahrt ein. Veranstalter: MGG.

15:00 Treffpunkt: Stadt-Touren-Schild, Parkplatz Geroweiler

Klassik live in HD: Händels „Giulio Cesare in Egitto“

Übertragung aus der Metropolitan Opera New York.

18:00 Comet Cine Center



BÜHNE

THEATER Extra | Frühstücks-Matinee:

„African Moon“

Drama von Gabriel Gbadamosi.

Frühstück ab 10:00.

11:15 Theatercafé Linol

„Maskerade“

Komische Oper in drei Akten von Carl Nielsen, Libretto von Vilhelm Andersen nach Ludvig Holberg.

16:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

» siehe Seite 15

„Panierfehler! Ein Fischstäbchen packt aus“

Kabarett von und mit Barbara Ruscher.

19:00 TIG - Theater im Gründungshaus

» siehe oben

KIDS

wortreich | Rheydt liest (vor)

Kinder lesen für Kinder Geschichten in deutscher und einer Fremdsprache.

Eintritt frei!

15:00 Stadtteilbibliothek Rheydt

FESTE | MÄRKTE

Antikmarkt

Kostbare Antiquitäten zum Anfassen und Kaufen. Mit Expertenberatung.

11:00-18:00 Kaiser-Friedrich-Halle

Trödelmarkt

11:00-18:00 Parkplatz real,- Krefelder Str. 131

SONSTIGES

24. Oldtimer-Rallye

Veranstalter: MSC Wickrath e. V.

Oldtimer-Ausfahrt mit 120 Fahrzeugen durch Mönchengladbach und Umgebung.

Live-Musik am Terminal mit „Collie & the Steam Rollers“ (ab 19:30).

10:00 Start: Wickrather Brauhaus

15:00 Ziel: Flughafen MG

Verkaufsoffener Sonntag

13:00-18:00 Innenstadt MG

» siehe Seite 6

„Endlich Frühling: Blütenpracht im Park“

Offene Besucherführung.

14:00 Treffpunkt: Schloss Dyck, Rosenturm in der Gartenpraxis

Auf den Spuren des Gladbachs

Tour mit dem Fahrrad – von der Mündung bis zur Quelle.

Veranstalter: Marketing-Gesellschaft Mönchengladbach.

15:00 Treffpunkt: Niersbrücke, Neusser Straße

Kastanienhof
Hotel, Restaurant & Erlebnisbiergarten

SALSA und MERENGUE
jeden Montag, ab 21 Uhr

DISCOFOX PARTY
jeden Dienstag, ab 21 Uhr

je mit kostenlosem Tanzkurs
Party ab 22 Uhr - Eintritt frei

www.kastanienhof-hotel.de
Krefelder Str. 765 • Tel. 021 61-8 21 20 60



BÜHNE

THEATER Extra | Frühstücks-Matinee:

„African Moon“

Drama von Gabriel Gbadamosi.

Frühstück ab 10:00.

11:15 Theatercafé Linol

„Maskerade“

Komische Oper in drei Akten von Carl Nielsen, Libretto von Vilhelm Andersen nach Ludvig Holberg.

16:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

» siehe Seite 15

SONSTIGES

Pflanzgefäße

Keramikkurs für Anfänger und Fortgeschrittene. Leitung: Dörte Springorum-Kölfen.

18:30-21:30 Städt. Museum Schloss Rheydt



BÜHNE

„Blues Brothers – Unterwegs im Auftrag des Herrn“

Freie Bearbeitung mit live gespielten Soul- und R&B-Klassikern nach dem Stoff des legendären Films aus dem Jahr 1980.

20:00 Theater Mönchengladbach, Große Bühne

50er-Jahre Revue

Vom Blues zum Rock'n'Roll.

20:00 TIG - Theater im Gründungshaus

» siehe Seite 6

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14 Jahre.

17:30-21:00 Jugendliche ab 14 Jahre.

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Treff für Jugendliche

18:00-21:00 Jugendheim MG-Bettrath

PARTY

Tanz in den Mai

20:00-1:00 TOMMYs Tanzstudio

Tanz in den Mai

20:00 TSC-Rheindahlen, Tanzforum

Tanz in den Mai

21:00 Graefenclubbing

Discofox-Party

Mit kostenlosem Tanzkurs.

Eintritt frei!

21:00 Kastanienhof

Tanz in den Mai

Pop, Classics, House mit M-Rotation & J-Tag.

23:00 goldwasser

Bassculture meets Daily Fresh

Zum Tanz in den Mai bitten die Residents Topgunsound & Dailyfresh-Crew zum kollektiven Abfeiern. Während beide Crews im Mainfloor Dancehall und Hiphop auflegen, wird in der Lounge Rootsreggae und Dubreggae gespielt.

23:00 Projekt 42

Rock in den Mai

Alternative, Rock, Indie, Partyclassics mit Mr. Bata und DJ Archetype.

Von 23:00 bis 0:00 Happy Hour.

23:00 Roots Club

Tanz in den Mai

Dance, HipHop, Classics mit DJ Seth Gekko und DJ S-One.

23:00 Rossi

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

7:00-14:00 Messegelände Nordpark

SONSTIGES

„Saiten des Lebens“

Kino Café.

10:00 Comet Cine Center

AFBj – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

Roermonder Str. 217

41068 MG, 02161/52031

www.afbj.de

Almsause

Turmstiege 6

41061 MG

www.almsause.de

Altes Zeughaus

Weiberstr. 2

41061 MG, 02161/180109

www.altes-zeughaus.de

Americar's

Walldhausener Str. 32

41061 MG, 01520/3682161

Atelier Kunst und Keramik

Mülgastr. 325

41238 MG, 02166/9702582

www.ceramiga.de

Bar Plastique

Walldhausener Str. 25

41061 MG

www.bar-plastique.de

Berufsinformationszentrum

Lürriper Str. 56

41065 MG, 02161/404-2250

www.arbeitsagentur.de

BIS-Zentrum

Bismarckstr. 97-99

41061 MG, 02161/181300

www.bis-zentrum.de

Black & White

Walldhausener Str. 34

41061 MG, 02161/9468441

www.blackandwhite-mg.de

Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e. V.

Hennes-Weisweiler-Allee 1

41179 MG, 01805/181900

www.borussia.de

Brauerei „Zum Stefanus“

Mennrath 59

41179 MG, 02161/580154

www.zum-stefanus.de

Cafe Kreativ

Hauptstr. 20

41236 MG, 02166/6750098

www.cafe-kreativ-rheydt.de

Citykirche

Alter Markt

41061 MG

www.citykirche-mg.de

Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg e. V.

Endepohlstr. 3

41236 MG, 02166/33925

www.lgb-rheinsieg.de

Cocos

Turmstiege 3

41061 MG

Comet Cine Center

Viersener Str. 8

41061 MG, 02161/8144-0

www.comet-cine-center.de

Das Blaue Haus

Walldhausener Str. 14

41061 MG

www.offenes-atelier-mg.net

Denk Mal... Gneickener Hof

Gneickener Str. 75

41238 MG, 02166/940572

www.denkmal-gneickenerhof.de

Die Spindel

Postfach 100955

41009 MG, 02161/14700

www.die-spindel.de

DJK Sportfreunde 08 Rheydt e. V.

Wacholderweg 9

41379 Brüggen, 02163/952449

www.djk-rheydt.de

EA 71

Eickener Str. 71

41061 MG

Familienbildungsstätte:

Anna-Ladener-Haus

Odenkirchener Str. 3a

41236 MG, 02166/62312-0

Hansastraße

Hansastr. 65

41066 MG, 02166/62312-23

www.fbs-mg.de

Flughafen Mönchengladbach

Flughafenstr. 95

41066 MG, 02161/68980

www.mgl.de

Foxbar

Turmstiege 13

41061 MG, 02161/912426

www.foxbar.eu

Friedrich-Spee-A

MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2
41061 MG, 02166/252411
www.mgm.de

MIII Kunstverein e. V.
Künkelstr. 125
41063 MG, 0163/4233930
www.miii.de

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83
41061 MG, 02161/25-6431
www.musikschule-moenchengladbach.de

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

Nachtgalerie
Turmstiege 5-7
41061 MG
www.nachtgalerie-mg.de

NEW AG: Hauptverwaltung
Odenkirchener Str. 201
41236 MG, 02166/688-0
InfoCenter
Odenkirchener Str. 201
41236 MG, 02166/688-2252
www.new-ag.de

Projekt 42
Waldhausener Str. 40-42
41061 MG
www.projekt42.info

Ratskeller Rheydt
Markt 11
41236 MG, 02166/9980074
www.ratskeller-rheydt.com

Raum 38
Waldhausener Str. 38
41061 MG

Restaurant Orofino
Zoppenbroich 87
41238 MG, 02166/6879680
www.restaurant-orofino.de

Rheydt Spielverein Hockey & Tennis e. V.
Am Gerstacker 155
41238 MG, 02166/924573
www.rsv-hockey.de

Roots Club
Aachener Str. 21-23
41061 MG
www.rootclubmg.de

Rossi
Waldhausener Str. 61
41061 MG
www.rossi-mg.de

Rudolf Steiner Schule
Weiersweg 10
41065 MG, 02161/82132-0
www.rudolf-steiner-schule-mg.de

Schloss Dyck
41363 Jüchen, 02182/824119
www.stiftung-schloss-dyck.de

Schloss Wickrath
41189 MG

Spielzeugausstellung Schnelle
Schrödt 27
41238 MG, 02166/89433
www.spielzeugausstellung.com

Sportanlage Am Haus Lütz
Am Haus Lütz 57
41066 MG

Stadion im Borussia-Park
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG

Städtisches Jugendclubhaus MG-Westend
Alexianerstr. 6
41061 MG, 02161/837005
www.jugendclubhaus-westend.de

Städtische Kliniken: Elisabeth-Krankenhaus Rheydt
Hubertusstr. 100
41239 MG, 02166/394-0
www.sk-mg.de

Städtisches Museum Abteiberg
Abteistr. 27
41061 MG, 02161/252637
www.museum-abteiberg.de

Städtisches Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508
41238 MG, 02166/928900
www.schlossrheydt.de

Stadtsportbund Mönchengladbach e. V.
Berliner Platz 19
41061 MG, 02161/294390
www.mg-sport.de

Stadtbibliothek: Stadtteilbibliothek Rheydt
Am Neumarkt 8
41236 MG, 02161/258281
Zentralbibliothek
Blücherstr. 6
41061 MG, 02161/256345
www.stadtbibliothek-mg.de

Tanzschule „More than Dancing“
Rheydter Str. 188
41065 MG, 02161/6785764
www.more-than-dancing.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78
41236 MG, 02166/6151-100
www.theater-kr-mg.de

Theatercafé Linol
Odenkirchener Str. 78
41236 MG, 02166/3964363
www.theatercafe-linol.de

Theater Spielplatz
Waisenhausstr. 15
41236 MG, 01522/6963307
www.theater-spielplatz.de

TIG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88
41061 MG, 02161/1858280
www.theater-im-gruendungshaus.de

TOMMY'S Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156
47877 Willich, 02154/816644
www.tommys-tanzstudio.de

Trabrennbahn
Am Flughafen 5
41066 MG, 02161/6630-83/-87
www.mg-auf-trab.de

TSC Rheindahlen e. V.
Broicher Str. 13
41179 MG, 02161/905065
www.tsc-rheindahlen.de

Verein für Aquarien- und Terrarienkunde Mönchengladbach e. V.
02161/181380
www.aquarienverein-mg.de

Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.
Mühlenstr. 223a
41236 MG, 02166/248666
www.mg-auf-trab.de

Volkshochschule: Haus Berggarten
Lüpertzender Str. 85
41061 MG, 02161/256404
City-Haus
Mühlenstr. 2-4
41236 MG, 02161/258300
www.vhs-mg.de

Warsteiner HockeyPark
Am Hockeypark 1
41179 MG, 02161/30772450
www.warsteiner-hockeypark.de

Wasserturm Viersener Straße
41063 MG
www.new-ag.de

Wasserwerk Rheindahlen
Mennrather Str. 80
41179 MG
www.new-ag.de

Wissenschaftlicher Verein
Bismarckstr. 87
41061 MG, 02161/406680
www.wissenschaftlicherverein.de

Zeughaus Neuss
Markt 42-44
41460 Neuss
www.zeughauskonzerte.de

Hier gibt es den HINDENBURGER

Weitere Verteilstellen finden Sie auf www.hindenburger.de

41061

Optik Commer
Aachener Str. 156
Museum Abteiberg
Abteistr. 27
Graefen & König
Alter Markt 43-46
Adler Apotheke
Alter Markt 49
Cinque Outlet Store
Am Kämpchen 9-13
Mod's Hair
Bettrather Str. 73
First Reisebüro
Bismarckstr. 23-27
KSS Werbercenter
Bismarckstr. 74
Dr. Maubach-Chandra
Bismarckstr. 106
Stadtbibliothek
Blücherstr. 6
Bäckerei Keusen
Eickener Str. 74
Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88
Buch Degehardt
Friedrichstr. 14
Sinn Leffers
Hindenburgstr. 1-19
Juwelier Hartung
Hindenburgstr. 35
Saturn
Hindenburgstr. 42
Peek & Cloppenburg
Hindenburgstr. 42-44
Haus der Braut
Hindenburgstr. 51
Kult
Hindenburgstr. 65
Subway
Hindenburgstr. 70
Mayersche
Hindenburgstr. 75
Jeans Point
Hindenburgstr. 88
Schuhhaus Wintzen
Hindenburgstr. 113
Vero Moda
Hindenburgstr. 114
Bücher Wackes
Hindenburgstr. 139
Reformhaus Haas
Hindenburgstr. 157
Barrique
Hindenburgstr. 160
Hannen Bäckerei
Hindenburgstr. 201
Dorint Hotel
Hohenzollerstr. 5
Rest. Kaiser Friedrich
Hohenzollerstr. 15
ZMG
Kaiserstr. 98-100
Bethesda Krankenhaus
Ludwig-Weber-Str. 15
VHS MG
Lüpertzender Str. 85
Praxis Dr. Aretz
Sandradstr. 24
Kosmetik Zirfas
Sandradstr. 43
Maria Hilf K'haus
Sandradstr. 43
Buchladen Prolibri
Schillerstr. 22
Zorbas
Schillerstr. 49
M & M Hairlocation
Steinmetzstr. 42-44
Dr. Nüchel/Skinstyle
Steinmetzstr. 45
Dr. Wolfgang Riedling
Stepesstr. 33-35
Café Mokka
Stephanstr. 4-6
Cine Center
Viersener Str. 8
Inside Living
Viersener Str. 51
Teelikatessen
Wallstr. 3
Schatzinsel
Wallstr. 8
Baguetterie Ici Paris
Wallstr. 19

41065

Actic Fitness
Breitenbachstr. 52
Restaurant Lehmanns
Myllendonker Str. 247
EP: Jepkens
Neusser Str. 180
Hannen Bäckerei
Neusser Str. 244
Fleischerei Tölkes
Abtshofer Str. 30
Adler Apotheke
Dünner Str. 201
Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214
Dr. Bongartz
Krahnendonk 7
Tierklinik v. Bökelberg
Krefelder Str. 461
BMW Kirsch
Krefelder Str. 570
Kastanienhof
Krefelder Str. 765
Optik Schrömgies
Liebfrauenstr. 51

41068

GEM MG
Am Nordpark 400
Am Döre Strüxke
Hamerweg 140
Gasthof Loers
Mürriegerstr. 17
Bioland Brungs
Venner Str. 382
Sport Arena Factory
Wehner Str. 1

41069

Udo Nösen Malermeister
Aachener Str. 390
GHTC
An den Holter Sportstätten 11
Fleischerei Baumanns
Heiligenpesch 69
Reuter Badshop
Kühlenhof 2
Volksbank
Vorster Str. 526

41179

Hockeypark
Am Hockeypark 1
La Mia Napoli
Am Mühlentor 31
Restaurant La Forchetta
Gladbacher Str. 67
Thaler'sche Buchhandlung
Kleiner Driesch 10
Palace St. George
Konrad-Zuse-Ring 10
Tennis-Club Rheindahlen
Mennrather Str. 21
Fiachs Hof
Merreter 10
VfL 1900 Borussia
Nordpark
Presse-Center Wilms
Plektrudisstr. 7
Gebrüder Jansen
Voosener Str. 64-66

41063

Ultimo Fashion
Künkelstr. 125
3 Elemente
Künkelstr. 125
Restaurant Bonfils
Lettow-Vorbeck-Str. 99
Four Senses
Reyerhütter Str. 45-47
Bäckerei Riethmacher
Venner Gasse 1
Franziskushaus
Viersener Str. 450

41065

Actic Fitness
Breitenbachstr. 52
Restaurant Lehmanns
Myllendonker Str. 247
EP: Jepkens
Neusser Str. 180
Hannen Bäckerei
Neusser Str. 244

41066

Fleischerei Tölkes
Abtshofer Str. 30
Adler Apotheke
Dünner Str. 201
Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214
Dr. Bongartz
Krahnendonk 7
Tierklinik v. Bökelberg
Krefelder Str. 461
BMW Kirsch
Krefelder Str. 570
Kastanienhof
Krefelder Str. 765
Optik Schrömgies
Liebfrauenstr. 51

41068

GEM MG
Am Nordpark 400
Am Döre Strüxke
Hamerweg 140
Gasthof Loers
Mürriegerstr. 17
Bioland Brungs
Venner Str. 382
Sport Arena Factory
Wehner Str. 1

41069

Udo Nösen Malermeister
Aachener Str. 390
GHTC
An den Holter Sportstätten 11
Fleischerei Baumanns
Heiligenpesch 69
Reuter Badshop
Kühlenhof 2
Volksbank
Vorster Str. 526

41179

Hockeypark
Am Hockeypark 1
La Mia Napoli
Am Mühlentor 31
Restaurant La Forchetta
Gladbacher Str. 67
Thaler'sche Buchhandlung
Kleiner Driesch 10
Palace St. George
Konrad-Zuse-Ring 10
Tennis-Club Rheindahlen
Mennrather Str. 21
Fiachs Hof
Merreter 10
VfL 1900 Borussia
Nordpark
Presse-Center Wilms
Plektrudisstr. 7
Gebrüder Jansen
Voosener Str. 64-66

41189

Subway
Adolf-Kempken-Weg 133
Gaststätte Wagner
Berger Dorfstr. 45
Bürgerservice Wickrath
Klosterstr. 8
Rittergut Wanlo/Golfclub
Kuckumer Str. 61
Eiscafé Brustolon
Lindenplatz 1
Just Ladys
Quadtstr. 27
Feine Kost
Quadtstr. 28
Wickrath Brauhaus
Wickrathberger Str. 6

41199

Holz Finis
Luisental 61
Prolibri Buchladen
Zur Burgmühle 20

41236

Blickpunkt Optik
Bahnhofstr. 18
Chaarisma
Dorfbröicher Str. 71
Tellmann
Friedrich-Ebert-Str. 76
Mega Sun
Gracht 23
etepeteete
Harmoniestr. 8
Fleischerei Hoever
Hauptstr. 83
Gottschalk Electronic
Limitenstr. 60
Dr. Dr. Lange & Weyel
Marktstr. 2
Männersache
Marktstr. 14
Rossini
Marktstr. 35
EDEKA
Mittelstr. 5
Brillen Dahmen
Odenkirchener Str. 20
Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78
Dr. Wacker
Stresemannstr. 44
Pro Elektra
Wilhelm-Straeter-Str. 4

41238

FitGym 24
Friedensstr. 145
Sportstudio Saphir
Konstantinstr. 2-16
Sanitätshaus Giesenkirchen
Konstantinplatz 16
Friseursalon Barbara
Konstantinstr. 240
Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508
Metzgerei Theißen
Schlossstr. 98
Perlengarten
Schloß-Dyck-Str. 93

41238

FitGym 24
Friedensstr. 145
Sportstudio Saphir
Konstantinstr. 2-16
Sanitätshaus Giesenkirchen
Konstantinplatz 16
Friseursalon Barbara
Konstantinstr. 240
Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508
Metzgerei Theißen
Schlossstr. 98
Perlengarten
Schloß-Dyck-Str. 93

41239

Pleines Fashion Optik
Dahlener Str. 69-77
The Fudge Shop
Dahlener Str. 120-122
Freiraum Statthotel
Böningsstr. 151
Blumen Ohlig
Hohlstr. 77
Elisabeth-K'haus
Hubertusstr. 100
Elsenhof
Klusenstr. 97
Gasthaus am Schmolderpark
Schmolderstr. 61

Brüggen

Burg Brüggen
Burgwall 4
Happelter Hof
Happelter Heide 2
Vis a Vis Bistro
Klosterstr. 31

Erkelenz

Brautmoden Böskens
Gewerbestr. Süd 52a
Terhorst Senfmühle
Richard-Lucas-Str. 10a
Home Bed Collection
Theodor-Körner-Str. 38

Kaarst

Katina Tiernahrung
Industriestr. 10a

Korschenbroich

Mode Express
An der Alten Post 4
Spirit of Beauty
Hindenburgstr. 3
Presseshop Leuter
Hindenburgstr. 32
Asia Therme
Holzkamp 7
Autohaus Dresen
Mühlenstr. 58
Die Conche
Ladestr. 1
Liedberger Landgasthaus
Landstr. 19
Privatbrauerei Bolten
Rheydter Str. 138
Pflanzen-Center Birkhof
Rittergut Birkhof 1
Buchhandlung Gutenberg
Sebastianusstr. 4
Gasthaus Stappen
Steinhausen 39

Nettetal

Golfclub Haus Bey
An Haus Bey 16
Leuther Mühle
Hinsbecker Str. 34

Schwalmtal

Lüttelforster Mühle
Lüttelforst 303
Inselschlösschen
Harikseeweg 78

Viersen

Kaisermühle
An der Kaisermühle 20
Zaspel Factory Outlet
Schiefbahner Str. 11-13
Autozentrum West
Viersener Str. 113

Wegberg

Golfclub Schmitzhof
Arsbecker Str. 160
Burg Wegberg
Burenstr. 8
Golfclub Wildenrath
Friedrich-List-Allee

Willich

Gärtner Pötschke
Büttgener Str. 50
Bäckerei Greis
Kreuzstr. 3
Tommys Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156
Restaurant Kaiserhof
Unterbruch 6



Tattoo Convention

Untote und Zombies waren wohl das Motto, aber die Arbeiten der vielen Tattoo-künstler waren das echte Highlight der diesjährigen Tattoo Convention.

Cooler Bilder von coolen Bildern auf coolen Menschen.



Die Nacht

Ist „Zunge rausstrecken“ ein neuer Trend? Auf der Suche nach neuen Motiven schreckte unser Stefan nicht davor zurück, ins Allerheiligste der weiblichen Partygänger vorzudringen: das Damenklo.



Black Label im Y.O.L.O.

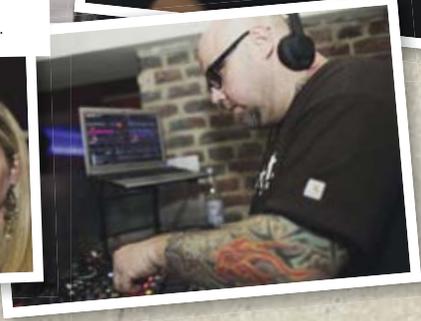
Die neue Ausgabe der Premium HipHop Veranstaltung Black Label mit den DJs Emby, Da Face und Juelz.





Goldwasser

Natürlich stand auch das Goldwasser am Samstag, 9.3.2013 mal wieder auf unserer Partytourliste.



Ü30 Party

Es war mal wieder so weit – die regelmäßig stattfindende Ü30 Party in der Kaiser-Friedrich-Halle stand auf dem Programm.

Für uns eine Premiere.



Back to the Eighties

Hits der 80er mit JMO und Buddy Hawaii im Roots Club.





Pferdefleisch jetzt auch
im Hamburger?



Vielleicht sollte sich der
Pizzerbäcker in Sachen
Fahrzeugbeschriftung
doch besser an Profis
wenden ...



... oder lieber doch nicht.



Dieser Gastronom hat
bei der Schitzeljagd
wohl eins mit dem
Schitzelklopfer auf den
Kopf bekommen.
Oder doch etwa beim
Chamignon-Suchen?

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 Ophei, 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 Auto-
ren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträ-
ge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.
Für eingesandte Unterlagen jeglicher Art übernimmt der Ver-
lag keine Haftung. Satiren und Kolumnen verstehen sich als
Satire im Sinne des Presserechts. Nachdruck des gesamten
Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestal-
ten 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, Ge-
schäften 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

■ ■ ■ AUGENOPTIK ■ CONTACTLINSEN
www.optik-heinrichs.de

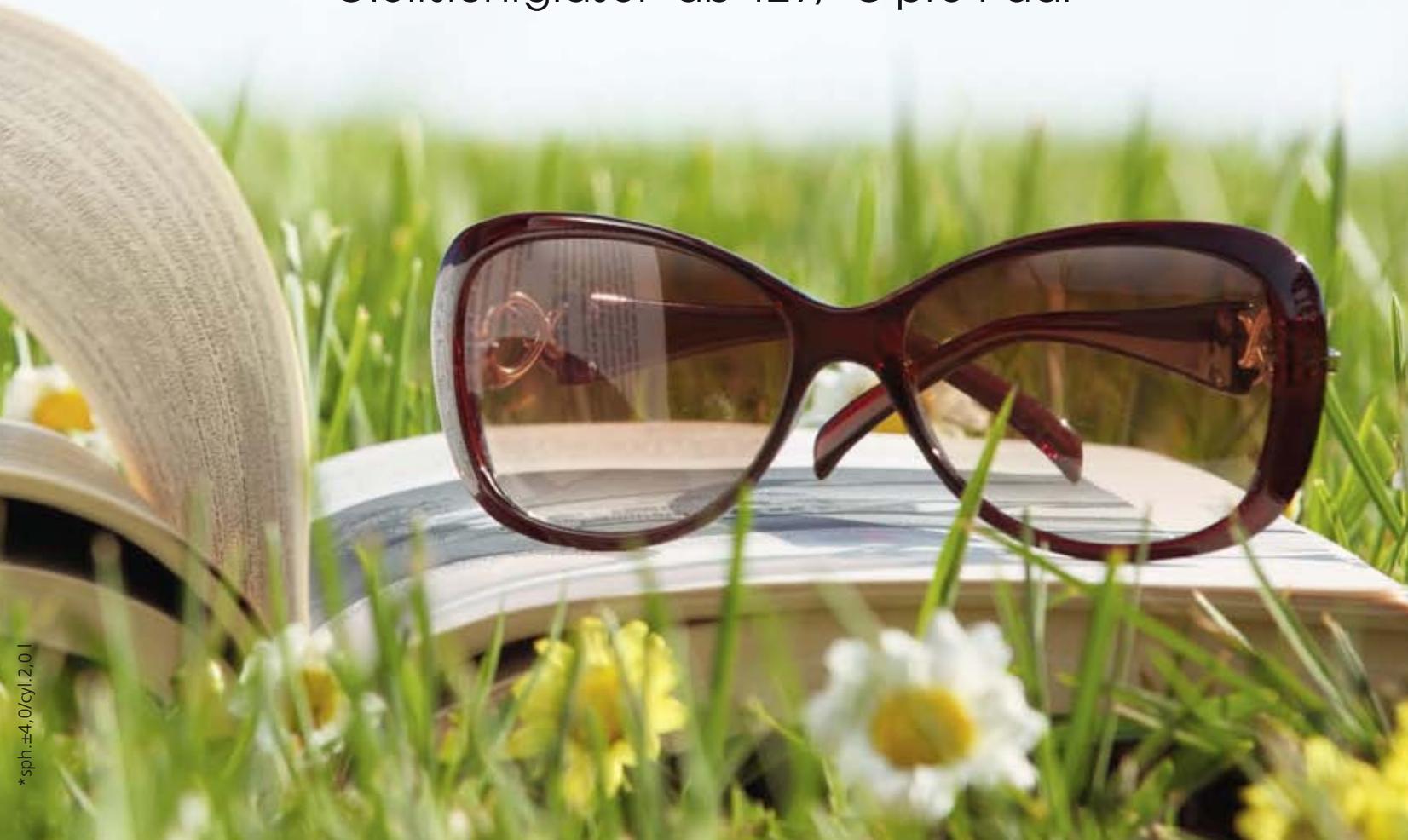
optik

HEINRICHS

Sonnenschutzgläser

in Ihrer Sehstärke* **ab 29,- €** pro Paar

Gleitsichtgläser* ab 129,- € pro Paar



Bismarckplatz 9 | 41061 Mönchengladbach | Telefon 02161 2 15 47 | E-Mail: info@optik-heinrichs.de

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.30 - 18.30 Uhr | Samstag 9.30 - 14.00 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)