WWW.HINDENBURGER.DE

FEBRUAR 2016 · 10. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN UNSERER STADT

MIT GROSSEM TERMIN-KALENDER

PARTY · KULTUR · MUSIK
SPORT · KIDS

SCHLAFENDE HUNDE SOLL MAN NICHT WECKEN …

„Dogville“ im Theater Mönchengladbach

JETZT NEU IN MÖNCHENGLADBACH:

PEUGEOT

PEUGEOT

NEU: **Peugeot Verkauf & Werkstattservice im Autohaus Rolf Jansen.**

Mehr als 500 Besucher nutzten am Eröffnungswochenende die Gelegenheit und besuchten unser Autohaus an der Krefelder Straße.

Nutzen auch Sie die Chance und profitieren Sie von unseren Service- und Verkaufsangeboten. Es erwarten Sie viele Neu- und Gebrauchtfahrzeuge sowie zahlreiche Service-Aktionen, wie unser Winter-Check oder die Peugeot Komplettpreisangebote.

Sprechen Sie unsere kompetenten Mitarbeiter an und vereinbaren Sie einen Termin für weitere Informationen.
www.autohaus-rjansen.de

peugeot.de/probefahren

UNSER ERFOLGSREZEPT: 0% ZINSEN. 0€ ANZAHLUNG.[1]

IMPRESS YOURSELF.
DIE PEUGEOT ERFOLGSMODELLE.

PEUGEOT

WARTUNG UND VERSCHLEISS FÜR 19,90€ MTL.[2]

FINANZIERUNG

Abb. enthalten Sonderausstattung.

€ 170,- mtl.[1] z. B. für den PEUGEOT 2008 Style PureTech 82

- Touchscreen inkl. Radio
- Klimaanlage
- Einparkhilfe hinten
- Panorama-Glasdach
- Leichtmetallfelgen 16"

Autohaus Rolf Jansen
Den Unterschied erfahren.

Autohaus Rolf Jansen GmbH
Krefelder Straße 365
41066 Mönchengladbach

Telefon: 02161 69499-0
www.autohaus-rjansen.de

[1]BARPREIS 16.935,00 €; EFFEKT. JAHRESZINS 0,00%; SOLLZINS (gebunden) 0,00%; NETTODAHRLEHENSBETRAG 16.935,00 €; Anzahlung 0,- €; Laufzeit 48 Monate; Laufleistung 10.000 km; Schlussrate 8.942,50 €; Gesamtbetrag der Teilzahlungen 16.934,85 €. Ein Finanzierungsangebot der PEUGEOT BANK, Geschäftsbereich der Banque PSA Finance S.A. Niederlassung Deutschland, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für den Peugeot 2008 Style PureTech 82. Das Angebot gilt für Privatkunden bei Vertragsabschluss bis 31.03.2016. Widerrufsrecht gem. § 495 BGB. Über alle Detailbedingungen informieren wir Sie gerne. [2]Monatliche Rate bei einem PEUGEOT 208, einem PEUGEOT 2008 oder einem PEUGEOT 308 für einen optionalen optiway-ServicePlus-Vertrag bei einer Laufleistung von 10.000 km/Jahr und 48 Monaten Laufzeit. Gültig bis 31.03.2016. Mit 4 Jahren Leistungen gemäß den Bedingungen des optiway-Plus-Vertrages der PEUGEOT DEUTSCHLAND GmbH. Weitere Informationen finden Sie auf www.peugeot.de

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 6,0; außerorts 4,3; kombiniert 4,9; CO_2-Emission (kombiniert) in g/km: 114.0 CO_2-Effizienzsklasse: B. Nach vorgeschriebenen Messverfahren in der gegenwärtig geltenden Fassung.

EDITORIAL

Marc Thiele, Herausgeber

Liebe Leserinnen und Leser,

in meinem Editorial der letzten Ausgabe hatte ich es bereits angedeutet bzw. angekündigt – die Bedeutung der digitalen Medien nimmt immer mehr zu und die der gedruckten bedauerlicher Weise immer mehr ab. Zumindest in den Köpfen der Werbeentscheider, denn der Trend bei den Lesern geht wieder weg vom Digitalen. Auch wir können und wollen uns dieser Entwicklung nicht verschließen. Warum sollten wir auch? Schließlich haben wir bereits seit Langem ein breit aufgestelltes crossmediales Angebot für unsere Leserschaft – vom gedruckten Magazin über die Website, ePaper bis hin zur App. Außer uns bieten das so – zumindest soweit wir wissen – in Mönchengladbach nur noch die Kollegen der RP.

Wir werden also deutlich digitaler, deutlich crossmedialer und werden diese Dienste kurz und mittelfristig weiter ausbauen. Der Aufbau der separaten Onlineredaktion hat ja bereits vor einiger Zeit begonnen und schreitet gut voran. Unsere Hauptwebsite hindenburger.de wurde rundum erneuert, die App ist nun auch für Android-Syteme erhältlich, wir führen bei den Facebook-Likes, weitere Websites und Digitalservices stehen kurz vor dem Start. Im Fokus steht aber das Portal hindenburger.de, auf dem Sie nicht nur die Inhalte des aktuellen Heftes finden, sondern einen umfangreicheren Terminkalender als in der gedruckten Ausgabe, mehr Bildergalerien von Veranstaltungen in unserer Stadt, interessante redaktionelle Artikel, die Sie nicht im gedruckten Heft finden, Gewinnspiele, Aktionen, Angebote und selbstverständlich tagesaktuelle Nachrichten aus MG und der Region. In Summe ein Portal, das sich lohnt, immer mal wieder besucht zu werden. Zukünftig arbeiten wir kontinuierlich daran, unser digitales Angebot auszubauen und zu verbessern, die Ideen dazu sind vielfältig und werden Schritt für Schritt umgesetzt.

Aktuell suchen wir übrigens redaktionelle Verstärkung für unsere Onlineredaktion auf Minijob-Basis. Bei Interesse nehmen wir gerne Bewerbungen mit aussagefähigen Textproben entgegen.

Ihr Marc Thiele und
das HINDENBURGER-Team

Reden Sie mit!
Besuchen Sie uns auch auf
facebook.com/hindenburger

marktimpuls
werbeagentur +verlag

Humboldt53

Neubau von exklusiven Eigentumswohnungen
im Gründerzeitviertel von Mönchengladbach

Barrierefreie 3-Zimmer-Wohnung
im Erdgeschoss, Wohnfläche ca. 86 m²
Kaufpreis 236.000 €

3-Zimmer-Maisonette-Wohnung
im Dachgeschoss, Wohnfläche ca. 106 m²
Kaufpreis 317.000 €

4-Zimmer-Maisonette-Wohnung
im Dachgeschoss, Wohnfläche ca. 109 m²
Kaufpreis 326.000 €

Energiekennwert
B, 24 kWh, E (Luft-Wärmepumpe), Bj. 2016, A+

Bezugsfertig Mitte 2016

OTTO IMMOBILIEN
MAKLER & SACHVERSTÄNDIGE

OTTO Immobilien GmbH
Beethovenstraße 15
41061 Mönchengladbach
www.immobilien-otto.com
info@immobilien-otto.com
Telefon: 02161 - 849 84 70

Inhalt

TITELBILD

Cover
Dogville,
Theater Krefeld
Mönchengladbach
Zeichnung
Theater

Damals

11 STADTGESCHICHTE
Das Stadttheater

Theaterstory

12 DOGVILLE
Bühne kommt auf den Hund

Stadtleben

18 EINFACH LESEKALISCH
Leseförderung in MG

Lifestyle

22 VALENTINSTAG
Geschenkideen

Stadtleben

6 MÄNNERSACHE
Neue Eventreihe
6 LEBENSWEISHEITEN
In Mönchengladbacher Platt
7 WARUM GIBT ES IN MG KEIN
... Floating Center?
8 STADTGEFLÜSTER I
Vortrag Sabine Asgodom
FineArtJazz
9 SPARKASSENPARK
Tickets sichern!
9 STADTGEFLÜSTER II
Blind Date mit einem Buch
Eine-Welt-Tipp
10 KARNEVAL
Veilchendienstagszug
11 STADTGESCHICHTE
Das Stadttheater
12 THEATERSTORY
Dogville auf der Bühne
14 STADTGEFLÜSTER III
Das Jahr im Museum Abteiberg
16 INITIATIVKREIS MG
Veranstaltungen 2016
17 SINGLE EVENTS
Wir bringen Euch zusammen
18 STADTLEBEN IV
Leseförderung
20 MICHAEL NAST
Generation Beziehungsunfähig

Lifestyle

22 VALENTINSTAG
Geschenkideen

Freizeit

28 PFLANZEN ÜBERWINTERN
Kräuter- und Kübelpflanzen
30 TIPPS FÜR KIDS
Buchtipp:
Leise pieselt das Reh ...
Kinder-Karnevalstour
Mensch, Mozart!
KILIFEE
Rapatité oder Danke Rüdiger!
32 BUCHTIPPS
Zeit zum Schmökern
33 FINEART JAZZ
Hochkarätige Konzerte

Termine

34 HIGHLIGHTS
Dogville
4. Sinfoniekonzert
Planet Deutschland
34 TERMINE & EVENTS
im Februar
41 AUSSTELLUNGEN
44 ADRESSEN
45 KINO HIGHLIGHTS

Sport

46 BORUSSIA
Trainer, Thesen, Temperamente
48 MEHR BEWEGUNG
Tipps für den Alltag

Die HINDENBURGER - APP

Einfach den QR-Code scannen und unsere APP für iOS (Apple) oder Android herunterladen.

für iOS (Apple)
im AppStore

für Android
im Google Play Store

Besuchen Sie uns auf
facebook.com/hindenburger

Wir sind auch auf
instagram.com/hindenburger-mg

Sport

46 **BORUSSIA**
Thesen & Temperamente

Gastro

62 **LUSTIGE BERLINER**
So versüßen Sie den Karneval

Wirtschaft

50 EWMG UND WFMG
Neujahrsempfang
51 HAUS DES HANDWERKS
Energiekosten senken
52 SCHULABGÄNGER
Berufsorientierung
54 GOODBYE DEUTSCHLAND
Auslandsjahr

Medizin + Co

56 PRAXIS DR. DR. LANGE & WEYEL
Implantologie
57 AMBULANTER PFLEGEDIENST
Was ist, wenn ...?
58 RAUS AUS DEM ALLTAG
Tagespflege der Sozial-Holding
59 MARIA HILF
Arbeit des Fördervereins

Gastro

60 AUFWÄRMEN AM ZUG
Suppe, Tee & Co
62 LUSTIGE BERLINER
So versüßen Sie den Karneval

Sonstiges

37 IMPRESSUM
39 GEWINNSPIELBEDINGUNGEN
64 IMPRESSIONEN

TU WAS FÜR DICH

SCHON FÜR UNSCHLAGBARE
39 €*

INKLUSIVE:

- Aufnahmegebühr
- Gesundheits-check & Trainingsplanerstellung
- Alle Mineralgetränke auf der fläche
- Trainingsfläche mit modernsten Kardio- und Kraftgeräten
- Alle Power-Plate-Kurse
- Functional Training
- Alle Kurse von Cycling über Zumba bis Pilates
- Nordic-Walking & Cirkel Training
- Aqua-Fitness-Kurse**
- Täglich KOSTENLOSE Nutzung der kompletten Asia-Therme, inkl. Whirl- & Solepools, sowie aller Saunen, In- und Outdoorpools

* Monatsbeitrag inkl. aller Leistungen bei Jahresvertrag / Power Plate inkl. bei 2 Jahresvertrag
** mit Zuzahlung

medi-GYM
FITNESS & HEALTHCLUB
HOLZKAMP 5-7, 41352 KORSCHENBROICH
TEL: 02161 - 67608, MEDI-GYM.DE
FACEBOOK.COM/MEDIGYMKORSCHENBROICH

MÄNNERSACHEN

FÜR MÄNNER MIT ANSPRUCH

GENTLEMEN`S CLUB

EIN GENTLEMEN`S CLUB

Exklusives für den anspruchsvollen Mann von heute

„Männersache“ richtet sich an den anspruchsvollen Mann von heute, der sich für Mode ebenso interessiert wie für Technik und qualitativ hochwertige Lebensmittel. Den Mann, der gerne zusammen mit Freunden „zockt“, egal ob Playstation, Poker oder Kicker, der genau weiß, was er auf seinen Grill legt und der einen wirklich guten Tropfen zu schätzen weiß. Natürlich liebt er Bier, Whisky, Gin, Rum und Wein, aber statt Standards reizt ihn das Besondere aus aller Welt. Er liest GQ, Mens Health und auch den Playboy, schaut DMAX, trägt hochwertige Uhren, interessiert sich für Autos und Motorräder und legt Wert auf einen guten Auftritt - sowohl körperlich als auch in Punkto Styling. Vor allem ist er selbstbewusst und steht mit beiden Beinen fest im Leben. „Männersache“ ist exklusiv für Männer mit Stil und Anspruch. Fast wie ein Gentlemen’s Club im guten, alten England. Zutritt nur auf Einladung, mit Regeln, die sowohl viel Spaß als auch ein einwandfreies Benehmen garantieren, aber auch Sanktionen bei Verstoß. Männersache-Events sind geschlossene Gesellschaften mit einem hohen Qualitätsanspruch und keine Massenveranstaltungen. Die Teilnehmerzahl ist bewusst sehr begrenzt und Karten gibt es ausschließlich auf Empfehlung oder Einladung. Sie werden nicht verschenkt oder verlost, auch wenn der Zutritt natürlich nicht kostenlos ist. Ganz im Gegenteil. Qualität hat nun einmal ihren Preis.

Sie wollen mehr über Männersachen erfahren? Vielleicht haben Sie ja Glück und jemand aus Ihrem Umfeld gehört dazu und empfiehlt Sie oder Sie schicken eine Bewerbung an bewerbung@männer-sachen.de und sagen uns, wieso Sie unbedingt dabei sein sollten.

Männersachen - Gentlemen`s Club
Exklusiv für Mitglieder
Mehr Informationen unter www.männer-sachen.eu

LEBENSWEISHEITEN IN MÖNCHENGLADBACHER PLATT

Jesü-emerte Schprü-ek – Gesammelte Sprüche

D’r Eene öss net d’r Angere - Der Eine ist nicht der Andere – i.ü.S. alle Leute sind verschieden.

D’r Dopp schmecke – Den Kreisel schlagen – i.ü.S. etwas antreiben, vorantreiben.

D’r Rang affloope – Den Rang ablaufen – i.ü.S. Einen besseren Platz einnehmen.

D’r Tomelööt schlaare vör Vreud – Einen Purzelbaum schlagen vor Freude – i.ü.S. sich maßlos freuen.

Dropp on dovü-er – Drauf und davor – i.ü.S. ohne Überlegung handeln, auch über seine Verhältnisse leben.

E Fiasko erlä-eve – Ein Fiasko erleben – i.ü.S. eine totale Niederlage, ein Unglück erleben.

E Krütsche röhr mesch net aan – Ein Kräutchen rühr mich nicht an – i.ü.S. eine empfindsame Person.

E kromm Deng dri-ehne – Ein krummes Ding drehen. – i.ü.S. eine kriminelle Handlung begehen.

En de Zwickmü-ehle senn, jero-ane, schtä-eke, sette – In der Zwickmühle sein, geraten, stecken, sitzen – i.ü.S. in eine ausweglose Situation geraten.

En de Wicke jonn – In die Wicken gehen – i.ü.S. etwas nicht erfolgreich zum Abschluss bringen.

En Macke hann – Eine Macke haben – i.ü.S. nicht normal sein.

von Kurt Paul Gietzen

ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

WARUM GIBT ES IN MÖNCHENGLADBACH **EIGENTLICH KEIN ...**

FLOATING CENTER?

Text: Sabrina Forst

Jeder kennt die Bilder, bei denen Urlauber entspannt auf dem Wasser im Toten Meer liegen. Durch den hohen Salzgehalt gehen sie nicht unter und scheinen sphärisch im kühlen Nass zu schweben. Wer schon einmal in einem Floating-Center war, der weiß, dass man dieses Prinzip optimieren kann, wenn man ein Wellness-Angebot daraus macht. Dazu braucht man ein Becken oder einen Floating-Tank, wohltuendes Licht, beruhigende Musik und eine Wohlfühlatmosphäre auch vor und nach dem Bad. Der Floating Tank oder das Becken ist mit körperwarmem, oft mit Magnesium angereichertem Salzwasser gefüllt. Man liegt „wie auf Wolken", versprechen die Hersteller, wobei sich natürlich die Frage stellt, woher sie wissen, wie man auf Wolken liegt. Aber das ist eine andere Geschichte. Floating entspannt und ist den Kundenbewertungen nach ein wahrer Stresskiller. Das glaubt man gerne, wenn man sich die Bilder zum Floating im Internet anschaut. Auch bei Youtube gibt es einige Videos zum Thema. Mal ehrlich: Wer möchte sich nicht einmal schwerelos fühlen und leicht wie eine Feder im Wasser liegen? Ein echter Kontrast zum täglichen Schock beim Blick auf die Waage. Angeblich hat Floating außerdem neben dem entspannenden Faktor noch viele weitere positive Effekte auf den Körper, wie die Linderung von Rückenleiden, Hilfe bei Rheumatismus und Arthritis, Linderung bei diversen Hautleiden. Floating soll das Immunsystem stärken, den Stoffwechsel anregen und sich positiv auf den Blutdruck auswirken. Einige fordern sogar Floating Tanks in Unternehmen, zur Gesundheitsförderung, Erhöhung der Mitarbeiterzufriedenheit, Produktivität, Burn-out-Therapie und vieles mehr. Schließlich soll das Schweben im Salzwasser auch nachhaltig die Kreativität fördern. Die Wasserhöhe im Tank liegt übrigens nur bei etwa 30 Zentimetern und mit einer Größe von 2,30 Metern mal 1,50 Metern braucht man bei kleinen Tanks auch nicht gleich anzubauen. Etwas größer sind die Floating-Becken, in denen man auch mit dem Partner gemeinsam Platz hat.

Neu ist die Idee übrigens nicht. Die ersten Floating-Anlagen wurden laut Wikipedia 1954-1956 von dem amerikanischen Neurophysiologen John C. Lilly am National Institute of Mental Health (NIMH) entwickelt. Wird Zeit, dass man auch in Mönchengladbach im Salz-Schwebebad entspannen kann, oder?

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_RUKFOTOS

HINDENBURGER *präsentiert*

SAVE THE DATE

HINDENBURGER „Love Shack" Filmnacht

Freitag, den 26. Februar im Haus Zoar, Kapuzinerplatz 12, MG Exklusiv für Singles. Nette Menschen + Film + After-Movie-Cocktail 15.- €. (Karten nur im Vorverkauf)

Infos und Anmeldung über loveshack.hindenburger.de

KUMPELKINO

GEWINN SPIEL

Wie geil ist das denn?

4 Stunden Playstation® zu viert auf der großen Kinoleinwand mit Deinem Lieblingsspiel? Geht nicht? Geht doch! Mit uns!

Der HINDENBURGER und das Haus Zoar verlosen das geilste Gaming-Erlebnis der Stadt für bis zu vier Spieler. Schreibe uns bis zum 15.02.2015 eine E-Mail mit dem Betreff „Kumpelkino" an gewinnspiel@hindenburger.de und sag uns, warum gerade Du gewinnen solltest. Teilnahmebedingungen auf Seite 39.

HAUS ZOAR
KINO · LOUNGE · KAFFEE
TAGUNGEN · EVENTS

NEUES AUS MG & UMGEBUNG

Vortrag | 15.2.2016

MENSCHEN BEWEGEN. WIRTSCHAFT PRÄGEN.

Sie stand schon lange auf der Agenda der Phoenix-Frauen: Sabine Asgodom. Jetzt ist es dem Mönchengladbacher Business-Club für Frauen gelungen, die gefragte Rednerin, Autorin und Unternehmerin für einen Auftritt in die Vitusstadt zu holen. Ihre Vorträge sind immer auch ein wenig Lebenshilfe, gepaart mit einer gehörigen Prise Humor und Gelassenheit. Ein Stil, der in 40 Jahren Erfahrung als Journalistin, Trainerin, Coach, Speakerin und Unternehmerin gereift ist.

„Greif nach den Sternen – Warum es sich lohnt, groß zu denken!“ Das ist der Titel des interaktiven Abends, den Sabine Asgodom am 15.2.2016 um 20 Uhr im TIG geben wird. Die Karten sind zum Preis von 39 Euro unter info@phoenix-businessclub.de oder telefonisch unter 02166 2957786 erhältlich. Ein Getränk zur Begrüßung ist inklusive. „Das Thema passt einfach hervorragend zu uns. Es geht um Verantwortung, offen zu sein für Veränderung, seine Ziele zu verfolgen. Aber auch Mensch zu sein und zu seinen Fehlern zu stehen. All dies verkörpern unsere mittlerweile 45 Mitglieder“, betont die 1. Vorsitzende Martina Engel-Rondholz.

Mehr Informationen zum Programm und zu Sabine Asgodom gibt es unter **www.phoenix-businessclub.de** und **www.asgodom.de**

TIG | Eickener Str. 88 | 41061 Mönchengladbach

Konzerte | 12.3.16 + 17.3.2016 | 20 Uhr

FINEARTJAZZ IN MG

Kalle Kalima gewann bereits 2008 den Neuen Deutschen Jazzpreis. In dieser Band setzen sich die drei Musiker Kalle Kalima (Gitarre), Greg Cohen (Bass), Max Andrzejewski (Drums) mit ihren musikalischen Wurzeln auseinander und interpretieren finnische Volksmusik, Marschmusik von Jean Sibelius oder Country-Standards.
Termin: 12.3.2016, 20 Uhr, TIG – Theater im Gründungshaus

Max Mutzke ist auf nahezu allen deutschen Bühnen zuhause – ob als eindringlicher Soulman, innovativer Popvisionär oder wie zuletzt als gestandener Jazz-Künstler, wofür er 2013 sogar den begehrten Platin Jazz-Award entgegengenommen hat.
Termin: 17.3.2016, 20 Uhr, Kaiser-Friedrich Halle

Tickets unter: www.publicjazz.de und bei bekannten Vorverkaufsstellen.

GEWINN SPIEL

Wir verlosen jeweils 2 x 2 Karten für die genannten Konzerte. Schreiben Sie einfach bis zum 29. Februar 2016 eine E-Mail mit dem Betreff „Kalle Kalima“ oder „Matz Mutzke“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 39.

FOTOS: CONSTANZE WILD, MAX MUTZKE

SPARKASSENPARK MÖNCHENGLADBACH

Jetzt Tickets sichern!

Lionel Richie und UNHEILIG im SparkassenPark.

TERMIN: FREITAG, 12.8.2016

Dass der Graf mit seiner Band UNHEILIG nun schon vor mehr als einem Jahr seinen Abschied verkündete, ist mittlerweile allen bekannt. Dass er damit auch eine fast zweijährige Abschiedstour einläutete, vielleicht nur Wenigen. Aber dass er ganz zum Schluss noch einmal nach Mönchengladbach kommen würde, damit konnte man nun wirklich nicht rechnen. Doch seine begeisternden zwei Konzerte hier im Jahr 2011 und 2013 haben ihn doch noch einmal dazu veranlasst, im Sparkassen-Park Mönchengladbach ein letztes Konzert im Sommer 2016 in NRW zu spielen.

TERMIN: SAMSTAG, 16.7.2016

LIONEL RICHIE ist nicht nur einer der erfolgreichsten Soulsänger aller Zeiten, er hat nicht nur vier Grammys und einen Oskar und knapp 100 Millionen Alben verkauft, er hat nicht nur 22 Top Ten Chart-Platzierungen in den USA gehabt, er ist vor allem einer der sympathischsten Musiklegenden auf dem Planeten. Wenn er die Bühnen dieser Welt betritt, dann erfüllen sich alle Gesichter mit Lächeln und man freut sich auf das, was da kommen mag. Jetzt wird Lionel Richie zum ersten Mal in Mönchengladbach zu sehen sein.

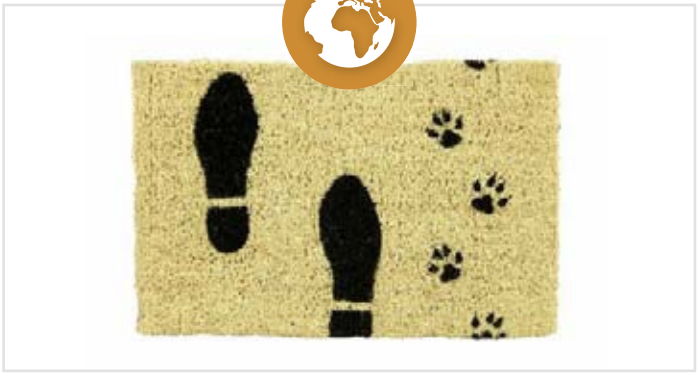
Tickets gibt es an allen bekannten VVK-Stellen, im Hall of Tickets (Alter Markt, MG) oder unter: **www.westticket.den / www.sparkassenpark.de**

Blind Date | 3.2.-5.3.2016

BLIND DATE MIT EINEM BUCH

In der Stadtbibliothek Mönchengladbach kann man sich vom 3. Februar bis zum 5. März auf ein Blind Date mit einem Buch einlassen und vielleicht die (Buch)Liebe fürs Leben entdecken. Weniger riskant als ein richtiges Blind Date, aber ebenso aufregend. Die Mitarbeiter der Bibliotheken in Mönchengladbach, Rheydt, Rheindahlen und Giesenkirchen haben eine bunte Mischung ausgewählt und schön verpackt. In jedem Buch liegt ein kleiner Zettel, auf dem man mitteilen kann, ob sein „Blind Date“ ein Erfolg war oder nicht.

Details zu Standorten und Öffnungszeiten unter www.stadtbibliothek-mg.de oder Tel. 02161 256345.



Fairschenkt, Fairführt, Fairkostet

KREATIVE FUSSMATTEN

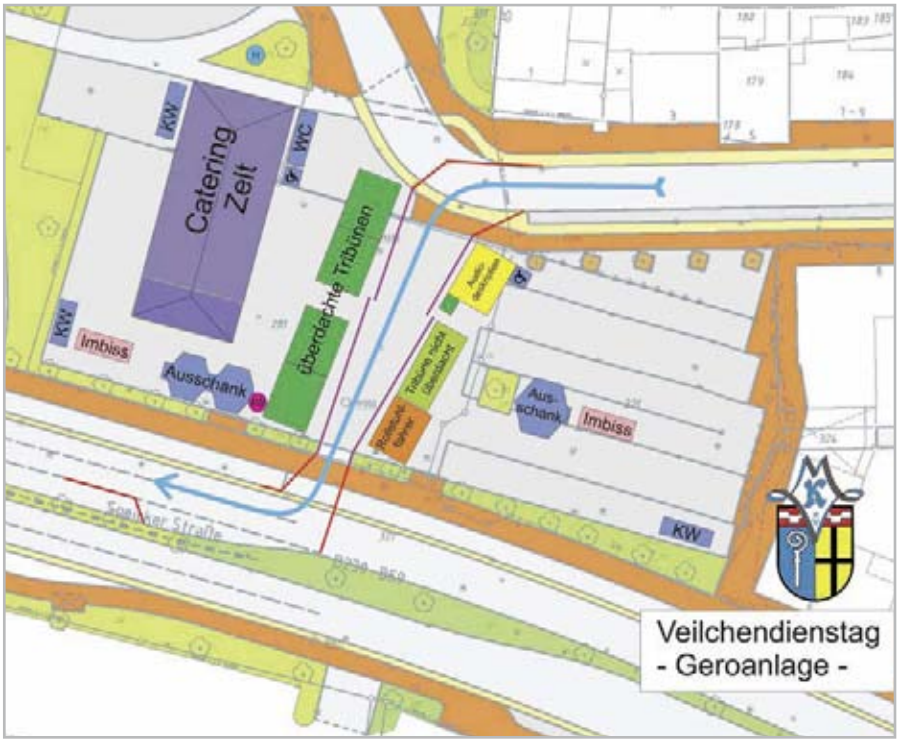
Mit subtilem Humor schaffen Sie schon an der Tür positive, gastfreundliche Atmosphäre. Ob es die bunte Aufschrift „Fair Laufen?“ ist oder einfach die „wortlose“ Aufforderung durch die menschlichen und tierischen Fußabdrücke – die Matten überzeugen durch witzigen Look. Die kreativen Fußmatten werden im indischen Bundesstaat Kerala, man nennt ihn auch Land der Kokospalmen, von dem Handelspartner Shertallai gefertigt. Hergestellt werden sie ganz traditionell aus Kokosfasern. Preis: 24,95 €, Maße: H 40 cm, B 60 cm oder 11,95 €, Maße: H 26 cm, B 40 cm

Eine-Welt-Laden Mönchengladbach | Eine-Welt-Laden Mönchengladbach | Abteiberg 2 | 41061 MG | Tel. 02161 21766 | www.eineweltladenmg.de

FOTOS: DE.123RF.COM/PROFILE_ERIK48213, VERANSTALTER, GEPA

DIE NARREN SIND LOS!

Am Veilchendienstag zieht einer der längsten Karnevalszüge Deutschlands durch die Straßen Mönchengladbachs. Er startet am 9. Februar 2016 um 13 Uhr 11 unter dem Motto: „M´r donnt wat m´r könne!“



INFO

AUF EINEN BLICK

TRIBÜNE

Der MKV stellt auf der Gero-Anlage Sitztribünen auf und bietet:

- reservierte Sitzplätze
- ein abwechslungsreiches Programm vor und nach dem Zug
- Moderation während des Zuges

Imbiss und Getränkestände sowie sanitäre Anlagen stehen in unmittelbarer Nähe bereit. Weitere Infos unter **www.zugleitung.de**

MENSCHEN MIT SEHBEHINDERUNG

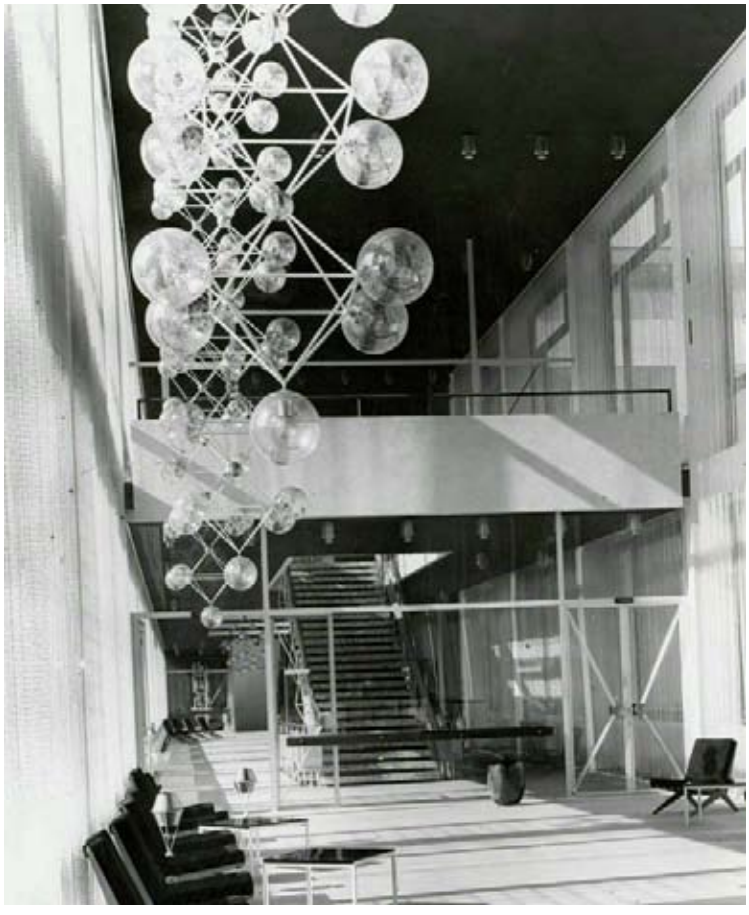
Mit Hilfe von Audiodeskription, also der mündlichen Beschreibung von Bildern, können Menschen mit Sehbehinderung in diesem Jahr den Zug ganz neu und live erleben. Der Service wird deutschlandweit zum ersten Mal bei einem Karnevalszug angeboten. Der Mönchengladbacher Karnevalsverband (MKV) arbeitet bei dieser besonderen Aktion mit dem Landschaftsverband Rheinland zusammen. Die Sprecherin ist Sarah Lierz, Master-Studentin für barrierefreie Medien, Fachfrau für Audiodeskription und glühende Karnevalistin, die lange Jahre im Mönchengladbacher Karneval aktiv war.

VERKEHRSINFORMATIONEN

Der gesamte Innenstadtbereich wird von 11.40 Uhr bis ca. 19.00 Uhr für sämtlichen Fahrzeugverkehr gesperrt. Dies bedeutet nicht nur den Zugweg, sondern auch alle Zufahrtsstraßen zum Zugweg. Auf den betreffenden Straßen herrscht absolutes Parkverbot. Abgestellte Fahrzeuge werden abgeschleppt.

FOTO: ZUGLEITUNG MKV

DAS STADTTHEATER



Das Foyer des Stadttheaters 1959.

Der Platz vor dem Theater vor dem Bau des Iduna-Hauses im April 1960.

Abriss des Foyers für den Bau der Theatergalerie 1991.

Da die Kaiser-Friedrich-Halle sich zunehmend als unzureichend für Theateraufführungen erwies, beschloss der Stadtrat 1955 den Bau eines eigenen Theatergebäudes. Nachdem verschiedene Architekten um Entwürfe für einen Ersten Bauabschnitt gebeten worden waren, entschied sich eine vom Stadtrat berufene Kommission 1956 für den Vorschlag von Paul Stohrer aus Stuttgart. Ein Teil der Stadträte sah den Neubau ungern und hätte lieber die Mittel für den nach den Kriegszerstörungen weiter dringend nötigen Wohnungsbau eingesetzt gesehen.

Anfang Mai 1957 begannen die Bauarbeiten, wobei der erste Entwurf Stohrers dahingehend geändert wurde, dass die Gebäudehöhe sich am C&A-Gebäude orientierte und das Gebäude etwas zur Steinmetzstraße hin verschoben wurde. Das Richtfest erfolgte im April 1958 und nun wurde beschlossen, das Foyer (im Volksmund „Raucherbein“ genannt), welches eigentlich Teil eines zweiten Bauabschnitts sein sollte, bereits jetzt zu Errichten. Der zweite Bauabschnitt sollte Foyer, Gastronomie und Kulissenlage sowie Werkstätten beherbergen und zusammen mit dem (ebenfalls von Stohrer geplanten) Iduna-Haus errichtet werden. Das Iduna-Haus wurde nach Fertigstellung des Schauspielhauses errichtet. Zusammen mit dem C&A-Gebäude und dem Sonnenhaus entstand ein städtebaulich geplanter Platz. Mit einem feierlichen Festakt wurde der Bau am 10. September 1959 seiner Bestimmung übergeben. Der Vorplatz wurde mit Brunnen und Zierbeeten gestaltet. Bereits in den 1980er-Jahren kamen erste Vorschläge eines Teilabrisses auf, die Sparkassenhauptverwaltung sollte hier einen Neubau erhalten. Dies scheiterte am Widerstand der Bürgerschaft, und die Sparkasse errichtete einen Neubau am Bismarckplatz.

Nach dem aufwändigen Umbau der Stadthalle Rheydt zu einem Opernhaus 1982-1984 fand im Haus an der Hindenburgstraße nur noch das Schauspiel stattfand. Oper, Operette und Ballet nutzten das Rheydter Haus. Mit dem Bau der Theatergalerie 1991-1993 wurde stark in die Platzgestaltung eingegriffen. Der für den einst geplanten zweiten Bauabschnitt vorgesehene rückwärtige Bereich wurde hierzu vollkommen überbaut. Das „Raucherbein“ wurde für die Baumaßnahmen abgerissen und im Anschluss wieder aufgebaut. 1996 wurde der Spielbetrieb seitens der Vereinigten Städtischen Bühnen im Schauspielhaus eingestellt, vom Oktober 1996 bis August 1998 fanden noch Aufführungen des Musicals „Gambler“ statt. 2000 stellte die Erhaltung des Stohrerbaus keinen Hinderungsgrund für eine Neunutzung des Geländes in zentraler Stadtlage mehr dar. Nach dem kurzen Zwischenspiel als „Museum X“ während der Sanierung des Museums Abteiberg wurde das Gebäude nach zehn Jahren Leerstand abgerissen.

Text: Dr. Christian Wolfsberger

FOTOS: STADTARCHIV MG

DIE BÜHNE KOMMT AUF DEN HUND

... ODER IST ES ANDERSRUM?

INTERVIEW: SABRINA FORST

Lars von Triers Film „Dogville“ ist eine fesselnde, aber auch beklemmende Reise durch den Irrgarten von Gut und Böse. Am 20. Februar feiert die Geschichte auf der Theaterbühne in Mönchengladbach Premiere. Schauspieldirektor Matthias Gehrt hat sie inszeniert, das Bühnenbild entwarf Gabriele Trinczek. Wir sprachen mit den beiden über die Kunst, einen so vielschichtigen Film auf die Bühne zu bringen.

FOTOS: MATTHIAS STUTTE

IHRE KÜNSTLERISCHE ZUSAMMENARBEIT BESTEHT SEIT ÜBER 30 JAHREN. SIE BEVORZUGEN DABEI OFT DIE „SCHWEREN“ STOFFE WIE ORESTIE, KING LEAR, FAUST, WOYZECK ODER OTHELLO. WAS FASZINIERT SIE AN DIESEN KLASSIKERN?

Matthias Gehrt: Wir interessieren uns beide für eine ähnliche Art von Literatur. Ich suche manchmal Projekte auch danach aus, was für uns beide passt. Für mich ist eine Inszenierung die Begegnung mit einem Dichter, der mich persönlich interessiert. Warum hat er dieses Stück geschrieben? Welche Umstände führten dazu? In welcher Zeit lebte er? Wie wurde damals Theater gespielt? Mir macht es großen Spaß, das zu recherchieren, Original-Schauplätze zu besuchen und durch die Biographien und die Zeit zu reisen. Ich ziehe daraus Schlüsse für meine Inszenierungen, dies natürlich auch mit Blick auf unsere Zuschauer.

NUN HABEN SIE SICH MIT „DOGVILLE“ EINEN FILMKLASSIKER AUSGESUCHT. NICHT GANZ SO ALT, ABER DENNOCH KEINE LEICHTE KOST. WO LIEGT DER SCHWERPUNKT DES STÜCKS?

Gabriele Trinczek: Im Stück geht es auch und zu einem großen Teil um das Thema „Arroganz“. Die Hauptfigur Grace - übersetzt „Gnade“ - wirft ihrem Vater, einem Mafia-Boss vor, sich über die Menschen zu erheben und zu entscheiden, wer weiterleben darf und wer den Tod verdient. Es kommt zum Eklat und sie flieht, von Schüssen verfolgt. Auf ihrer Flucht landet sie in einem Dorf in den Rocky Mountains, dessen Bewohner sie verstecken. Als Gegenleistung bietet Grace ihre Hilfe an, sie bei alltäglichen Dingen zu unterstützen. Alles läuft bestens, bis ein Steckbrief von ihr den Preis des Versteckens höher treibt. Grace wird zu immer mehr Arbeit gezwungen, schließlich gedemütigt und vergewaltigt. Sie lässt sich alles widerstandslos gefallen und entschuldigt die grausamen Taten der Dorfbewohner wieder und wieder mit der Begründung, dass „diese armen, einfachen Leute es ja nicht besser wissen“. Am Schluss ändert sie allerdings ihre Meinung.

Matthias Gehrt: Lars von Trier wirft dabei gerne ein paar Nebelkerzen, verwirrt und erzählt auf unterschiedlichen Ebenen. Der Film vermittelt auch, dass das Böse in uns allen immer sprungbereit unter der Oberfläche zivilisierten Verhaltens lauert. Es müssen nur einige Dinge passieren und schon kippt die Stimmung von Gut auf Böse. Der Flüchtling Grace wird im Stück mit offenen Armen von wohlmeinenden und wohlwollenden Menschen empfangen. Durch eine kleine Verschiebung der Situation kippt das Ganze in offene Aggression und jegliche Art von grausamer Verachtung. Dogville wirft die Frage nach der Belastbarkeit unserer Moral auf.

» DOGVILLE WIRFT DIE FRAGE NACH DER BELASTBARKEIT UNSERER MORAL AUF.

Gabriele Trinczek: Bei Lars von Trier tauchen viele christliche Motive auf.: Der Hund im Dorf heißt wie der Überbringer der zehn Gebote: Moses. Die Dorfgemeinschaft trifft sich in einem christlichen Gemeindehaus, das jedoch keinen Pfarrer mehr hat. Dann Grace, die jedem auch noch die zweite Wange hinhält. Und zum Schluss und zu guter Letzt kommt ihr Vater als großer Boss bzw. Godfather.

WAS SIND DIE GRÖSSTEN HERAUSFORDERUNGEN, WENN MAN EINEN FILM AUF DIE BÜHNE BRINGT?

Matthias Gehrt: Man verzichtet auf die Nahaufnahme und auf den Schnitt. Man hat nur die Totale zur Verfügung. Das Setting dieses Films ist dabei etwas ganz Besonderes. Lars von Trier hatte das Dorf für die Dreharbeiten in einer Fabrikhalle aufmalen lassen, es gab nur Grundrisse der Häuser in Form von Strichen auf dem Boden. Es gab keine Wände, nur ein paar Gegenstände, so dass man permanent alle Dorfbewohner als eine Art Organismus sehen kann: Die einen gehen schlafen, wachen wieder auf, trinken Kaffee, plaudern miteinander, während sich bei ihren Nachbarn nebenan ganz andere Dinge abspielen. Diese Grundidee haben wir für die Bühne übernommen. Ein großes Lob geht dabei an unser Ensemble. Alle Dorfbewohner sind die ganze Zeit auf der Bühne und lenken den Blick des Publikums, indem sie „leiser“ oder „lauter“ spielen, selber im Vordergrund stehen oder zurücktreten. Ein großes Experiment.

WIE HABEN SIE DAS UNGEWÖHNLICHE FILM-SETTING AUF DIE BÜHNE ÜBERTRAGEN?

Gabriele Trinczek: Das war eine schöne Herausforderung. Wenn man nur Grundrisse auf den Boden zeichnet und Wände fehlen, kann im Film die Kamera aus unterschiedlichen Perspektiven auf die Handlung schauen. Im Theater geht das natürlich nicht. Wir haben eine starke Schräge gebaut, die eine gute Sicht auf den Boden ermöglicht und einen Weg gefunden, auch dem Theaterzuschauer verschiedene Blickrichtungen in das Dorf zu ermöglichen. Lassen Sie sich überraschen!

INTERVIEWPARTNER

Regisseur Matthias Gehrt

Bühnenbildnerin Gabriele Trinczek

DAS JAHR IM MUSEUM ABTEIBERG

Ein Blick auf das Programm 2016.

Cathy Wilkes, Installation

CATHY WILKES – 14. FEBRUAR

Noch bis zum 14. Februar zeigt die in Glasgow lebende Künstlerin CATHY WILKES (*1966 Belfast) eine raumgreifend bühnenhafte Inszenierung von Menschenfiguren, Objekten und Gemälden. Die Ausstellung wurde realisiert in Zusammenarbeit mit der Tate Liverpool und dem Lentos Museum Linz.

MONIKA BAER – 6. MÄRZ BIS 12. JUNI

Die in Berlin lebende Malerin MONIKA BAER, Absolventin der Kunstakademie Düsseldorf in den frühen 1990er-Jahren, gehört zur ersten Generation von Künstlerinnen, die sich in der sehr männlich geprägten deutschen Malerszene durchsetzen konnte. Bereits ihre frühen Werkphasen erregten breites Aufsehen durch die Brechung von Erwartungshaltungen, die Wiederkehr von malerischer Figuration und eine bühnenhafte Theatralik von malerischen Motiven, Kompositionen und Farben. Eine starke Objekthaftigkeit kennzeichnet ihre Gemälde, es herrschen in ihnen Brüche und Abgründe, Oberflächen, die vom Abstrakten ins Körperliche und Dingliche kippen.
Aus der spezifischen Fragestellung ihrer Generation heraus lässt sich Baers Ansatz als eine Synthese von konzeptuellen und malerischen Elementen begreifen, in der die männlich dominierte Geschichte der Malerei unterlaufen oder dekonstruiert wird. Seit den mittleren 2000er-Jahren zeigte Baer keine institutionelle Einzelausstellung mehr in Deutschland. Nachdem sie 2013/14 zu großen Präsentationen am Art Institute Chicago und dem Williams College Art Museum New York eingeladen war, wurde es überfällig, das aktuelle Werk auch hier auszustellen, zumal es wichtig und wegweisend für eine jüngere Generation von Künstlerinnen und Künstlern geworden ist. (Realisiert in Kooperation mit der Kestnergesellschaft Hannover, dort 2. September bis 6. November 2016).

FOTOS: UWE RIEDEL, JENS ZIEHE, ACHIM KUKULIES

Links: Museum Abteiberg, Ansicht aus Skulpturengarten,
Rechts: Monika Baer, Überlieferung verpflichtet

VON DEN STRÖMEN DER STADT – 3. JULI BIS 11. SEPTEMBER

Die Verbindung des Museums Abteiberg zur Mönchengladbacher Innenstadt soll 2016 entscheidende Verbesserungen erfahren: Visionen aus der ursprünglichen Planung von Hans Hollein und Johannes Cladders in den 1970er-Jahren, das Museum ins Stadtzentrum zu integrieren, könnten Realität werden. Der Neubau des Sonnenhausplatzes, die Neuführung der Abteistraße, die Neuerschließung der Museumsbrücke mit Platz und Café sind in Umsetzung und werden im Sommer/Herbst 2016 voraussichtlich fertiggestellt sein. Die Beschäftigung des Museums Abteiberg mit Stadt und öffentlichem Raum wird weitergehen und soll – als Phase 3 im „Ahnungslosen Traum vom Park", realisiert in Kooperation mit Markus Ambach – neue Diskussionen initiieren, die in die Zukunft verweisen. Unter dem Titel VON DEN STRÖMEN DER STADT lädt das Museum Abteiberg in seiner Sommerausstellung 2016 ganz junge Künstlerinnen und Künstler dazu ein, ihre Gedanken zur aktuellen und künftigen Existenz des öffentlichen Raums darzustellen. Währenddessen werden die TRAUMSTRASSE von Alex Morrison in der Verbindungsachse Museum – Sonnenhausplatz (ab April 2016) und DONKEY'S WAY von Rita McBride auf dem neuen Stadtplatz (ab September 2016) als zwei neue dauerhafte künstlerische Installationen im öffentlichen Raum Mönchengladbachs zu erleben sein.

ANNE-MIE VAN KERCKHOVEN: WHAT WOULD I DO IN ORBIT? – 2. OKTOBER 2016 BIS 22. JANUAR 2017

Digitalität, Virtualität, künstliche Intelligenz – die Einwirkungen von wissenschaftlichen Erkenntnissen und neuen Technologien auf das menschliche Ego sind sehr früh von der belgischen Künstlerin ANNE-MIE VAN KERCKHOVEN (*1951 in Antwerpen) thematisiert worden, die in den späten 1970er-Jahren begann, gleichermaßen als bildende Künstlerin, Musikerin und Performerin zu agieren. Rund 40 Jahre umfasst das multimediale Werk Van Kerckhovens, in dem weibliche Selbstbetrachtung, wissenschaftliche Theorien und interdisziplinäre Forschungsfelder zusammenkommen. Die Ausstellung wird sowohl frühe als auch heutige Arbeiten präsentieren und mit ihnen eine allzu wenig bekannte Vorläuferschaft und Aktualität in der Ästhetik von Anne-Mie Van Kerckhoven darstellen: die parallele Existenz bzw. komplex wirksame Montagefähigkeit von analogen und digitalen Medien in der Gegenwartskunst.

ERSTER SONNTAG

Dank der kontinuierlichen Förderung durch die Stadtsparkasse Mönchengladbach wird das Projekt ERSTER SONNTAG im Museum Abteiberg mit freiem Eintritt, Führungs- und Kinderprogramm an den ersten Sonntagen aller Monate auch im Jahr 2016 fortgesetzt. Die nächsten Termine: 7. Februar, 6. März, 3. April 1. Mai, 5. Juni, 3. Juli, 7. August, 4. September, 2. Oktober, 6. November, 4. Dezember 2016.

NOBELPREISTRÄGER
IN MÖNCHENGLADBACH

„Wir sind nicht zivilisiert, solange auch nur ein einziges Kind auf der Welt in Sklaverei lebt!"

Friedensnobelpreisträger 2014

Kailash Satyarthi

7. April 2016, 20 Uhr

Kaiser-Friedrich-Halle, Mönchengladbach

Initiativkreis
Mönchengladbach

Fotos: CAA Speakers

www.adticket.de · Ticket-Hotline 0180/6050400

(0,20 €/Anruf inkl. MwSt. aus den Festnetzen, max. 0,60 €/Anruf inkl. MwSt aus den Mobilfunknetzen)

Bei uns
gibt`s immer neue
Herausforderungen

... und außerdem natürlich auch noch

attraktive Jobs in einem familiären Team mit Visionen und Zielen, bei fairer Bezahlung, mit spannenden Aufgaben, hohen Anforderungen, flachen Hierarchien, flexiblen Arbeitszeiten, Kaffee satt und Produkten, auf die man einfach nur stolz sein kann....

unter anderem als:

Anzeigenberater m/w Vollzeit
Agenturkontakter m/w Vollzeit
Büroassistent m/w Minijob
Onlineredakteur m/w Minijob

Alle Informationen und Stellenbeschreibungen finden Sie auf www.marktimpuls.de

marktimpuls
werbeagentur +verlag

marktimpuls gmbh & co. kg.
schiller**straße** 59
41061 mönchengladbach
www.marktimpuls.de

marktimpuls
werbeagentur + verlag
Kiosk

HINDENBURGER und
MEDIZIN + CO
jetzt auch mobil lesen mit unserer
KIOSK APP
für **iOS + Android**

ANDROID APP
Google Play Store

IOS APP
Apple App-Store

QR-Code scannen und unsere
Kiosk-App kostenlos herunterladen.

Marktimpuls
Die besten Seiten der Region
www.marktimpuls.de

Initiativkreis Mönchengladbach

EINE MARKE MADE IN MÖNCHENGLADBACH:

DER INITIATIVKREIS

Der Initiativkreis Mönchengladbach empfängt regelmäßig Nobelpreisträger – Michail Gorbatschow und der Dalai Lama zählen dazu. 2014 zeichnete NRW-Wirtschaftsminister Garrelt Duin die Nobelpreisträger-Reihe als „Ruhmreichste Veranstaltungsreihe Deutschlands“ aus. Beliebt ist auch die Initiativkreis-Reihe „Pioniere der Welt in Mönchengladbach“, zu deren bisherigen Gästen auch Vivienne Westwood und Felix Baumgartner zählen. Daneben punkten „Chöre der Welt“, „Solisten und Orchester der Welt“, „Campusgespräche“, „Rising Stars“ und „Kinderveranstaltungen“. Der 2003 gegründete Initiativkreis ist heute ein Zusammenschluss von aktuell 32 lokalen Unternehmern, die diese Veranstaltungen mit ihren Beiträgen finanzieren. Das Ziel, durch diese Top-Events den Bekanntheitsgrad von Region und Stadt zu steigern, ist erreicht. „Heute“, sagt der Sprecher des Initiativkreis, Rolf Königs, „ist Mönchengladbach weit über seine Grenzen hinaus als Veranstaltungsstadt mit unseren hochkarätigen Gästen im Gespräch.“ Organisiert und durchgeführt werden die Veranstaltungen von der Marketing Gesellschaft Mönchengladbach (MGMG).

Friedensnobelpreisträger Kailash Satyarthi
Im Dezember 2014 erhielt Kailash Satyarthi für seinen unermüdlichen Kampf gegen die Unterdrückung von Kindern und Jugendlichen den Friedensnobelpreis. Der indische Kinder- und Bildungsrechtsaktivist entsetzt sich darüber, dass in weiten Teilen Südasiens Kinderarbeit gesellschaftlich akzeptiert ist. 1980 gründete er die „Bachpan Bachao Andolan“, die erste indische Organisation, die sich gegen die Versklavung von Kindern stemmt, deren Eltern überschuldet sind. Es wird geschätzt, dass die BBA seit ihrer Gründung bis zu 80.000 Kinder aus Sklavenarbeit befreit hat. Kailash Satyarthi kommt exklusiv am 7. April in die Kaiser-Friedrich-Halle. Tickets (25 €) im Vorverkauf unter www.adticket.de, Tel. 0180 6050400, und an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Kailash Satyarthi

INFO

WEITERE VERANSTALTUNGEN

2. JUNI – GARRY KASPAROV
Ein Abend mit dem Mann, der Schachgeschichte schrieb. 20 Uhr, Kaiser-Friedrich-Halle

17. SEPTEMBER – 8. M’GLADBACHER TASCHENLAMPENKONZERT
Ein Mitmach-Konzert nicht nur für Kinder. 19:30 Uhr, Park der Volksbank Mönchengladbach-Neuwerk, Senefelderstraße

16. DEZEMBER – CAPE TOWN OPERA CHORUS
Das stimmgewaltige Opernsänger-Ensemble präsentiert seine aktuelle Produktion „African Angels“. 20 Uhr, Kaiser-Friedrich-Halle

www.ik-mg.de | www.mgmg.de

FOTO: CAA SPEAKERS

HINDENBURGER *präsentiert*

SINGLES IN MÖNCHENGLADBACH

LOVE SHACK

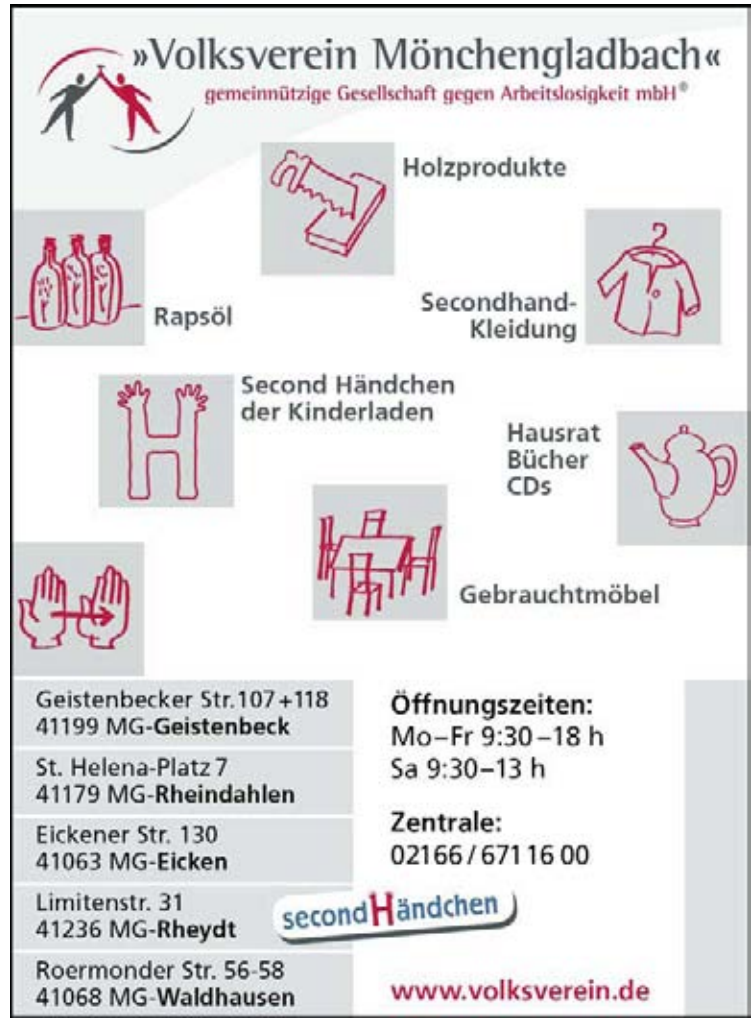
Du bist Single? Du bist zwischen 30 und 50 Jahre alt, hast keine Lust, alleine etwas zu unternehmen? Onlinedating ist nicht so Dein Ding und Du schaust lieber im echten Leben nach dem passenden Deckel, hast aber auch keine Lust auf noch ein Speed-Dating-Event? Nun vielleicht haben wir ja die richtige Idee.

Auch in unserem Team gibt es Singles, die wissen wie es ist, am Wochenende zu Hause zu sitzen und sich zu fragen, ob man doch alleine ausgehen kann. Singles, deren Freunde alle in Beziehungen sind, denen irgendwann die Decke auf den Kopf fällt und die dann doch in die Gemeinschaft der Verzweifelten eintreten - dem Onlinedating. Singles outen sich nicht wirklich gerne als Singles. Irgendwie ist "Single sein" wohl ähnlich wie "eine ansteckende Krankheit haben". Zu Single-Events gehen doch auch nur die ganz Verzweifelten - oder? Warum eigentlich? Ist Onlinedating wirklich besser als das echte Leben? Angst vor der Verbindlichkeit, jemandem in die Augen sehen zu müssen und sich zu entscheiden? Hop oder Top? Natürlich sind nicht alle, die zum Single-Event kommen Dein Typ - vielleicht sogar gar keiner - , aber eventuell sind es ja nette Menschen, die in der gleichen Situation wie Du sind. Leute, mit denen man mal was unternehmen kann. "Neue Bekannte finden" hat doch auch was, wenn es mit dem Herz schon nicht klappt. So hat man wenigstens jemanden, der sich den Platz an der Bar mit einem teilt auf der Suche nach Mr. und Mrs. Right. Ach so - Du hast genug Freunde? Ok! Aber waren das nicht die mit der Beziehung, die nie Zeit haben, oder kurzfristig keinen Babysitter finden?

Unsere Team-Singles haben sich mal Gedanken gemacht, mit unseren Partnern Kontakt aufgeommen und ein paar nette Ideen auf die Flipchart gebracht. Herausgekommen ist der "Love Shack" (ja im Single-Universum ist die Namensfindung nicht einfach), eine Veranstaltungsreihe, in der wir Singles zusammenbringen, neutral und ohne Zwang. In lockerer Runde, bei Sachen, die Spaß machen und bei denen man nicht alles so bierernst nehmen sollte. Wie sieht`s aus? Traut Ihr Euch raus aus der Kuscheldecke, weg vom Monitor, ins echte Leben?

Los geht es am **Freitag, dem 26. Februar** mit der Hindenburger "Love Shack"-Filmnacht im Haus Zoar. Nette Menschen + Film + After-Movie Cocktail für 15.- €. Nur mit Voranmeldung und Vorverkauf.

Mehr Infos und Anmeldung online auf loveshack.hindenburger.de



EINFACH LESEKALISCH!

//TEIL 2

Text: Sabrina Forst

Wie die Stadtbibliothek bei Grundschulkindern die Lust am Lesen weckt und gemeinsam mit Partnern die Lesekompetenz fördert.

Die Sprach- und Leseförderung ist seit Jahren ein Schwerpunkt der Arbeit der Stadtbibliothek Mönchengladbach. Sie möchte die Lesefreude wecken und kooperiert deshalb eng mit Schulen, unterstützt Eltern und Pädagogen. Das preisgekrönte Konzept aus Mönchengladbach setzt dabei auf Anreize und attraktive Vorbilder wie Borussen-Maskottchen und Lesebotschafter Jünter. In der Januar-Ausgabe des HINDENBURGER haben wir die Angebote für Vorschulkinder vorgestellt, in dieser Ausgabe geht es um die Leseförderung der Grundschüler.

SPRACHKURSE UND BILDERBÜCHER

Sprachkompetenz ist enorm wichtig, gerade – aber nicht nur – für Kinder mit Migrationshintergrund. Die Sprache ist der Einstieg in eine gute Schulbildung, in den Beruf, ins Studium. Man kann also gar nicht früh genug mit Sprachkursen beginnen. Die Stadtbibliotheken können ein erster Anlaufpunkt sein. Hier gibt es beispielsweise Sprachkurse, Bücher und Filme – offline und online. Arabisch, Englisch, Französisch, Niederländisch, Spanisch, Griechisch, Polnisch, Russisch

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_PETRO

und Türkisch, ein- und mehrsprachig, zum Lesen und Hören! Bücher ohne Worte und Bildwörterbücher sind der erste Einstieg für Flüchtlinge. Ganz entspannt können Familien am Sonntag in Rheydt die Interkulturelle Familienbibliothek besuchen und auf Entdeckungsreise gehen.

BUCH UND BIBLIOTHEKSAUSWEIS

Seit zehn Jahren gibt es die „Aktion Lesezeichen", bei der alle i-Dötzchen – 2015 waren es mehr als 2.000 – einen Gutschein für ein Erstlesebuch und einen Bibliotheksausweis bekommen. Ohne Partner kann eine solche Aktion nicht realisiert werden. 2015 haben Borussia und die Santander Bank den Kauf eines echten „Erstlese"-Bestsellers ermöglicht: „Das Olchi-ABC" von Erhard Dietl. Zu Beginn des zweiten Halbjahres erhalten Eltern den Gutscheinbrief über ihre Schule. Dann heißt es: nichts wie ab in eine der Bibliotheken in Mönchengladbach!

JÜNTER KOMMT IN DIE SCHULE

Borussen-Maskottchen und Lesebotschafter Jünter kommt gerne in die Schule und erlebt gemeinsam mit den Kindern kleine Abenteuer. Voraussetzung: Die Kinder müssen ihn einladen und ihm eine Lese„leistung" präsentieren. Wenn Jünter vorwegstürmt, reißt er alle mit, begeistert sie für Bücher und Geschichten, Jungs wie Mädchen, Noch-Nicht-Leser, Leseanfänger und Fortgeschrittene, Kinder aus Deutschland und anderen Ländern.

MEDIENBOXEN, KLASSENSÄTZE UND UNTERRICHTSMEDIEN

Mit Medienboxen und Klassensätzen können sich Lehrer die Bibliothek auch in ihre Schule holen. Die Boxen sind mit Unterrichtsmedien, Filmen, Texten, Geschichten, Büchern zu einem bestimmten Thema gefüllt - von A wie „Das alte Ägypten" über M wie „Miteinander Leben!" bis Z wie „Zirkus". Neben den Unterrichtsmedien – zum Ausleihen und Downloaden – finden Pädagogen in der Zentralbibliothek auch Geräte zu ihrer Nutzung.

LESECLUB RHEYDT

6- bis 9-Jährige können im Leseclub in der Stadtteilbibliothek Rheydt mit Freunden lesen. Und nicht nur das! Im Club wird auch geforscht und entdeckt, gebastelt und gestaltet. Dabei kommt neueste Technik zum Einsatz. Jeden Samstag von 15 bis 16:30 Uhr erkunden die Leseclubber ihren ganz persönlichen Buchstaben- und Geschichten-Dschungel.

WORKSHOP UND FÜHRUNGEN

Die Stadtbibliothek lädt immer wieder Gruppen und Schulklassen ein, die über spannende Workshops und bei Führungen die Angebote kennenlernen. Grundschüler entdecken die Bibliothek und ihre Möglichkeiten beispielsweise bei einer Rallye. Mit Tablet und App macht das Ganze zukünftig noch mehr Spaß. In Kooperation mit HOME PLUS, der Bildungsförderung an Grundschulen, werden ab 2016 auch spezielle Elternführungen angeboten.

„FÜR JUNGS"

Noch immer lesen Jungs viel weniger als Mädchen. Damit sich das ändert, hat die Stadtbibliothek ein ganz besonderes Angebot: „Für Jungs" ist eine Initiative, bei der sich alles um Jungs dreht. Stichwort und Logo markieren Bücher, Medien und Aktionen, die vor allem eins sind – extra für Jungs. In einem extra Bereich in der Bibliothek versinken sie in coolen Sitzsäcken, werden Torjäger, Superheld, Drachentöter …, denn in Büchern kann man alles sein. Es ist übrigens ganz egal, WAS Kinder lesen. Jungs bevorzugen oft Sachbücher. Auch das ist okay, ebenso wie es Comics oder Mangas sind.

INFO

BILDUNGS-INVESTOREN GESUCHT

Ende 2015 hat der Förderverein „Lust am Lesen e. V." – unterstützt von der Stadtbibliothek – ein Projekt zur Förderung von Grundschulbibliotheken gestartet. In vielen fehlt es vor allem an aktuellen Büchern, nicht nur in Deutsch. Als erster Förderer unterstützt ein Serviceclub die Schulbibliothek der GGS Eicken. Weitere Bildungsinvestoren werden gesucht! Wer mehr erfahren oder das Projekt unterstützen möchte, wendet sich an Frieder Stephan, den Vorsitzenden des Fördervereins der Stadtbibliothek „Lust am Lesen e. V." unter LesenMG@aol.com oder Tel. 02166 23247.

Jungen lesen anders als Mädchen. Die Stadtbibliotheken in Mönchengladbach berücksichtigen das mit einem speziellen Angebot „für Jungs".

Weitere Infos zur Leseförderung der Stadtbibliothek unter:

Tel. 02161/256345,
service-Bibliothek@moenchengladbach.de,
www.stadtbibliothek-mg.de

FOTOS: VERLAG, STADTBIBLIOTHEK, BORUSSIA MÖNCHENGLADBACH

GENERATION BEZIEHUNGSUNFÄHIG

INTERVIEW: SABRINA FORST

Am 16. März 2016 kommt Michael Nast nach Mönchengladbach ins TIG. Wir sprachen mit ihm über sein Buch „GENERATION BEZIEHUNGSUNFÄHIG“, das Mitte Februar erscheint, und über eine Generation, die nach Perfektion strebt und sich selbst inszeniert.

WER IST DIE „GENERATION BEZIEHUNGSUNFÄHIG“?

Auf jeden Fall sehr viel Menschen mehr als ich angenommen habe, als ich die Kolumne geschrieben habe. Ich muss dazu sagen, dass ich weder ein Psychologe noch ein Soziologe bin, das Buch ist auch kein Ratgeber, keine Bedienungsanleitung. Ich beschreibe das Leben. Die Texte meines Buches sind Zustandsbeschreibungen, Innenansichten einer Generation, für die ihre Arbeit einen hohen Stellenwert hat, die sich mit Dreißig immer noch nicht alt genug für eine eigene Familie fühlen, die nach Perfektion streben, sich als Individuen über alles andere stellen, und sich fragen, ob diese Gegebenheiten überhaupt befähigen, eine funktionierende Beziehung zu führen.

WARUM IST DIESES THEMA AUF SO VIEL RESONANZ GESTOSSEN? WAS MEINEN SIE?

Offen gestanden, hat mich der Erfolg des Textes selbst überrascht. Für mich unterschied er sich gar nicht von meinen anderen Kolumnen, es ist dieselbe Haltung. Ich nahm an, in dem Text würde sich eine überschaubare Zahl von Leuten zwischen Ende 20 und Mitte 30 wiederfinden, inzwischen schreiben mir Leute zwischen 17 und 45. Ein befreundeter Journalist hat recherchiert, dass kein Artikel im deutschsprachigen Raum – mal ganz abgesehen von den 3 Millionen, die den Text gelesen haben – allein über Facebook-Likes mehr zustimmende Resonanz erzeugt hat, nicht einmal die großen Debattenartikel in den wichtigen Zeitungen. Es steht offensichtlich schlimmer als ich dachte. Aus diesem Impuls entstand auch das Buch, es besteht offensichtlich ein Bedarf dafür.

SIE SCHREIBEN, DASS WIR EINE GENERATION VON SELBSTDARSTELLERN SIND, DIE AN EINER FASSADE ARBEITEN, NACH DEM MOTTO „DAS LEBEN IST EIN KATALOGENTWURF, IN DEM ALLES PERFEKT SEIN MUSS“. WAR DAS DENN NICHT SCHON IMMER SO? MIR FÄLLT DA DER URALTE SPRUCH EIN: „WAS SOLLEN DIE NACHBARN DENKEN?“

Der Satz „Was sollen die Nachbarn denken?“ bezog sich ja darauf, dass man nicht mit skeptischen Blicken gemustert werden wollte, weil man nicht dem vorgegebenen Bild entsprach. Man wollte nicht auffallen. Heute will man auffallen, Aufmerksamkeit erregen, denn nur so kriegt man viele Likes, aus denen viele einen großen Teil ihres Selbstwertes ziehen. Auf sozialen Netzwerken präsentieren wir ja nicht das Bild von uns, wie es wirklich ist, wir präsentieren uns, wie wir gesehen werden möchten. Wir inszenieren uns wie Popstars, gerade Instagram ist da ein sehr gutes Beispiel. Wir stehen praktisch auf einer virtuellen Bühne. Der Freundes- und Bekanntenkreis wird zum Publikum, dem wir die vermeintlichen Höhepunkte unseres Lebens präsentieren, wie sie sie uns ja ebenfalls zeigen. Wir sind praktisch von Lügen umgeben, einer überzeichneten Wirklichkeit. Und da sehe ich eine Gefahr. Da entsteht eine Distanz. Das geht soweit, dass man schon Hemmungen hat, sich anderen zu öffnen, um das Bild, das man da modelliert hat, nicht zu gefährden. Wir pflegen und kultivieren unsere Fassade – also unser Ego – und verwechseln das mit unserer Identität.

EINE WEITERE THESE: DIE MEISTEN BEZIEHUNGEN IN DIESEM LAND GIBT ES NICHT AUS LIEBE, SONDERN WEIL DIE LEUTE NICHT ALLEIN SEIN KÖNNEN. WIE KOMMEN SIE DENN DARAUF UND WAR DAS FRÜHER ANDERS?

Das war früher nicht anders, und der Satz bezieht sich ja auf Leute, die nicht zwischen Alleinsein und Einsamkeit unterscheiden können. Die Liebe mit einem Zustand verwechseln. Sie wollen eine Beziehung, weil sie nicht mit sich allein sein können, vielleicht weil es dann schnell langweilig wird. Aber solche Beziehungen halten wahrscheinlich am längsten, der Anspruch ist ja nicht so hoch. Inzwischen verschiebt sich das, darum gibt es ja so viele Singles wie nie zuvor. Heute sind die Ansprüche zu hoch. Man denkt in Idealzuständen, wenn man sich seinen zukünftigen Partner vorstellt. Es ist ein Perfektionsstreben, das uns schon anhand von Kleinigkeiten zweifeln lassen. Und weil uns durch das Internet noch nie so bewusst war wie heute, wie viele potenzielle neue Partner es da draußen gibt, orientiert man sich lieber gleich neu.

ES GEHT IHNEN NICHT NUR UM DIE LIEBE, SONDERN AUCH UM EGOZENTRISCHE LEBENSENTWÜRFE UND DIE ARBEIT. „ARBEIT GILT ALS AUSDRUCK DER EIGENEN PERSÖNLICHKEIT, DER EIGENEN WÜNSCHE UND TRÄUME. WENN MAN SEINE TRÄUME VERWIRKLICHT, EMPFIN-

HEUTE WILL MAN AUFFALLEN, AUFMERKSAMKEIT ERREGEN, DENN NUR SO KRIEGT MAN VIELE LIKES.

DET MAN SEINE ARBEIT NICHT ALS ARBEIT, SONDERN ALS LEIDENSCHAFT“, BESCHREIBEN SIE IN EINEM INTERVIEW. WAS IST DARAN VERKEHRT?

Daran ist gar nichts verkehrt, das ist ja auch meine Haltung, es geht nur darum, das richtige Maß zu finden. Zwei Jahre nachdem ich meine erste Kolumne geschrieben habe, stellte ich fest, dass ich seitdem keine Freundin mehr hatte. Das Schreiben hatte sie praktisch ersetzt. Schon rein zeitlich hätte ich Arbeit und Beziehung nicht unter einen Hut bekommen. Ich glaube, man muss sich da disziplinieren, durch unser Handy haben wir das Büro ja sozusagen immer dabei. Aber wir gucken bei jeder neuen Mail auf unser Handy, es ist ja eine Sucht. Eine Frau hat mir einmal erzählt, wie schlecht es ihr ging, als sie mal zwei Stunden lang keine Nachricht bekommen hat. Und es klang wie: „Seit zwei Stunden hat niemand an mich gedacht.“ Das ist schon eine beunruhigende Entwicklung. Ich kriege inzwischen auch keine Mails mehr auf mein Handy. Die lese ich ausschließlich am Rechner.

ANDERERSEITS ERWÄHNEN SIE DIE „EIGENTLICH-SÄTZE“, MIT DENEN LEUTE AUS IHREM BEKANNTENKREIS IHR LEBEN BESCHREIBEN. DAS SIND DIEJENIGEN, DIE IHRE TRÄUME NICHT VERWIRKLICHEN. WAS IST NUN BESSER?

Das bezieht sich auf Leute, die zu viele Kompromisse machen, weil sie sich fürchten, ihre Komfort-Zone zu verlassen. Die nur Kopfentscheidungen treffen, unzufrieden mit ihrem Leben sind und dann doch nichts ändern. Das nennen sie dann vernünftig. Aber wenn jemand zu viele Kompromisse macht, könnte er irgendwann feststellen, dass das eigene Leben zu einem Kompromiss geworden ist

WAS ERWARTET DEN BESUCHER BEI IHRER LESUNG? EIN VORTRAG? EIN LUSTIGER ABEND? EIN DIALOG?

Es ist eine Lesung. Es sind erzählend essayistische Texte. Auf meinen Lesungen wird auf jeden Fall viel gelacht, meine Texte sind ja tragikomisch. Lesungen sollen meiner Auffassung nach auch unterhalten.

WER SOLLTE DIE LESUNG AUF KEINEN FALL VERPASSEN?

Es ist vielleicht besser zu sagen, für wen sie nichts ist: Jeder, der mit einer Ratgeber- oder Lebenshilfe-Veranstaltung rechnet, geht mit falschen Erwartungen in den Abend. Und wem Ironie fremd ist, dem wird der Humor in meinen Texten wohl auch fremd sein.

GEWINN SPIEL

Wir verlosen 5 x 2 Tickets für die Lesung von Michael Nast am 16. März im TIG in Mönchengladbach und 3 signierte Bücher. Schreiben Sie einfach bis zum 29. Februar 2016 eine E-Mail mit dem Betreff „Michael Nast“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 39.

FOTO: MICHAEL NAST

VALENTINSTAG

„Valentinstag ist eine Erfindung der Blumen-Industrie“? Stimmt nicht. Der 14. Februar war in vielen heidnischen Bräuchen ein Tag mit zukunftsweisenden Vorzeichen. Paare wurden per Los vereint, Mädchen sollten den ersten Jüngling heiraten, der ihnen an diesem Morgen begegnete. Es kann also nicht schaden, dem Schicksal die Hand zu reichen und am 14. Februar für eine romantische Stimmung zu sorgen, oder?

Text: Sabrina Forst

WACHSENDE BOTSCHAFTEN

Botschaften, die nach und nach heranwachsen – etwa rosafarbene „Ich liebe Dich“-Blumen, „Scharfe Sache“-Chilis, „Sei glücklich“-Sonnenblumen oder „Biermonster“-Hopfen. Ganz nach Status und Stimmung der Beziehung ist also für jeden die richtige Botschaft dabei.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 7,90 €

ERBLÜH-TEELINI

Blumen einmal ganz anders: fein aromatisierter Erblüh-Tee. Im Innern der Kugel befindet sich eine kunstvoll eingebundene exotische Blüte. Ihr Geheimnis entfaltet sie, wenn sie in eine Tasse mit kochend heißem Wasser gegeben wird. 12 Teelini in 4 Geschmackssorten: Pfirsich, Jasmin, Vanille, Zitrus.

Gesehen bei **www.design-3000.de** | 24,90 €

DIE UNZERTRENNLICHEN

Die Unzertrennlichen sind sowohl aus der Vogelkunde als auch der Mythologie für ihre lebenslange Treue bekannt. Verliebte haben mit den Designer-Figuren von Kay Bojesens ein besonders edles Geschenk mit Botschaft zur Hand.

Gesehen bei **Tellmann Einrichten & Gestalten** | 99,– €

FOTOS: ANBIETER

MAGNETHERZ

Dieses Herz ist magnetisch und hat eine Aufnahme Funktion. In 10 Sekunden kann man so seinem Partner Liebesgeflüster und Nachrichten zukommen lassen.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 16,90 €

ROMANTISCHER WEIN

Die Frage „Wie sehr liebst du mich?“ dürft mit diesem Wein auf romantische Art und Weise beantwortet sein. „Love you to the moon and back...“ verkündet das Label des französischen Bordeaux.

Gesehen bei **www.design-3000.de** | 20,– €

24 KOMPLIMENTE

Ihre Partnerin/Ihr Partner möchte mehr Komplimente hören, aber Sie sind da wenig kreativ? Hier ist die Lösung: 24 Komplimente in Losform.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 9,90 €

MUPPETS-BLUMENKÖPFE

Wer Blumensträuße altmodisch und langweilig findet, kann sich mit Beaker, Animal oder Kermit aus der Muppet-Show helfen.

Gesehen bei **www.design-3000.de** | 12,90 €

Sioux Grashopper

seit 1910
SCHUHHAUS
Wintzen
Das Fachgeschäft mit dem guten Service

Hindenburgstraße 113
41061 Mönchengladbach
Mo - Fr 09:30 - 19:00
Sa 09:30 - 18:00

Hauptstraße 38
41236 Mg-Rheydt
Mo - Fr 09:30 - 19:00
Sa 09:30 - 16:00

www.schuhhaus-wintzen.de

Schatzinsel

Anzahl der Diamanten kann selber bestimmt werden.

HINDENBURGSTRASSE 110 · MG
INH. JUTTA KAISER · TEL. 206605

DIE EWIG BLÜHENDE

Diese Rose blüht für immer. Durch ein besonderes Verfahren, bei dem der echten Blume das Wasser entzogen und durch Glyzerin ersetzt wird, bleibt die natürliche Schönheit erhalten und dauerhaft gewährleistet.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 24,90 €

USB-HERZ

Der Song, bei dem man sich kennengelernt hat oder Fotos vom ersten gemeinsamen Urlaub: auf diesem USB-Herz hat alles Platz, was man seinem Partner/seiner Partnerin in Erinnerung rufen möchte.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 33,90 €

KLEBEKÜSSE

Einfach die Klebeküsse an gut sichtbaren Stellen anbringen und darauf hoffen, dass die/der Angebetete herausfindet, von wem die Überraschung kommt.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 4,95 €

LIEBESKRANICH

Jeder dieser Onia-Kraniche ist ein handgefaltetes Unikat. Auf dem Deckel der Verpackung steht: „Ich schenke dir Liebe. Ich denke an dich, ohne nachzudenken."

Gesehen bei **www.geschenkefuerfreunde.de** | 6,95 €

Designklassiker, die bewegen…

Der Eames Rocking Armchair, 1950 entworfen von Charles und Ray Eames, ist nicht nur ein schönes Stück Designgeschichte, er ist – in vielen Ausführungen und Farben – auch äußerst bequem. Am besten, Sie setzen sich gleich mal rein…

vitra.

TELLMANN EINRICHTEN & GESTALTEN.
FRIEDRICH-EBERT-STRASSE 76
41236 MÖNCHENGLADBACH
TELEFON: 02166/48024
TELEFAX: 02166/619224

www.tellmann-einrichten.de
tellmann

FOTOS: ANBIETER

HERZ-SPARDOSE MIT GRAVUR

Ein gemeinsamer Urlaub, ein lang ersehnter gemeinsamer Wunsch oder sogar die Hochzeit: Mit dieser gravieren Spardose schenkt man Aufmerksamkeit, ein Erlebnis und den Wunsch, gemeinsam auf etwas hinzuarbeiten. Die Herzspardose kann mit zwei Namen und einem Datum graviert werden.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 36,90 €

LIEBESPASS

Ihr Partner ist in Sachen „Beziehung“ noch ein echter Anfänger und braucht Tipps und Kontrolle, was die Pflege der romantischen Verbindung angeht? Mit dem Liebespass kein Problem. Das Liebesprotokoll dokumentiert, was Pärchen romantikbezogen so tun. Mit grünem, blauem oder rotem Einband inklusive Entwerterzange.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 16,80 €

BUCH DER LIEBE

Mit diesem Ausfüllbuch schreiben Sie Ihre ganz persönliche Liebeserklärung: Beim Ausfüllen und Einkleben, Ergänzen und Fertigbasteln entsteht ein bunter, dicker Liebesbrief voller Witz und Charme.

Gesehen bei **www.kunstmann.de** | 12 €

SCHLÜSSELANHÄNGER FÜR VERLIEBTE

Nutzen Sie den Valentinstag doch, um Ihrem Partner/Ihrer Partnerin das Angebot zu machen, endlich zusammenzuziehen. Einen größeren Beweis dafür, dass man es ernst meint, gibt es kaum. Die Schlüsselanhänger gibt es mit und ohne Gravur.

Gesehen bei **www.geschenkidee.de** | 18,90 €

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

RÖDELBRONN-MARKISEN
Sonnenschutz und mehr!
Winterrabatt -10% auf Markisen

Ihr Service-Fachmarkt in Neuss:
+ mehr Auswahl
+ mehr Service
+ auch Gartenmöbel
+ in einzigartigem Ambiente

Schellbergstr. 7a · 41469 Neuss
✆ 02131-4 40 51
www.roedelbronn-markisen.de

MG-SCHELSEN: NEUBAU-PENTHAUS

Aufzug: ja
Wohnfläche: 121 m²
Kaufpreis: 356.950 €
Zimmer: 3
Garage: 17.500 €
provisionsfrei

Attraktive und geräumige Penthauswohnung mit zwei Dachterrassen: Die hochwertige Eigentumswohnung wird in ruhiger Lage von Mönchengladbach-Schelsen errichtet. Sie wird mit einer Fußbodenheizung ausgestattet und bietet, neben einem Vollbad mit Wanne und bodengleicher Dusche, auch ein Gäste WC. Zudem wird die Wohnung mit einem Parkettboden ausgestattet und einzugsfertig gestrichen. Das Angebot ist für den Käufer provisionsfrei.

Bedarfsausweis vom 01.12.2015
Endenergiekennwert: 25 kWh/(m²a) inkl. WW
Wesentlicher Energieträger: Luftwärmepumpe
Energieeffizienzklasse: A+
Baujahr: 2016

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

MG-VENN: BUNGALOW MIT GARAGE

Baujahr: 1968
Wohnfl.: 121 m²
Kaufpr.: 298.000 €
Zimmer: 4
Grundstück: 398 m²
Courtage: 3,57 %

Attraktiver Bungalow in beliebter Lage, der ohne großen Aufwand bezogen werden kann. Der großzügige Wohn-/Essbereich mit einer Wohnfläche von ca. 48 m² verfügt über eine bodentiefe Fensterfront. Im hinteren Bereich des Bungalows finden Sie das moderne Badezimmer mit Wanne, Dusche und WC. Tageslicht und gute Lüftungsmöglichkeiten sind durch das Oberlicht gegeben. Das Schlafzimmer ist, wie auch das Kinderzimmer, großzügig gestaltet. Das sonnige und pflegeleichte Grundstück ist durch eine schöne Bepflanzung und die Nachbarschaftsbebauung, bestens vor fremden Blicken geschützt.

Verbrauchsausweis vom 03.09.2015, Endenergiekennwert: 159 kWh/(m²a) inkl. WW, Wesentlicher Energieträger: Gas, Energieeffizienzklasse: E, Baujahr: 1968

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

4 Z. ETW HOCHPARTERRE-HERMGES

Wohnfläche: 86 m²
Baujahr: 1955
Zimmer: 4 WE

Extras: EBK
Bezug: kurzfristig
Kaufpreis: 75.000 €

In unmittelbarem Umfeld zur Fachhochschule liegt diese gepflegte 3-4 Zimmer ETW im Hochparterre eines 9 Parteienhauses. Gäste-WC, Bad mit Fenster, separater Hauswirtschaftsraum und Schlafräume zum Garten gelegen sind nur einige der positiven Eigenschaften dieser Einheit. Sie möchten sich im Garten sonnen? Gerne! Oder benötigen einen 2.Kellerraum für Ihr Hobby? Dieser ist bereits vorhanden! Vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin!

Energiekennwert: E,142 kWh, Gasetage, Bj.1994,
Käufer-Maklerprovision 3,57 % vom beurkundeten Kaufpreis.

ENGER & DITTRICH Immobilien GmbH, Hohenzollernstr. 181, 41063 MG,
Tel. 02161 492690, www.enger-dittrich.de

FOTOS: ANBIETER

EINFAMILIENHAUS NAHE BRÜGGENER ALTSTADT

Wohnfläche: 140 m²
Grundstück: 496 m²
Zimmer: 3
Badezimmer: 1 + 1GWC
Terrassen: 1
Garagen: 2
Kaufpreis: 320.000 €
Wes. Energieträger: Gas
Energiebedarf: 121,60 kWh/m²*a €
Baujahr: 1992

Das hier angebotene einseitig angebaute Einfamilienhaus wurde im Jahr 1992 erbaut und liegt im Herzen von Brüggen, eingebettet in ein traumhaftes Grundstück, in direkter Nähe zur Brüggener Altstadt. Das Objekt ist architektonisch einzigartig. Ein gläserner Erker, ein im Jahr 2004 angebauter Wintergarten sowie eine hochwertige Ausstattung, wie etwa die Oberböden aus Granit und Vollholzparkett, verleihen dieser Immobilie einen individuellen und exklusiven Charakter. Zum Haus gehört eine in das Haus integrierte Doppelgarage, die bei Bedarf zu weiterem Wohnraum ausgebaut werden kann. Gerne stellen wir Ihnen alle Vorzüge, die Ihnen diese Traumimmobilie bietet, in einem Besichtigungstermin persönlich vor.
Energieeffizienzkl: D, Energieausweis gültig bis: 10.08.2025

Porta Mondial | Wallstr. 5 | 41061 MG |
Tel. 02161 4061828 | www.portamondial-moenchengladbach.de

Wir suchen

Junges Beamtenpaar aus Neuss sucht über uns EFH freistehend, Reihenhaus oder DHH mit Garten in Mönchengladbach und Umgebung bis max. € 350.000,-

Mönchengladbacher Unternehmer sucht mit unserer Hilfe exklusives EFH oder Villa in Mönchengladbach und Umgebung bis ca. € 650.000,-

Weitere konkrete Gesuche sind bei uns anhängig. Bitte wenden Sie sich auch an uns, wenn Sie eine Immobilie verkaufen wollen die nicht o.g. Kriterien entspricht. Wir sichern Ihnen vertrauliche und zielführende Vermarktung zu.

Porta Mondial Mönchengladbach · Wallstr. 5 · 41061 Mönchengladbach · Tel 02161/40 61 828
info@portamondial-moenchengladbach.de · **www.portamondial-moenchengladbach.de**

ENGER & DITTRICH

IMMOBILIEN GMBH · RDM · IVD

SIE WOLLEN VERKAUFEN?
WIR KÖNNEN VIEL FÜR SIE TUN!

IMMOBILIENMAKLER FÜR INVESTOREN UND PRIVATIMMOBILIEN

Unser Dienstleistungsspektrum:

- Unverbindliche, ausführliche Erstberatung
- Marktwertanalyse durch zertifizierte Immobilienwertermittler (Dekra)
- Bauschadenermittlungen durch geprüfte Bauschadenbewerter (Sprengnetter)
- Marketingexperten für optimale Präsentation Ihrer Immobilie
- Gestaltung verkaufsfördernder Grundrisse
- Beschaffung aller zum Verkauf notwendigen Unterlagen bei Behörden und Ämtern
- Professionelle Verkaufsstrategien und Präsentationen
- Bonitätsklärung des Käufers
- Unabhängige Finanzierungsberater – optimale Sicherheit für Käufer und Verkäufer
- Kaufpreis- und Vertragsverhandlungen – damit alle zufrieden sind
- Vorbereitung und Begleitung Notartermin
- Übergabe an den neuen Eigentümer
- Zusatzleistungen
- Home Staging
- Open-House-Besichtigungen
- Handwerker Empfehlungen
- Wir garantieren Ihnen individuelle Maßarbeit zum Nutzen von Käufern und Verkäufern

Ticker

BUNTE WINTERBLÜHER

SCHNEEGLÖCKCHEN

Der Sage nach hat ein Engel Schneeflocken in Blumen verwandelt, nachdem Adam und Eva aus dem Paradies vertrieben wurden. Im Laufe der Jahre erhielten die hübschen Winterblumen zahlreiche Namen wie „Hübsche Februar-Mädchen“ oder „Weiße Jungfrau“ – ein Symbol der Reinheit und Hoffnung.

KROKUSSE

Ob in Weiß, Rosa oder Violett: Wenn die Krokusse blühen, schlägt das Gärtnerherz höher. Bald kommt der Frühling und mit ihm die geleibte Gartensaison. Wer die Blütenpracht ab Februar genießen will, sollte die Krokusse an einen feuchten Ort pflanzen. Wachsen Krokusse auf dem Rasen, darf die Fläche erst nach dem Vergilben der Krokusblätter gemäht werden.

DIE ZAUBERNUSS

Die Zaubernuss – oder auch Hamamelis – bringt mit ihren gelben bis roten fadenförmigen Blüten fröhliche Tupfer in den Garten. Je nach Art blüht sie bereits schon im Januar. Die Zaubernuss mag humusreiche Böden und wächst recht langsam.

PFLANZEN ÜBERWINTERN

Bislang haben die Pflanzen auf dem Balkon noch gedacht, es sei Frühling. Doch für die wenigen wirklich kalten Wintertage in diesem Jahr sollte man Kräuter- und Kübelpflanzen ins Haus holen.

Text: Sabrina Forst

Wer Kräuter und Pflanzen auf der Fensterbank überwintert, der kennt das Phänomen. Die Stiele der Pflanzen werden immer länger und länger und knicken irgendwann um, während kaum Blätter nachwachsen. Das liegt an dem Missverhältnis zwischen Wärme und Licht. Die Heizung sorgt für Frühlings- oder sogar Sommertemperaturen, das Licht am Fenster ist jedoch nur in Winterdosis vorhanden. Die Pflanzen, versuchen also mit alle Kraft, ans Licht zu wachsen und „verhungern“ irgendwann. Um sie auch im Winter gesund und kräftig zu halten, brauchen Kräuter und Dekopflanzen mehr Licht. Damit ist nicht die normale Deckenbeleuchtung oder die Schreibtischlampe gemeint. Das Licht, das wir verwenden, um im Dunkeln sehen zu können, hilft den Pflanzen bei der Photosynthese nicht weiter.

Die richtige Wellenlänge

Fürs Wachstum von Blättern und Blüten brauchen Pflanzen bestimmte Wellenlängen des Lichts – ca. 660 Nanometer (Rot) und etwa 450 Nanometer (Blau) – am Besten im Verhältnis 8:1 bis 3:1. Heraus kommt ein lilafarbenes Licht, das nicht nur den Pflanzen gut tut, sondern auch interessante Lichteffekte im Wohnzimmer oder auf der Fensterbank zaubert. Erzeugt wird es von speziellen Pflanzenlampen, die es mittlerweile auch recht energiesparend auf LED-Basis gibt.

Die Fensterbank ist immer zu kurz

Die Pflanzenlichter haben einen weiteren Vorteil. Hobbygärtner wissen: Die Fensterbank ist im Winter immer zu kurz. Man bekommt gar nicht alle Kräuter und Gräser unter, die man hell und warm überwintern muss. Mit der Pflanzenlampe ist der Standort relativ egal. Das Licht wird einfach in eine hohe Schreibtischlampe geschraubt, mit der Zeitschaltuhr verbunden und schon haben Petersilie und Schnittlauch auch im Winter genug Licht für die Photosynthese. Gute LED-Pflanzenlampen gibt es – je nach Größe – ab etwa 20 Euro (ohne Halterung).

FOTOS: DE.123RF.COM/PROFILE_ULOCHKA,_ NIKKYTOK,_ BLUESTOCK,_ KONSTANTTIN,_ TONARINOKERORO

INFO

TIPPS

Im Zimmer leiden Pflanzen oftmals unter Pilzinfektionen. Kontrollieren Sie die Blätter daher möglichst häufig auf Schädlinge und entfernen Sie befallene Blätter sofort. Ganz wichtig: regelmäßig lüften! Andernfalls können die Wurzeln faulen. Je wärmer der Überwinterungsort, desto häufiger sollte auch gegossen werden.

TAOTRONICS LED PFLANZENLAMPE

Erstaunlich viele gute und sehr gute Bewertungen im Internet: Mit 12 Watt (auch mit 24 Watt erhältlich) ist der Stromverbrauch niedrig. Die Kosten halten sich also auch bei langer Nutzung in Grenzen. Die Lampe (rotes und blaues Licht) bleibt kühl durch passive Wärmeableitung.

➔ Gesehen bei amazon für 29,99 €

ESMART GERMANY PFLANZENLAMPE FAYE

Acht rote, drei blaue und eine orangefarbene LEDs sorgen hier für perfektes Pflanzenlicht. Der große Abstrahlwinkel von 120 Grad ist ideal für die Fensterbank. Geringer Stromverbrauch (12 Watt), bleibt kühl.

➔ Gesehen bei amazon für 34,99 €

BUCHTIPP

GARTENPFLANZEN RICHTIG ÜBERWINTERN

Gehölze, Stauden, Rosen, Teich- und Kübelpflanzen

Brigitte Goss, Christa Klus-Neufanger
ISBN: 978-3-8354-0816-6, Preis: 9,95 €

FOTOS: ANBIETER

...da blüh' ich auf!
Frühjahrstrends
schon jetzt entdecken

Öffnungszeiten:

Gartencenter
mo - fr von 9.00 - 18.30 Uhr
sa von 9.00 - 16.00 Uhr
so von 11.00 - 13.00 Uhr

Café
mo - fr von 11.00 - 17:00 Uhr
sa von 11.00 - 15.30 Uhr
so geschlossen

...da blüh' ich auf! Gartencenter Pötschke
Büttgener Str. 50 ● 47877 Willich
Tel. 02154.95570
www.poetschke-gc.de

BUY LOCAL
IRGENDWANN IST MAN ZU ALT
UM AUF EINER SCHLECHTEN MATRATZE ZU SCHLAFEN.
bettenbaues
ausgeschlafen einkaufen
Fliethstraße 69
41061 Mönchengladbach
Fon: 0 21 61 / 17 91 44
www.bettenbaues.de
Bei Betten Baues hat guter Schlaf bereits seit über 100 Jahren Tradition. Und eine schöne Zukunft.

Eine unserer guten Ideen
halten Sie gerade in der Hand
Und was können wir für Sie tun?
Marketingberatung - Marketingkonzept - Kreation
und mehr...
marktimpuls
werbeagentur +verlag
www.marktimpuls.de

VON LANGEN NASEN UND LAUEN NÄCHTEN

Freizeitpark Efteling startet in die Saison 2016.

Im Frühjahr schüttelt Efteling sein winterliches Gewand ab und heißt zwischen farbenfrohen Blumenbeeten und knospenden Bäumen einen neuen Bewohner willkommen: Pinocchio zieht in den Märchenwald ein. Die Holzpuppe, die es mit der Wahrheit nicht immer so genau nimmt, ist ab dem Frühjahr 2016 in Eftelings Märchenwald zu Hause.

Am 18. Juni feiert Efteling von 19:30 bis 24:00 Uhr Mittsommernacht. Alle Attraktionen sind den ganzen Abend über geöffnet, Foodtrucks zaubern originelle Köstlichkeiten und nach Einbruch der Dämmerung wird der Park magisch beleuchtet. Gegen Mitternacht begrüßen Besucher und Efteling-Bewohner gemeinsam den Sommer.

Neue Übernachtungsmöglichkeiten

Auf einem rund acht Hektar großen Gelände zwischen dem Freizeitpark und der Naturlandschaft „Loonsche Land“ werden bis zum Frühjahr 2017 Ferienhäuser und zentrale Einrichtungen geschaffen.

GEWINN SPIEL

Wir verlosen 3 x 4 Tickets für den Freizeitpark Efteling. Schreiben Sie einfach bis zum 29.2.2016 eine E-Mail mit dem Betreff „Efteling“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 39.

TIPPS FÜR KIDS

von Martin Huth

Närrische Kinder-Karnevalstour

Als kleine Mönche verkleidet ziehen die „Stadt-Erkunder“ auf verkehrssicheren Wegen durch die Altstadt und erleben in 90 Minuten Spiele, Abenteuer und Geschichten. Ideal für Familien, Kindergeburtstage und Schulausflüge. Eigens für Kinder bietet die MGMG außerdem weitere Sondertouren zu Ostern, Halloween, zum Weltkindertag und zur Weihnachtszeit an. Erwachsene: 4,– €; Kinder bis einschl. 14 Jahre: 8,– €.

Samstag, 6. Februar | 14:00 Parkplatz Geroweiher | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“
Reservierung: Reisebüro Haupts | Tel. 02161 820980
First Reisebüro | Tel. 02161 22001

Mensch, Mozart!

Im 2. Kinderkonzert sind Kobold Kiko (Paula Emmrich) und Dirigent Andreas Fellner schrecklich aufgeregt. Sie erwarten einen berühmten Gast: Wolfgang Amadeus Mozart. Er war ein richtiges Wunderkind! Schon als Kleinkind zog es ihn ans Klavier, mit fünf begann er zu komponieren, als Siebenjähriger unternahm er die erste Konzertreise durch Europa. Einiges von seiner Musik kennt Kiko schon. Und was ihm besonders gefällt: Das „Wolferl“ soll ein großer Spaßvogel sein und stets zu Streichen aufgelegt. Gemeinsam fällt ihnen beiden sicher so mancher Spaß ein! Viel über Mozarts Musik möchte Kiko auch erfahren und vor allem davon hören. Was bringt Mozart wohl mit? Vielleicht ein Violinkonzert oder eine Sinfonie oder eine Ouvertüre?

Sonntag, 21. Februar | 11:00 und 12:30 Uhr | Theater Mönchengladbach | Große Bühne

WERNER HOLZWARTH

Leise pieselt das Reh …

Altes Liedgut frisch aufgepöbelt

Da kann die Oma sich schon mal am Kuchenstück verschlucken, wenn aus dem Kinderzimmer zur beiliegenden Mitsing-CD die Umdichtungen von 40 Kinderliedklassikern tönen. Werner Holzwarth hat herrlich freche neue Texte gedichtet. Von „Kacka, kacka-, ruft's aus dem Klo“ über „Es tanzt ein Ri-Ra-Rotzemann“ bis „Wenn ich ein Monster wär“ kommt man als Erwachsener aus dem Lachen und Schmunzeln nicht heraus und Kinder lieben solche albern veränderten Lieder, die sie im Nu auswendig mitsingen können. Die Bilder von Lilli L'Arronge ergänzen die Texte aufs Beste und wieder ist dem Klett Kinderbuchverlag ein wunderbares Buch gelungen.

Klett Kinderbuch | ab 5 Jahre und für die ganze Familie | 19,95 €
Empfohlen von prolibri Buchladen GmbH
Schillerstr. 22-24 | 41061 MG | 02161 23640
Zur Burgmühle 20 | 41199 MG | 02166 601513
www.prolibri-buchladen.de

Weitere Veranstaltungen findet ihr im Terminkalender ab Seite 34 unter „KIDS“!

FOTOS: VERANSTALTER, VERLAG, ANBIETER

KILIFEE – 14. Kinderliederfestival im Stadtbad Rheydt

Das Kinderliederfestival
KiliFee
für flotte Jungs und pfiffige Mädchen

Mit 20 Konzerten und einem Workshop ist KILIFEE eines der größten Festivals in Deutschland. In Mönchengladbach, Viersen, Meerbusch, Krefeld und Neuss werden vom 28.2. bis 13.3.2016 wieder abwechslungsreiche und mitreißende Konzerte für die kleinen und großen Zuschauer geboten. Diesmal sind folgende hochkarätige Musikerinnen und Musiker aus der vielfältigen Kindermusikszene dabei: Patricia Prawit (das original Burgfräulein Bö aus Ritter Rost), Suli Puschban (aus Berlin), Klaus Foitzik (aus Billerbeck) und Geraldino (aus Nürnberg). Auch Lila Lindwurm wird natürlich musikalisch mitmischen mit einem Soloprogramm in Schulen und bei den Galas als Duo (Elke Kamper und Anders Orth) und in Bandbesetzung. Diese Familiengalas sind ein besonders tolles Highlight des Kinderliederfestivals. Es stehen mehrere der teilnehmenden Künstler gemeinsam auf der Bühne und präsentieren ein mitreißendes Programm. Zu Gast sind immer noch zusätzlich Kinderchor bzw. Musikprojekte wie die Trommelgruppe TschitschaPENG und die Kinderchorprojekte Singpause und JEKISS.

Eröffnungsgala mit Geraldino, Lila Lindwurm und den JEKISS-Kinderchören | Sonntag, 28. Februar | 16:00 Uhr | Musikschule | Carl-Orff-Saal

Rapatité oder Danke Rüdiger!

„Ich bin Ferdinand Schabrack Duvall, der Künstler, der in der Nacht malt“, sagt der Akteur. „Ich male mit blauer Farbe blaue Monde. Und mein Freund Rüdiger schickt mir die blaue Farbe. Danke, Rüdiger!“ Plötzlich schickt dieser Rüdiger etwas anderes als Blau. Die Kinder sagen dem Künstler, es sei die Farbe Gelb und man könne die Sonne damit malen. Er kennt aber die Sonne nicht, weil er tagsüber schläft. Also wecken ihn die Kinder am Tage, und er ist geblen-

det von der Sonne. Er kann seine Bilder nicht mehr sehen. Schabrack Duvall überlegt kurz, und dann klaut er die Sonne und versteckt sie. Doch dann meldet sich Gott bei ihm und sagt, er habe alles durcheinander gebracht. Was soll er jetzt tun? Ein turbulentes Ein-Personen-Stück von und mit Markus Kiefer für Kinder ab 4 Jahre.

Sonntag, 21. Februar | 16:00 Uhr + Montag, 22. Februar | 9:00 + 11:00 Uhr | BIS-Zentrum | Eintritt: 4,50 € (Kinder) und 6,– € (Erwachsene), 4,– € (Gruppen)

KRABBELKÄFERS BLUMENGARTEN

Neu im Februar: Der moses.Verlag macht Kinder mit dem Krabbelkäfer-Gewächshaus „Blumengarten“ zu kleinen Hobbygärtnern. Das Gewächshaus für die Fensterbank enthält eine Gewächshausschale und Haube mit Lüftungsöffnungen, einen Beutel torf- und kompostfreie Erde, je ein Tütchen Ringelblumen- und Sonnenblumensamen, zwei Pflanzschilder zum Beschriften, ein kleines Büchlein mit Anleitung zur Aussaat und Zusatzinfos. Ein kindgerechter Start in das Thema Gärtnern und Pflanzen.

GEWINN SPIEL

Wir verlosen zwei Blumengarten-Gewächshäuser. Schreiben Sie einfach bis zum 29.2.2016 eine E-Mail mit dem Betreff „moses.Verlag“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 39.

Kinder
sind
• schutzbedürftig
• schützenswert
• wertvoll

Deutscher Kinderschutzbund (DKSB) e.V.
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.

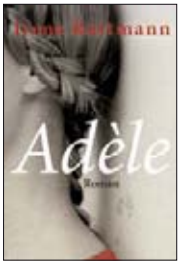
Spendenkonto:
Stadtsparkasse Mönchengladbach
BLZ: 310 500 00
Konto: 128 777

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

2010 MARKTIMPULS.DE

IRENE RUTTMANN
ADELE

BERÜHREND



Im Winter 1916 befindet sich der junge deutsche Drogist und Infanterist Max im Fronteinsatz an der Aisne in Frankreich. Kälte, Hunger und Todesangst setzen den Soldaten zu. Auf der Suche nach Salbei für seine erkrankten Kameraden trifft Max in einem Garten das Mädchen Adele. Um Max ist es geschehen. Max nutzt jede Gelegenheit, um bei Adele zu sein. Doch es sind nur Glücksmomente auf Zeit, denn der Krieg geht weiter. In poetischer Sprache, feinsinnig und zart, erzählt Irene Ruttmann die tragisch-schöne Geschichte einer unmöglichen Liebe in Zeiten des Krieges. „Adele" ist nur ein kleines Buch, aber ein ganz großer berührender Roman.

Zsolnay Verlag | ISBN: 978-3-552-05738-8 | 17,90 € | *Empfohlen von Buchhandlung Degenhardt | Friedrichstr. 14 | 41061 MG | www.buchhandlung-degenhardt.de*

CHRISTOPH PETERS
DER ARM DES KRAKEN

SPANNEND

Ein toter tätowierter Japaner im Erich-Mühsam-Park im Osten von Berlin, eigentlich Hoheitsgebiet der vietnamesischen Mafia. Droht ein neuer Bandenkrieg? Während Kommissarin Annegret Bartsch, seit 15 Jahren im Berliner Vietnamdezernat, die Ermittlungen aufnimmt macht sich auch der Yakuza Fumio Onishi auf eine blutige Suche nach dem Mörder und den Hintermännern der Tat. Wird es Bartsch gelingen, ihm eine Falle zu stellen? Virtuos montiert Peters die linear erzählte Tätersuche des Yakuza mit den inneren Monologen der Kommissarin und entführt uns in eine vietnamesische Parallelgesellschaft im Ostberliner Szeneviertel Prenzlauer Berg.

Luchterhand | ISBN: 978-3-630-87320-6 | 19,99 € | *Empfohlen von Buchhandlung prolibri | Schillerstr. 22 | 41061 MG und Zur Burgmühle 20 | 41199 MG-Odenkirchen | www.prolibri-buchladen.de*

AHARON APPELFELD
EIN MÄDCHEN NICHT VON DIESER WELT

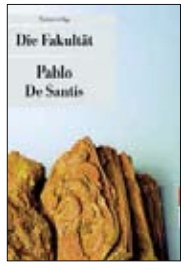
FEINFÜHLIG

Es liest sich wie ein Märchen und ist irgendwie auch eines, trotz der harten Wirklichkeit mit der zwei neunjährige Jungen plötzlich konfrontiert werden. Weil es für sie im Ghetto zu gefährlich wird, bringen ihre Mütter sie, mit Decken und Proviant ausgerüstet, in den Wald und versprechen, sie bald wieder abzuholen. Keine Mutter taucht auf. Die Jungen treffen aufeinander, helfen und beraten sich, finden zu einer engen Freundschaft, die ein Überleben ermöglicht. Von außen kommt unverhofft Hilfe von einer jungen Magd, die die beiden völlig uneigennützig mit Lebensmitteln versorgt, und damit das eigene Leben gefährdet, als „wäre sie nicht von dieser Welt".

Rowohlt Verlag | ISBN: 978-3-87134-788-7 | 18,00€ | *Empfohlen von Buchhandlung Wackes | Hindenburgstr. 139 | 41061 MG | www.wackes-buch.de*

PABLO DE SANTIS
DIE FAKULTÄT

DRAMATISCH



Ein Literaturstudent nimmt einen Nebenjob in der „Fakultät", dem Institut für Nationale Literatur, an und begibt sich in die Dienste eines Professors, der im Ruf steht, einzig authentischer Kenner eines allgemein in Vergessenheit geratenen Autors zu sein. Diese Stellung wird ihm von zwei weiteren Literaturfanatikern streitig gemacht. Eifersucht, Eitelkeit und Karrieresucht werden zum Kriminalfall in einer bedrückenden Kulisse aus verschimmelnden und für immer verlorenen Büchern. In einem anderen Erzählstrang geht es um Authentizität und Deutungshoheit eines Werkes und die daraus jeweils entstehende Macht und deren Missbrauch.

Unionsverlag | ISBN: 978-3-293-20279-5 | 8,90 € | *Empfohlen vom Antiquariat am St. Vith | Rathausstr. 10 | 41061 MG | www.antiquariat-am-st-vith.de*

FOTOS: VERLAGE

DIE BUNTE WELT DES JAZZ

INTERVIEW: SABRINA FORST

Die Reihe FineArtJazz steht seit 2014 für hochkarätige Jazzkonzerte in Mönchengladbach. 2016 finden, nach fast zweijähriger „Bauzeit“, nun Konzerte der Reihe in der Kaiser-Friedrich Halle statt. Veranstalter ist PublicJazz | events aus Gelsenkirchen. Wir sprachen mit den Machern, Susanne Pohlen und Bernd Zimmermann.

WARUM VERANSTALTEN SIE DIE REIHE FINEARTJAZZ GERADE IN MÖNCHENGLADBACH?

Susanne Pohlen: Die Bedeutung einer Stadt wird heute über die Existenz eines möglichst großen Einkaufszentrums und Megaevents definiert, die Kaufkraft bringen. Das ist wichtig, aber seien wir doch mal ehrlich: Lebensgefühl vermittelt das auf die Dauer nicht. Das eine ist praktisch und das andere findet selten statt. Lebensgefühl entsteht vor allem durch hochwertige Kulturangebote. Übrigens auch ein nicht zu unterschätzender Faktor für Firmen bei Standortentscheidungen.

ABER AUS DIESEM GRUND VERANSTALTEN SIE KEINE JAZZKONZERTE, ODER?

Susanne Pohlen: Nein. In erster Line mache ich das aus Liebe zu meiner Heimatstadt. Und das hat eben auch damit zu tun. Und – wir lieben und leben Jazz, freuen uns, wenn Menschen bei unseren Konzerten den Klangkosmos des Jazz für sich entdecken.

SIND DIE MUSIKER WIRKLICH HOCHKARÄTIG? VIELE VON IHNEN SIND JA NICHT SO BEKANNT.

Bernd Zimmermann: Das mit den Hochkarätern stimmt tatsächlich. Das ist im Jazz aber normal. Fast alle Musiker beherrschen ihre Instrumente exzellent. „Wenig bekannt“ stimmt auch. Jazzkonzerte zu veranstalten heißt deshalb vor allem, Vertrauen zu gewinnen und die Lust auf Neues, aufs Entdecken zu wecken.

UND DAS FUNKTIONIERT IN MÖNCHENGLADBACH?

Bernd Zimmermann: Ja, immer besser. Es gibt zwar böse Zungen, die behaupten, dass man das Jazzpublikum für Konzerte, wie wir sie durchführen, in Mönchengladbach an einer Hand abzählen

kann, aber das stimmt nicht und wir schauen ja auch nicht nur auf Mönchengladbach. Außerdem haben wir hier mit der MGMG und dem TIG zwei tolle Partner, die uns tatkräftig unterstützen. Aber eines ist auch klar: Ohne unsere engagierten Sponsoren ginge das nicht, wenn die Reihe ohne öffentliche Förderung stattfinden soll.

DAS BEDEUTET, SIE SIND MIT DEM SPONSORING DER MÖNCHENGLADBACHER ZUFRIEDEN?

Susanne Pohlen: Nein, natürlich nicht. Wir als Veranstalter gehen da schon ein ziemliches Risiko ein. Da gibt es noch viel Luft nach oben. Wir würden Jazz auch gerne jungen Menschen nahebringen. Es gibt nichts Spannenderes, als handgemachte Musik hautnah zu erleben. Jazz fordert und fördert Aufmerksamkeit und Konzentration, lehrt zu hören und sich auf Fremdes einzulassen. Herausforderungen also, die aktueller nicht sein können. Aber ohne weitere finanzielle Unterstützung geht das nicht.

WAS HABEN SIE DENN IN DER ERSTEN SPIELZEIT 2016 ZU BIETEN?

Bernd Zimmermann: Im März bieten wir zwei Konzerte an. Am 12.3. Kalle Kalima’s Long Winding Road. Ein Gitarrentrio aus Finnland, den USA und Deutschland. Sie mischen Westernsongs, finnischen Folk und klassische Musik mit Jazzelementen. Sehr spannend und nur einmal in NRW zu erleben. Am 17.3. dann Max Mutzke. Max ist ja nicht nur Songwriter und Popsänger, sondern auch Jazzer und Vollblutkünstler. 2013 erhielt er den begehrten Platin Jazz-Award. Er wird seine aktuelle CD präsentieren und natürlich seine bekannten Songs, wie Can’t Wait Until Tonight. Im April gibt es was für Genießer. Markus Stockhausen und Florian Weber. Beide sind hoch dekorierte Musiker und – anders als es der Name Stockhausen vermuten lässt - bieten sie ein melodiöses und filigranes Klangpanoptikum mit extremem Feingefühl. Im Mai kommt der britische „Gentleman Of Soul“ Ola Onabule in die Kaiser-Friedrich Halle. Onabule ist in Deutschland wenig bekannt, hat aber in Großbritannien und in den USA schon viele große Hallen bespielt. Im letzten Jahr war mit Diana Krall auf Tour.

DAS HÖRT SICH JA SEHR VIELSEITIG AN ...

Ist es auch. Und das ist auch unser Credo: Die bunte Welt des Jazz erlebbar zu machen. Denn Jazz ist weit mehr als Dixie und FreeJazz.

Weitere Infos unter **www.publicjazz.de**

FOTOS: GRTHIRTEEN

HIGH LIGHTS

IM FEBRUAR

THEATER

Dogville

Amerika in den Dreißiger Jahren, zur Zeit der Großen Depression. In Dogville, einer kleinen Stadt am Rand der Rocky Mountains, geht der junge Tom seiner Hauptbeschäftigung nach, er stellt Beobachtungen an. Der angehende Schriftsteller ist überzeugt, den Leuten von Dogville den Weg zu einem besseren Leben weisen zu können. Ab und an hält er im Gemeindehaus Vorträge über moralische Fragen, und für sein nächstes Thema, das „Annehmen", sucht er noch eine Veranschaulichung, am besten ein Geschenk für die ganze Stadt. Da taucht, verfolgt von Gangstern, eine Fremde in Dogville auf: Grace, eine junge, schöne Frau. Tom wittert seine Chance und entwickelt einen Plan. Dogville gewährt dem Flüchtling Asyl, dafür bietet Grace den Stadtbewohnern ihre Hilfe an. Wird Dogville dieses Geschenk annehmen können? Einige Wochen lang geht alles gut. Dann taucht die Polizei mit einem Steckbrief auf, mit dem nach Grace gesucht wird, und der Wind beginnt sich zu drehen. Lars von Triers Film aus dem Jahr 2003 wurde schon mehrfach für die Bühne adaptiert.
Sa. 20.2.2016, 19:30 (Premiere) | Theater Mönchengladbach | Große Bühne
Weitere Aufführungen: 25.2., 27.2., 4.3., 6.3., 11.3., 15.3., 23.3., jeweils 19:30 Uhr, 17.4. (18 Uhr)

KLASSIK

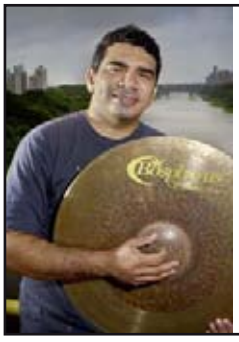
4. Sinfoniekonzert

Im vierten Sinfoniekonzert der Niederrheinischen Sinfoniker steht nach langer Zeit wieder das zweite Klavierkonzert f-Moll von Frédéric Chopin auf dem Programm. Der Solist steht darin bewusst im Mittelpunkt und darf durch Virtuosität ebenso brillieren wie durch einfühlsames, emotionales Spiel. Besonders anrührend ist das poetische Larghetto, der Mittelsatz des Konzerts: Der damals knapp 20-jährige Chopin verklanglichte darin seine heimliche Liebe zur Sängerin Konstancja Gladkowska. Eröffnet wird der Abend mit dem Konzert für Orchester von Witold Lutoslawski. Beendet im Jahre 1954, gilt es als der Höhepunkt seines damaligen musikalischen Stils. Zugleich weist es auf seine kommende Tonsprache hin. Abgerundet wird der Abend durch die berühmten „Pini di Roma" von Ottorino Respighi aus dem Jahr 1924.
Solist des Abends ist der gebürtige Koreaner William Youn. Seine Ausbildung begann der Kosmopolit in Korea, mit 13 Jahren wechselte er ans New England Conservatory in Boston, mit 18 an die Musikhochschule Hannover zu Karl-Heinz Kämmerling und Bernd Goetzke. Er konzertiert an den führenden Häusern und bei den renommierten Festivals von Berlin über Seoul bis New York. 2013 erschien die erste CD einer Reihe mit Mozarts Klavierwerken.
Mi. 24.2.2016, 20:00 | Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
Do. 25.2.2016, 20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

COMEDY

Planet Deutschland

Kaya Yanar ist wieder da! Hautnah und wie immer in Höchstform. Im Gepäck hat Kaya selbstverständlich auch wieder neue Erlebnisse von seinen Reisen! Die exotischsten Einwohner überhaupt fand der Meister der Dialekte und Akzente dabei in Europa zwischen Flensburg und Oberammergau: die Deutschen. Genauer gesagt: die Bajuwaren, Schwaben, Hanseaten, Rheinländer, Sachsen ...
Der Weltenbummler unter den Komikern hat viele Länder bereist und musste schon so einige Kulturschocks verdauen, aber „Planet Deutschland" fasziniert ihn noch am meisten. Kaya kam aus dem Staunen gar nicht mehr heraus. Wieso gelten wir Deutsche eigentlich als ordentlich, rennen aber chaotisch ins Flugzeug rein und raus? Wieso gelten wir Deutsche als höflich und diplomatisch, rasten aber auf der Autobahn vollkommen aus? Warum lieben wir Deutsche das Mineralwasser so sehr? Und müssen es immer mixen? Apfelschorle, Weinschorle, Bierschorle ... Es wird schnell, witzig und spontan mit dem besten Kaya Yanar aller Zeiten. Kommst Du, Guckst Du, Lachst Du!
Mi. 24.2.2016, 20:30 | Kunstwerk Wickrath



3 20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach

Brasil, Brasil

Schauspieldirektor Matthias Gehrt spricht mit Gilson Sousa und Jessé Oliveira über Kunst und Kultur Brasiliens, über Politik und Gesellschaft und über Klischees und Wirklichkeit. Dazu haben Mitglieder der Niederrheinischen Sinfoniker mit Gilson Sousa ein brasilianisches Musikprogramm zusammengestellt. Eine Kostprobe aus Ney Rosauros „Mitos Brasileiros" für Schlagzeug wird ebenso zu hören sein wie ein Ausschnitt aus den „Bachianas Brasileiras Nr. 1" von Heitor Villa-Lobos.

MO 1 > FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: TheaterMenschen persönlich
Im Gespräch mit Reinhold Richter erzählen die jungen Gesangssolisten Amelie Müller, Manon Blanc-Delsalle, James Park, Shinyoung Yeo und die beiden Pianisten Jan-Paul Reinke und Yorgos Ziavras von ihren Biografien und Werdegängen sowie von gemeinsamen Erfahrungen am Niederrhein. Eintritt frei! Spenden für die Freunde des Theaters sind willkommen!
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

VORTRÄGE

Wiedereinstieg in den Beruf
Informationen und Tipps zu Themen, die für den Wiedereinstieg wichtig sind.
9:30-11:30 Berufsinformationszentrum

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Geschwisterschule
Die Kinder lernen den Umgang mit dem Baby anhand einer Puppe – angefangen vom Tragen bis hin zum Baden und Wickeln. Erfahrene Kinderkrankenschwestern zeigen ihnen kleine Kniffs und Tricks. Anmeldung unter Tel. 02161 668-2176.
17:00-18:30 Krankenhaus Neuwerk

DI 2 > FEBRUAR

KARNEVAL

Damensitzung
Historische Karnevalsgesellschaft von 1883 Ruet-Wiss Okerke e. V.
17:30 Burggrafenhalle | Zur Burgmühle 33

BÜHNE

„Das Geheimnis des Edwin Drood" (Zum letzten Mal)
Musical von Rupert Holmes nach dem Romanfragment „The Mystery of Edwin Drood" von Charles Dickens.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Benefiz – Jeder rettet einen Afrikaner" (Zum letzten Mal in MG)
Schauspiel von I. Lausund.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden
Sie suchen eine Arbeitsstelle in der naheliegenden niederländischen Grenzregion? Dann informieren Sie sich vorher über offene Arbeitsstellen, Arbeitsbedingungen, die Sozialversicherung und das Arbeitsrecht in den Niederlanden.
10:00-12:00 Berufsinformationszentrum
Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik

HINDENBURGER

Like

PARTY

Discofox-Party
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

SONSTIGES

Pralinen selber machen
Workshop der VHS. Die Teilnehmer stellen zwei Pralinen-Sorten selber her und werden in die Welt der Schokolade eingeführt.
18:00-21:30 Küche des Volksvereins MG | Geistenbecker Str. 107

Kochkurs Küchenparty
Fingerfood aus aller Welt.
19:00 Kult+Genuss

KIDS

Irgendwas mit Werbung – Wege nach dem Abitur
Wochen der Studienorientierung. Was verbirgt sich hinter Werbung? Wie entsteht Werbung wirklich und wie sieht der Arbeitsalltag aus? Ulrich Hahn von der Werbeagentur Grey in Düsseldorf mit seiner langjährigen Berufserfahrung erarbeitet mit Schülern der Sekundarstufe II anhand eines Frage- und Antwortspiels eine fiktive Werbestrategie.
14:30 Berufsinformationszentrum
Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Offener Treff für Jugendliche
18:00-21:00 Jugendheim MG-Bettrath

MI 3 > FEBRUAR

KARNEVAL

Große Sitzung
EKG Schöpp op 1935 e. V.
19:30 Kaiser-Friedrich-Halle

BÜHNE

„Tangonacht plus ..."
Ballettabend von R. North.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Kunst gegen BARES"
Show mit Wettbewerbscharakter, bei der acht unterschiedliche Künstler mit dem Ziel auftreten, in acht Minuten bestmöglich zu unterhalten.
20:00 BIS-Zentrum
THEATER EXTRA: „Brasil, Brasil"
Ein Abend über brasilianische Musik, Kultur und Gesellschaft. Der Regisseur Jessé Oliveira und der Schlagzeuger Gilson Sousa im Gespräch mit Schauspieldirektor Matthias Gehrt. Musikalisch umrahmt von Gilson Sousa und Mitgliedern der Niederrheinischen Sinfoniker.
20:00 Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
» siehe oben

5 **20:00 Uhr | BIS-Zentrum**

Jazz Visions

Der „Spirit“ von Miles Davis’ Kompositionen wird dieses Konzert prägen. Die Interpretationen der Stücke von Philipp van Endert, Konstantin Wienstroer und Robert Hurasky darf man getrost als respektvolle Verbeugung vor dem vielleicht einflussreichsten Jazz-Künstler aller Zeiten verstehen. Miles Davis hat mit seiner Musik mehrmals die Jazzgeschichte verändert, und daher hat sich das Trio zur Aufgabe gemacht, ihre eigene künstlerische Auslegungen seiner Stücke zu entwickeln.

KONZERTE

Küchenkonzert #25
Mit Trevor Bahnson (L.A.) und The Girl & The Ghost (HH). Eintritt frei! Um Hutspenden wird gebeten!
20:00 Kulturküche
Jam Kantine
Free Music Session/Open VJ unter der Leitung von Tarek und Meikel. Backline vorhanden (Bass-Amp, Drums, Keys, Mikro), Gitarren u. a. bitte mitbringen, kann gegebenenfalls auch von Mitmusikern entliehen werden.
21:00 Projekt 42

VORTRÄGE

Infoabend für werdende Eltern
Rund um Schwangerschaft und Geburt. Anmeldung nicht erforderlich.
18:00-20:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal

PARTY

Rock around the clock
Rock ’n’ Roll der 50er/60er.
19:00 Americar’s
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO4 > FEBRUAR

KARNEVAL

Altweibertreff
KF Schwarz-Gold Odenkirchen e. V.
10:45 Rathaus Burgstraße
Rathaussturm/Altweibertreiben
11:11 MG-Giesenkirchen
Rathaussturm/Altweibertreiben
11:11 MG-Odenkirchen
Altweiber im Messajero
Niederrheinischer Kneipen-Karneval. Närrisches Treffen im Kostüm.
13:11 Messajero
Altweibertreiben Mönchengladbach
Große Freiluft-Party mit Live-Musik und Besuch der Prinzenpaare. Eintritt frei!
15:11 Vorplatz St. Vith
Altweibertreiben Rheydt
Große Altweiberfete mit Live-Musik und Besuch der Prinzenpaare. Anschließend Party im Zelt mit DJ. Eintritt frei!
15:30 Marktplatz MG-Rheydt
Altweibertreiben
KG Hau Ruck e. V.
18:00 Festhalle MG-Eicken
Altweiber-Möhnenrock
GKG Spönnradsbeen Hardt 1857 e. V.
20:00 Zeltanlage Birkmannsweg
Altweiber
KG Schwarz Gold Rheydt.
20:11 Turnerheim Nordstraße
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito
Gladbach feiert
An Altweiber schmeißen wir die größte Party der Region in Mönchengladbach. In drei Clubs feiern 15 Schulen und ihre Freunde. Präsentiert von Unnormal Entertainment GmbH.
21:00 Projekt 42/Graefen clubbing/Herr Rossi/Haus Zoar

SONSTIGES

Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip. Jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenusstr. 95
„La Traviata“
Live aus dem Royal Opera House.
19:45 Haus Zoar

KIDS

Altweiber für Kinder/Eltern
Mit Kostümprämierung und vielen Überraschungen!
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Offener Treff für Kids
Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

FR5 > FEBRUAR

KARNEVAL

20. FUN-tastische Nacht
KG Immer Lustig Holt e. V.
19:11 Festzelt Immelmannstraße
Senioren- und Familiennachmittag
KF Schwarz-Gold Odenkirchen e. V.
14:30 Burggrafenhalle
3. Kneipensitzung
KG Rot-Weiß Rheydt-Dorfbroich von 1938 e. V.
20:11 Haus Bresges
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt
Karnevalskirmes Rheindahlen
Mühlentortplatz MG-Rheindahlen

BÜHNE

„Der Rosenkavalier“
Komödie mit Musik in drei Aufzügen von Hugo von Hofmannsthal;
Musik von Richard Strauss.
19:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

KONZERTE

Jazz.Visions:
Tribute to Miles Davis
Philipp van Endert (Gitarre), Konstantin Wienstroer (Bass), Robert Hurasky (Schlagzeug).
20:00 BIS-Zentrum
» siehe oben
„handgemacht – no Täterä“
Mit „Frollein“, „docphon“ und „Eight Wheel Drive“.
20:30 Messajero

SPORT

Fußball-Bundesliga
20. Spieltag:
Borussia M’gladbach – Werder Bremen
20:30 Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 46/47

Bier horizont

Craftbier – Was ist das?

Craftbier hat seinen Ursprung in den USA. Während der Prohibition brauten die sogenannten Homebrewer ihr eigenes „Süppchen“ in ihren vier Wänden. Selbst nach der Prohibition im Jahre 1933 blieb das Homebrewing bis 1979 illegal. Die Craftbier-Szene, die sich mit der Legalisierung entwickelte, braute aus Spaß und um anschließend die Geschmacksvielfalt mit Freunden genießen zu können. In England war das Homebrewing zwar schon seit 1963 legal, diente allerdings zunächst zur billigen Bierversorgung. Erst Mitte der 80er begann man, auf Qualität, Geschmack und natürliche Rohstoffe Wert zu legen. Die ersten Anleitungen zur handwerklichen Bierherstellung gab Jean Pütz 1982 in seiner Sendung „Hobbythek Nr. 80“ und gilt somit als Pionier der deutschen Homebrewer-Szene. Die deutsche Craftbier-Szene ist hingegen noch sehr jung. Dr. Marc Rauschmann, der in Berlin Brauereitechnologie studierte, später als Braumeister bei der Radeberger-Gruppe arbeitete, brachte mit der Marke Braufactum die Craftbier-Bewegung 2010 nach Deutschland.

Woher die Craftbier-Brauer auch kommen mögen, es verbindet sie eine gemeinsame Philosophie:

1) Spaß an vielfältigen und überraschenden Geschmackserlebnissen, 2) Mut für Neues, 3) Beste Zutaten, 4) Kompromisslose Qualität liefern 5) Wissenschaft und Technologie nutzen, 6) Austausch mit Bierfreunden weltweit, 7) Fusion aus Tradition und Innovation, 8) Regeln brechen, um Neues entstehen lassen zu können, 9) Werteorientiertes Handeln – Respekt vor Mensch und Natur

Dieser Wertekatalog ist fast zu schön, um wahr zu sein. Aber es gibt sie wirklich, sogar ganz in unserer Nähe, z.B. die Uerige in Düsseldorf.
Viel Spaß auf Ihrer Entdeckungsreise!

…zum Wohle

Ihr Karsten Kefenbaum

Bierbotschafter (IHK)

Getränkesupermarkt Kefenbaum e.K., Wickrather Str. 129, 41236 MG und Volksgartenstraße 85, 41065 MG

11 20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach

Operngala mit jungen Stimmen

Bislang gehörten insgesamt acht Gesangsolisten und drei angehende Dirigenten dem Opernstudio Niederrhein an. Gemeinsam mit den Niederrheinischen Sinfonikern gestalten sie nun ein Galakonzert, in dem sie ein reizvolles Programm mit Arien, Duetten und Ensembles aus Opern von Mozart, Donizetti, Rossini, Verdi, Bizet u. a. sowie schwungvollen Operettenmelodien präsentieren werden. Die Besucher dürfen sich auf ein Fest junger Stimmen freuen.

12 23:00 Uhr | Projekt 42

Soulkeepers

Die neue Partyreihe startet mit den Ace DJs: Henry Storch, bekannt in Mönchengladbach durch Clubs wie dem Rockbabylon. Michael Wink erfand vor Ewigkeiten den berüchtigten Blow Up Club, der durch diverse Clubs in NRW und überregionale Läden tingelt und für Begeisterung sorgt. Tobias Hermanns, Soul Pilger, Plattensammler und Veranstalter vom Feuerreiter Soulnighter in Kempen, Spezialgebiet Modern Soul.

LITERATUR

Gruselabend V: „Karneval des Grauens“
Fünfte Grusellesung des Waldhaus 12 e. V. in Kooperation mit dem Gladbacher Autoren Ralf Gnosa. In der Woche vor Karneval stehen dabei schaurige und schräge Geschichten rund um das Thema Masken im Mittelpunkt. Ralf Gnosa ergänzt diese, wie gewohnt, mit spannendem Hintergrundwissen. Das offene Wohnzimmer wird entsprechend dekoriert, um allen gruselfreudigen Besuchern ein gänsehäutiges Vergnügen zu bescheren. Natürlich sind bei diesem besonderen Termin sowohl maskierte als auch nicht maskierte Gäste herzlich willkommen. Eintritt frei!
20:00 Ladenlokal | Eickener Str. 14

PARTY

Rock around the clock
Rock ’n’ Roll der 50er/60er.
19:00 Americar’s
Cocktail Time@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
KARNEVALtanzPARTY
Kunterbuntes Kuddelmudel mit tanzbaren Hits von Höhnern bis Brings und Samba bis Walzer.
ab 20:00 TOMMYs Tanzstudio
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let’s dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Belinda
22:00 Nacht
I love Black
23:00 Black & White
Carnival Global Party
„CARNIVAL GLOBAL“ – die musikalische und atmosphärische Alternative zum jährlichen rheinischen Karneval-Terrorismus im öffentlichen Raum. Der Abend wird sich musikalisch um „Weltmusik 2.0/Global Bass“ drehen, dafür haben wir verschiedene DJs eingeladen, welche die musikalischen Weltreise gestalten.
23:00 Projekt 42
YOLO Friday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

SONSTIGES

Rundradeln mit dem ADFC Mönchengladbach
Fahrradkorso durch Mönchengladbach mit möglichst vielen Leuten.
18:00-19:00 Treffpunkt: Hochschule Niederrhein (Gebäude 6) | Webschulstr. 31
Welches Sternbild ist das?
Sternführung mit dem Astronomischen Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.
20:00 Treffpunkt: Eingang Wasserwerk Rheindahlen

KIDS

Kinder-Karnevalsparty
Der Höhepunkt für die kleinen Narren der Stadt.
14:00 Gymnasium an der Gartenstraße
Offene Tür
Kinder bis 14; mit Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

SA6 > FEBRUAR

KARNEVAL

Karnevalistisches Frühstück
Eintritt frei!
10:11 Marktplatz MG-Rheydt
Seniorenkarneval
Programm: Mottolied der Session, Rheer Knöpkes, Büttenrede „Engel Hedwig“, Showtanz Schwarz-Gold-Rheydt, Comedy Geschwister Schmitz, Garderottis, Prinzenpaar der Stadt MG, Kinderprinzengarde, Kinderprinzenpaar der Stadt MG.
14:00 Kaiser-Friedrich-Halle
Karnevalsparty
KG Die Kreuzherren Wickrath.
19:00 Adolf-Kempken-Halle
Karnevalsparty
KF Schwarz-Gold Odenkirchen e. V.
19:00 Burggrafenhalle
Kostümfest
Große Gladbacher Karnevalsgesellschaft e. V.
19:00 Altes Zeughaus
Kostümsitzung
KG Uehllöeker Neuwerk e. V.
19:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk
Grün-gelbe Partynacht
GKG Roer möt MG-Lürrip 1950 e. V.
20:00 Sporthalle Zeppelinschule
Rutsch in den Karneval
Große Rheydter Prinzengarde e. V.
20:00 Monforts Quatier
Kostümsitzung
GKG Spönnradsbeen Hardt 1857 e. V.
20:11 Zeltanlage Birkmannsweg
Pratschdolle Damen- und Herrensitzung
KG Wenkbülle e. V.
20:11 Festzelt im Sparkassenpark
KaSa-Party
Große Rheydter Prinzengarde e. V.
Mit DJane listen IngEBorg.
20:30 Monforts Quatier | Schwalmstr. 301
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt
Karnevalskirmes Rheindahlen
Mühlentortplatz MG-Rheindahlen

KONZERTE

Orgelmusik zur Marktzeit: „Trio-Sonaten“
Angelika Euler (Querflöte), Petra Straeten (Oboe) und Udo Witt (Orgel) spielen Werke aus Klassik und Romantik.
11:30-12:00 Ev. Hauptkirche Rheydt
Treffpunkt Beatclub: „FUN“
Talk & Live-Musik. Fernab von Nostalgie und Oldietouch holt „FUN“ die Gefühle der späten 50er- und der 60er-Jahre bei ihren Konzerten unverbraucht und explosiv zurück auf die Bühne. „FUN“ und Fans erleben diese Zeitreise gemeinsam als Happening mit Gänsehautgarantie.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus
Liebling, lass uns zu Pinball gehn!
It’s „PINBALL“ Time – Rock ’n’ Roll mit Ansage.
20:45 Messajero

SPORT

35. Hardter Karnevalslauf
500 m Bambinilauf, 2 km Schülerlauf, 5 km Jedermannlauf, 10 km Volks - und Straßenlauf.
Veranstalter: Leichtathletik-Gemeinschaft Mönchengladbach e. V.
ab 11:30 Schulzentrum MG-Hardt

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar’s
Cocktail Time Saturday
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Tanzparty im TSC Mönchengladbach
20:00 TSC-Mönchengladbach | Tanzforum Broicher Str. 13
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let’s dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Samstag Nacht
22:00 Nacht
Black Edition
Premium Black Music.
23:00 Black & White
Aufs Maul (DJ Archetype) meets Back to the Eighties (Buddy Hawaii)
DJ Buddy Hawaii aka Bud Spenca auf dem 2nd Floor (Pop, Rock, Heavy Metal, Hip-Hop, NDW); DJ Archetype ab 24:00 Uhr auf dem 1st Floor (Rock, Hardcore, Metal, Nu-Metal, Punkrock, Metalcore).
23:00 Projekt 42
YOLO Saturday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

HINDENBURGER
Like

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst | Aachener Straße
Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

KIDS

Kinderschminken zu Karneval
Ob Clown, Fee, Tiger, Prinzessin oder Pirat: An Karneval können sich alle Kinder professionell schminken lassen. Teilnahme kostenfrei!
12:00-15:00 Mayersche Buchhandlung | Hindenburgstr. 115-119
Karneval – wat is dat?
Närrische Kinder-Karnevalstour.
Veranstalter: MGMG.
14:00 Parkplatz Geroweiher | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“
» siehe „Tipps für Kids“ | Seite 30/31

SO7 > FEBRUAR

KARNEVAL

Karnevalsmesse
Historische Karnevalsgesellschaft von 1883 Ruet-Wiss Okerke.
9:30 St. Michael auf der Höhe | MG-Odenkirchen
Prinzenbrunch
Prinzengarde der Stadt Mönchengladbach e. V.
11:11 Abtshof
Veedelszoch mit Frühschoppen
EKG Schöpp op 1935 e. V.
11:11 Festhalle MG-Eicken
39. Holter Veedelszoch
KG Immer Lustig Holt e. V.
11:11 ab Festzelt Immelmannstraße
Biwak
KG Alles onger ene Hoot.
12:11 Pfarrheim Hardterbroich
Die Mega-Karnevalsparty
KG Immer Lustig Holt e. V.
13:11 Festzelt Immelmannstraße
Tulpensonntagsparty
KG Poether Pothäepel MG-Venn e. V. von 1911.
14:00 Gasthof Loers
Veedelszoch
KF Schwarz-Gold Odenkirchen e. V.
14:00 Kreuzweiherplatz | MG-Odenkirchen
Veedelszoch
KG Alles onger ene Hoot.
14:11 Pfarrheim Hardterbroich
Buntes Karnevalstreiben
KG „Potz op“ 1873 Rheindahlen e. V.
16:00 Aula Schulzentrum MG-Rheindahlen
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt
Karnevalskirmes Rheindahlen
Mühlentortplatz MG-Rheindahlen

BÜHNE

THEATER EXTRA: Frühstücks-Matinee zu „Käfig aus Wasser“
Von Kuro Tanino.
Frühstück ab 10:00 Uhr.
11:15 Theatercafé Linol

SPORT

Sportliche Earlybird-Radtour
Für flotte Touren- oder Mountainbiker (nicht fürs Rennrad). Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC).
8:00 Treffpunkt Fansteinraute Borussia-Park
Fußball: A-Junioren Bundesliga West
15. Spieltag:
Borussia M’gladbach U19 – Rot-Weiss Essen U19
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz

PARTY

Karnevalsparty der Marienschule
Präsentiert von Unnormal Entertainment GmbH.
21:00 Projekt 42

SONSTIGES

Karnevalsmuseum
11:00-14:00 Altes Zeughaus
Erster Sonntag im Museum Abteiberg
Das Museum Abteiberg lädt Jung und Alt zu einem eintrittsfreien Besuch in seine Räume ein. Neben stündlichen kostenlosen Führungen durch die Sammlung und die Ausstellung von Cathy Wilkes finden Kinderaktionen in der Malklasse statt. Diesmal lautet das Motto „Irre beim Essen und Dame mit blauem Hut“. Ausgehend von den Kunstwerken des Expressionismus werden Kinder von 5 bis 13 Jahre bunte,schräge Masken bauen. Um 13:30 Uhr gibt es auch eine Führung, die sich speziell an Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahre richtet.
11:00-18:00 Städt. Museum Abteiberg
Englischsprachiger Gospel-Gottesdienst
Mit den Sängerinnen Chey und Lorraine.
15:00 Ev. Friedenskirche | Margarethenstr. 20

14 11:00 Uhr | BIS-Zentrum

Kulturfrühstück: Musik à la carte

Zu den Songs gibt es unterhaltsame Geschichten und kurzweilige Interaktion mit dem Publikum. So entsteht ein ganz einmaliges Konzerterlebnis, bei dem die Zuhörer entspannt die Seele baumeln lassen können. Die aktuelle CD enthält eine Auswahl von 15 der beliebtesten Titel aus den „Musik à la carte"-Konzerten: „Always look on the bright Side of Life", „Another Day in Paradise", „Country Roads", „Yesterday" und weitere Klassiker bieten ca. eine Stunde erstklassige handgemachte Musik.

Tatort Klub
Gemeinsames Tatortgucken in Wohnzimmeratmosphäre.
19:45 Ladenlokal | Eickener Str. 14

KIDS

Internationaler Kinderkarnevalszug
KG „Potz op" 1873 Rheindahlen e. V.
14:11 MG-Rheindahlen
Kindernachmittag
KG Alles onger ene Hoot.
15:30 Pfarrheim Hardterbroich

MO 8 > FEBRUAR

KARNEVAL

Rosenmontagszug mit Rathauserstürmung Rheydt
Der traditionelle Höhepunkt des Karnevals in Rheydt mit endgültiger Machtübernahme durch die Narren. Eintritt frei!
11:11 Rathaus MG-Rheydt
3. Mönchengladbacher Fahrrad-Karneval
Ganz Mönchengladbach lacht und fährt Rad.
12:00 Start: Marktplatz MG-Rheydt
Rosenmontags After Zoch Party
GKG Spönnradsbeen Hardt 1857 e. V.
13:00 Zeltanlage Birkmannsweg
Rosenmontagszug
KG Uehllöeker Neuwerk e. V.
13:00 MG-Bettrath | Am Haus Lütz
Käseessen der Garde
Große Rheydter Prinzengarde e. V.
13:30 Casino Beines
Karneval Total
KG Poether Pothäepel MG-Venn e. V. von 1911.
14:00 Gasthof Loers
Balla Balla 2.0
KG Wenkbülle e. V.
18:11 Festzelt im Sparkassenpark
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt
Karnevalskirmes Rheindahlen
Mühlentortplatz MG-Rheindahlen

KONZERTE

Liebling, lass uns zu Pinball gehn!
It's „PINBALL" Time – Rock 'n' Roll mit Ansage.
20:45 Messajero

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

DI 9 > FEBRUAR

KARNEVAL

Veilchendienstagszug
Motto: „M'r donnt, wat m'r könne".
ab 13:11 Innenstadt Mönchengladbach
» siehe Seite 10
Hoppedizbeerdigung
KG Alles onger ene Hoot.
16:30 Pfarrheim Hardterbroich
Hoppedizbeerdigung
KG Immer Lustig Holt e. V.
19:11 Zentralschänke Mankertz
Hoppedizbegräbnis
KG Schwarz Gold Rheydt.
20:11 Turnerheim Nordstraße
Karnevalskirmes Mönchengladbach
Alter Markt
Karnevalskirmes Rheydt
Marktplatz MG-Rheydt

PARTY

Discofox-Party
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

SONSTIGES

Lucky-Gruppe
Treffpunkt für bisexuelle, lesbische und neugierige Mädchen und junge Frauen im Alter von 14 bis 27 Jahre.
18:00 Aids-Hilfe Mönchengladbach/Rheydt | August-Pieper-Str. 1

MI 10 > FEBRUAR

BÜHNE

„Frau Müller muss weg"
Komödie von Lutz Hübner.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Transition Town
Trefft euch Ladenlokal, und erfahrt mehr über die Stadt der Zukunft.
19:30 Ladenlokal | Eickener Str. 14
Mittwochskino im BIS: „Mr. May und das Flüstern der Ewigkeit"
Großbritannien/Italien 2012, Regie: Uberto Pasolini, 87 Min.
20:30 BIS-Zentrum
Ladies Night: „Sisters"
20:30 Haus Zoar

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher" e. V.

DO 11 > FEBRUAR

KONZERTE

Operngala mit jungen Stimmen
Es singen, begleitet von den Niederrheinischen Sinfonikern, Manon Blanc-Delsalle, Amelie Müller, Charlotte Reese, Lisa Katarina Zimmermann, Andrej Nevyantsev, James Park, Sebastian Seitz und Youngshin Yeo. Die Musikalische Leitung liegt in den Händen von Jan-Paul Reinke, Jesse Wong und Yorgos Ziavras.
20:00 Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
» siehe Seite 36 oben

BUY LOCAL

HIER IST MAN VERMESSEN

MIT 8 VERSCHIEDENEN MESS-SYSTEMEN GEWOHNT.

bettenbaues
ausgeschlafen einkaufen

Fliethstraße 69
41061 Mönchengladbach
Fon: 0 21 61 / 17 91 44
www.bettenbaues.de

Exzellenter Service gepaart mit modernster Liege-Analyse sorgen bei Betten Baues dafür, dass Sie in Zukunft gesünder und tiefer schlafen – und erholt aufwachen.

IMPRESSUM

VERLAG

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach und Rheydt erscheint bei: Marktimpuls GmbH & Co. KG, Schillerstr. 59, 41061 Mönchengladbach, Tel. 02161/68695-20, Fax 02161/68695-21, Geschäftsführer: Marc Thiele
Amtsgericht Mönchengladbach, HRA 5838, USt-ID: DE247211801
PhG: Marktimpuls Verwaltungs GmbH
Anschrift wie oben, Amtsgericht Mönchengladbach, HRB 11530

REDAKTION/GRAFIK

HERAUSGEBER: Marc Thiele (V. i. S. d. P.)
CHEFREDAKTEURIN: Sabrina Forst
KONTAKT REDAKTION: Tel. 02161/68695-70 · Fax 02161/68695-21, E-Mail: redaktion@hindenburger.de
TERMINKALENDER: Martin Huth, termine@hindenburger.de, Redaktionsschluss Terminkalender: 15. des Vormonats
REDAKTIONELLE MITARBEIT: Sabrina Forst, Martin Huth, Marc Thiele, Dr. Christian Wolfsberger, Ingo Rütten, Junia Tosch
FOTOS: Anna Helm, Sabrina Forst, Nora Spalt, Marc Thiele, Ralph Paulus
COVERFOTO: Theater Krefeld Mönchengladbach
GRAFIK: Marktimpuls GmbH & Co. KG: Nora Spalt, Marc Thiele
DRUCK: Radin Print, Düsseldorf
Für die Richtigkeit der Termine und Anzeigentexte kann der Verlag keine Gewähr übernehmen. Alle Berichte und Beiträge sind nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Autoren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte Unterlagen jeglicher Art übernimmt der Verlag keine Haftung. Satiren und Kolumnen verstehen sich als Satire im Sinne des Presserechts. Nachdruck des gesamten Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Freigabe des Verlages. Alle Rechte liegen beim Verlag.
MARKETING & KOMMUNIKATION

VERANTWORTLICH: Christiane Hoppe, Tel. 02161/68695-32 · Fax 02161/68695-21, E-Mail: hoppe@marktimpuls.de

ANZEIGEN/VERTRIEB

VERANTWORTLICH: Marc Thiele, Tel. 02161/68695-50 · Fax 02161/68695-21, E-Mail: media@hindenburger.de
ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:
Tel. 02161/68695-20 · Fax 02161/68695-21, E-Mail: media@marktimpuls.de
AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE werden auf Wunsch zugeschickt. Kontakt s. o.
Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen und Verteilstellen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Erkelenz, Wegberg, Viersen, Brüggen, Niederkrüchten, Schwalmtal, Jüchen, Neersen, Willich

www.hindenburger.de
www.facebook.com/hindenburger

14 **20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach**

Käfig aus Wasser

Dem Ereignis Fukushima nähert sich Kuro Tanino nicht aus politischer und medialer Sicht, sondern aus der Sicht des Psychiaters: Der paranoide Mensch steht im Mittelpunkt, der versucht, die undurchsichtige große Welt zu erklären und zu verändern – bis hin zur Verleugnung der eigenen Identität. Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen Japan und Deutschland werden erforscht, Vorstellung und Wirklichkeit von japanischer und deutscher Kultur gegeneinander verschoben.

18 **20:00 Uhr | Kaiser-Friedrich-Halle**

3. Meisterkonzert

Maurice Steger gastiert erstmals in Mönchengladbach. Mit seiner intensiven Konzerttätigkeit sowie zahlreichen, zum Teil mit höchsten Preisen ausgezeichneten, CD-Einspielungen gelang es dem gebürtigen Schweizer, sich als einer der beliebtesten Solisten auf dem Gebiet der Alten Musik zu etablieren. Dank seiner lebendigen Art und seiner persönlich ebenso spontanen wie technisch brillanten Spielweise hat Maurice Steger die Blockflöte als Instrument aufgewertet und völlig neu positioniert.

VORTRÄGE

Forum Politik: Informationen zur Studienreise nach Frankfurt, Karlsruhe und Straßburg
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten

Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik

Polizeiausbildung in Nordrhein-Westfalen
Wie wird man Polizist/in? Wie wird man Polizist/in? Sie möchten Polizist/in werden und mehr über die erforderlichen Voraussetzungen und Perspektiven erfahren? Sie sind an den Inhalten zum Studium an der Fachhochschule interessiert? Diese und weitere Fragen beantwortet Ihnen Referentin Tina Giunta, Einstellungsberaterin der Polizeibehörde Mönchengladbach.
15:00-16:30 Berufsinformationszentrum

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

SONSTIGES

Säuglingspflegekurs
Kinderkrankenschwester und Elternberaterin Kathrin Novak gibt wertvolle Tipps. Anmeldung per E-Mail: k.novak@kh-neuwerk.de
18:00-19:30 Krankenhaus Neuwerk

Kindernotfälle vermeiden
Eine Kooperation mit der Eltern-Akademie Mönchengladbach-Rheydt e. V. Die Akademie will Eltern, Erwachsenen und Betreuern von Vereinen wichtige Informationen zur Vermeidung von Unfällen und zum Eingreifen im Ernstfall geben. Anmeldung unter Tel. 02161 668-2451
19:00-22:00 Krankenhaus Neuwerk

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14, mit Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Offener Treff für Kids
Für Kinder von 8 bis 12.
16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

„Punkt, Punkt, Komma, Strich, fertig ist das Mondgesicht“
Kinder zwischen 5 und 12 Jahren entdecken das Weltall. Veranstalter: Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V. Anmeldung unter Tel. 02161 573113 unbedingt erforderlich!
18:00 Sternwarte Rheindahlen

HINDENBURGER

Alle Gewinnspiele auch auf facebook.com/hindenburger

FR12 > FEBRUAR

BÜHNE

„Der Rosenkavalier“
Komödie mit Musik in drei Aufzügen von Hugo von Hofmannsthal;
Musik von Richard Strauss.
19:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

SPORT

Fußball: Regionalliga West Männer
23. Spieltag:
Borussia M'gladbach U23 – FC Schalke 04 U23
19:30 Grenzlandstadion

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's

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

Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause

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

Belinda
22:00 Nacht

I love Black
23:00 Black & White

Soulkeepers
Mit Henry Storch, Thomas Dohr, Michael Wink, Tobias Hermanns. Die Veranstaltung bietet top Soul DJs der Region eine Bühne und eröffnet den Nachtschwärmern die Möglichkeit, in den Genuss dieser nicht ganz alltäglichen Musikpralinen zu kommen. Im Vordergrund steht Northernsoul, R&B und früher Funk. Abhängig von den DJs können auch Jazz, Ska, Modsounds und Modern Soul gespielt werden.
23:00 Projekt 42
» siehe Seite 36 oben

YOLO Friday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

SONSTIGES

Sterne über Afrika – Bilder einer Exkursion
Veranstalter: Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach e. V.
20:00 Sternwarte Rheindahlen

KIDS

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

SA13 > FEBRUAR

BÜHNE

„Fliegender Wechsel“ – die Improshow
Mit vielen Ideen und Beiträgen aus dem Publikum werden spannende, amüsante und unglaubliche Geschichten entwickelt. Die aus dem Publikum geborenen Herausforderungen ziehen den Spielern jeden doppelten Boden unter den Füßen weg, so dass nur noch das Fliegen und Wechseln bleibt.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Musik zur Marktzeit
Kammermusik von J. S. Bach und G. F. Telemann.
12:00 Citykirche Alter Markt

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's

Cocktail Time Saturday
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos

Übungsparty
20:00-23:00 TOMMYs Tanzstudio

Boogie/Discofoxparty
20:00 TSC-Mönchengladbach | Tanzforum Broicher Str. 13

Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause

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

Samstag Nacht
22:00 Nacht

Black Edition
23:00 Black & White

Bass Culture
Crazy Dancehall & Reggae Vibes mit den Residents Top Gun Sound & Friends. Free Mix-CDs für die ersten 100 Gäste! Sektempfang für die Ladys bis 00:30 Uhr!
23:00 Projekt 42

YOLO Saturday
23:00 YOLO Club

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst | Aachener Straße

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

3. Babymesse Mönchengladbach
Verläuft meine Schwangerschaft normal? Was erwartet mich bei der Geburt? Wie geht es danach weiter? Das Eltern-Kind-Zentrum Mönchengladbach am Krankenhaus Neuwerk gibt Antworten darauf und lädt alle Familien herzlich ein.
10:00-16:00 Krankenhaus Neuwerk

Schlagfertigkeitstraining
10:00-16:30 FBS | Anna-Ladener-Haus

Whisky Tasting
Einführung in die Welt des schottischen Single Malt Whiskys mit ausgesuchten Spezialitäten und Einzelfassabfüllungen.
19:00 Kult+Genuss

KIDS

„Der kleine König“
Puppentheater für Kinder ab zwei Jahre.
15:00 + 16:15 Kaiser-Friedrich-Halle

SO14 > FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: Frühstücks-Matinee zu „Dogville“
Von Lars von Trier.
Frühstück ab 10:00 Uhr.
11:15 Theatercafé Linol
» siehe „Highlights“ | Seite 34 +
„Theaterstory“ | Seite 12/13

Nacht der Musicals
Tanz der Vampire, Tarzan, König der Löwen, Les Misérables, Mamma Mia, Elisabeth, Das Phantom der Oper, Cats u.v.m. Zeitlose Musicalklassiker und aktuelle Produktionen vereint in einer atemberaubende Show. Die Nacht der Musicals lässt die Besucher an den tollsten Szenen der Musicalgeschichte teilhaben und garantiert einen unvergesslichen Abend für Jung und Alt.
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

„Käfig aus Wasser“ (Premiere der Uraufführung)
Von Kuro Tanino. In der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
» siehe oben

KONZERTE

Kulturfrühstück: Musik à la carte
Oldies, Blues & Folksongs – vom Publikum individuell zusammengestellt, solo und unplugged mit Dr. Mojo.
11:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 37 oben

Valentins Special mit LeeAndra
LeeAndra verzaubert mit ihrer atemberaubenden Stimme ganz im Zeichen der Liebe und wird an diesem Abend von Dirk Kraforst an der Gitarre begleitet.
19:00 Kult+Genuss

LITERATUR

„Im Banne des Bösen“
Lesung von und mit Karl-Heinz Thifessen. Drei Romane um die Konvertitin.
18:00 BIS-Zentrum

SPORT

Sportliche Earlybird-Radtour
Für flotte Touren- oder Mountainbiker (nicht fürs Rennrad). Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC).
8:00 Treffpunkt Fansteinraute Borussia-Park

Fußball: B-Junioren Bundesliga West
16. Spieltag:
Borussia M'gladbach U17 – Rot-Weiss Essen U17
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz

Fußball: 2. Frauen-Bundesliga Süd
12. Spieltag:
Borussia M'gladbach – 1. FC Saarbrücken
14:00 Grenzlandstadion

SONSTIGES

Briefmarkentauschtag
Briefmarkenfreunde 1924.
9:30-12:00 Turnerheim | Nordstr. 133

Abendmahlsgottesdienst mit Musik
Kantate „Ach, Jesus geht zu seiner Pein“ von Johann Balthasar König; Solisten, Kantorei, Kammerorchester.
10:30 Ev. Hauptkirche Rheydt

Brunch Bande #1
Erstes veganes Brunch im Ladenlokal.
11:00 Ladenlokal | Eickener Str. 14

Tanzflashmob „One Billion Rising“
Weltweite künstlerische Aktion gegen Gewalt an Frauen und Mädchen.
ab 14:00 Alter Markt

Tatort Klub
Gemeinsames Tatortgucken in Wohnzimmeratmosphäre.
19:45 Ladenlokal | Eickener Str. 14

19 20:00 Schloss Rheydt | Rittersaal

3. Zykluskonzert Best of NRW

Die dynamische Spielfreude und jugendliche Frische der fünf Musiker des „ARUNDOSquintett“ ziehen das Publikum immer wieder schnell in ihren Bann. Das Ensemble ist Preisträger des internationalen Kammermusikwettbewerbs „Antón Garcia Abril“ und qualifizierte sich für die Teilnahme am ARD-Musikwettbewerb 2014 und am Carl Nielsen-Wettbewerb 2015. Mit seinem umfangreichen Repertoire ist es in zahlreichen Kammermusikreihen zu Gast.

MO 15 > FEBRUAR

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

VORTRÄGE

„Greif nach den Sternen – Warum es sich lohnt, groß zu denken“
Vortrag von Sabine Asgodom. 19:00 Uhr Come-together und Sektempfang.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KIDS

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

DI 16 > FEBRUAR

BÜHNE

Internationale Tanzwochen Neuss
„Alonzo King LINES Ballet“.
20:00 Stadthalle Neuss | Selikumer Str. 25

KONZERTE

Junges Podium
Fortgeschrittene Kinder und Jugendliche musizieren.
19:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

VORTRÄGE

Forum Psychologie: Ich mache mir mein Leben schwer – Unglücklichsein leicht gemacht
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten

„Wodka, Kaviar und Straßenräuber“
6 Wochen und 12.000 Kilometer auf dem Motorrad durch die Balkanstaaten, die Türkei, Georgien, Russland und die Ukraine. Lichtbildervortrag von Clemens Schelhaas.
19:30 Gambrinus | Morr 14

PARTY

Discofox-Party
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

KIDS

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

Offener Treff für Jugendliche
18:00-21:00 Jugendheim MG-Bettrath

MI 17 > FEBRUAR

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.
20:00 BIS-Zentrum

VORTRÄGE

Forum Kultur: Hieronymus Bosch zum 500. Todestag
Dramatik, Symbolik und Realität.
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten

„Wo findest du Halt, wenn dich das Leben durchschüttelt?
Vortrag von Diplom-Psychologe und Bestsellerautor Robert Betz.
19:30 Kaiser-Friedrich-Halle

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Farb-, Stil-, Image- und Bekleidungsberatung
18:00-21:00 FBS | Anna-Ladener-Haus

Kitchentalk #22
Talkshow mit Torsten „Knippi“ Knippertz mit Gästen aus und um Mönchengladbach. Gäste werden noch bekanntgegeben.
Eintritt frei! Platzkarten unter info@kulturkueche.com.
20:00 Kulturküche

KIDS

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

Disco
18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO 18 > FEBRUAR

BÜHNE

„Je t'aime plemplem“
Niki Ankenbrand, acht Jahre Ensemblemitglied beim Düsseldorfer Kom(m)ödchen, vertreibt in ihrem aktuellen Solo-Programm die Liebe von ihrem romantisch verklärten Klischeedenkmal und enttarnt sie als das, was sie ist: Eine mal dunkle, mal absurd komische Macht, die vom koalierenden Politiker bis hinauf zum kopulierenden Frosch Banales und Erhabenes zu einem Schicksal verkettet und lustvoll die Grenzen unserer beschränkten Weltsicht zerfegt.
20:00 Die Spindel im BIS-Zentrum

KONZERTE

3. Meisterkonzert 2015/2016: Maurice Steger & Ensemble
Maurice Steger (Blockflöte), Katharina Heutjer (Barockvioline), Daniele Caminiti (Theorbe), Andreas Fleck (Barockcello) und Sebastian Wienand (Cembalo) spielen Werke aus dem Barock.
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe Seite 38 oben

Jazz-TIG – Open Session
„Last Minute Quartett“ – Andreas Lessenich (Tenor-Saxofon), Holger Dix (Klavier/Keyboard/Synthesizer), Michael Kuhlmann (Kontrabass/E-Bass), Dennis Janson (Schlagzeug).
Eintritt frei!
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Teilnahmebedingungen für die Gewinnspiele

Diese allgemeinen Teilnahmebedingungen gelten für alle Gewinnspiele, die im HINDENBURGER durchgeführt werden. Sie gelten gegebenenfalls ergänzend zu besonderen Teilnahmebedingungen, die bei den Gewinnspielen aufgeführt sind. Jeder Teilnehmer erkennt mit der Teilnahme diese Teilnahmebedingungen sowie die bei jedem Gewinnspiel gesondert genannte Teilnahmefrist an.

Teilnahme

Teilnahmeberechtigt sind natürliche Personen in eigenem Namen ab 16 Jahren, es sei denn, es ist bei den Gewinnspielen explizit anders angegeben. Ausgenommen sind Mitarbeiter der Marktimpuls GmbH & Co. KG und eventuelle Kooperationspartner sowie deren Angehörige.

Die Teilnahme erfolgt online per E-Mail oder postalisch per Postkarte an Hindenburger c/o Marktimpuls GmbH & Co. KG, Schillerstr. 59, 41061 Mönchengladbach. Es sind dabei jeweils wahrheitsgemäß Name und Adresse sowie ggf. weitere erforderliche Daten anzugeben.

Der Einsendeschluss ist bei den jeweiligen Gewinnspielen angegeben. Es gilt das Datum des Eingangs, (auch bei postalischer Teilnahme nicht das Datum des Poststempels).

Die Teilnahme an den Gewinnspielen ist kostenlos und in keiner Weise vom Erwerb einer Ware oder Inanspruchnahme einer Dienstleistung abhängig. Die Teilnahme an den Gewinnspielen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Ermittlung der Gewinner

Der Gewinn wird unter den Teilnehmern verteilt, von denen rechtzeitig und vollständig eingegangenen E-Mails bzw. Postkarten vorliegen. Bei Postkarten gilt das Datum des tatsächlichen Eingangs und nicht der Poststempel.

Bei mehreren Teilnehmern entscheidet das Los, sofern nicht eine individuelle Leistung für den Gewinn entscheidend ist. Ist Letzteres der Fall, so ist die gesamte Redaktion als Jurykomitee zur Ermittlung des Gewinners unter den Teilnehmern berechtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinn und besondere Bedingungen zur Durchführung

Die Gewinner werden per E-Mail, telefonisch oder schriftlich per Post bzw. Fax benachrichtigt. Jeder benachrichtigte Gewinner ist verpflichtet, binnen zwei Wochen, nach Versand der Benachrichtigung oder des in der Benachrichtigung angegebenen Zeitraumes der Marktimpuls GmbH & Co. KG mitzuteilen, ob er den Gewinn annimmt. Verfällt diese Frist ohne Eingang einer solchen Nachricht, entfällt die Möglichkeit der Annahme des Gewinns und die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, einen anderen Teilnehmer per Los zu ermitteln und entsprechend zu informieren. Falls der Marktimpuls GmbH & Co. KG die Adresse des Gewinners bekannt ist, behält sie sich vor, den Gewinn direkt mit der Benachrichtigung zu verschicken.

Der im Gewinnspiel präsentierte Gewinn ist nicht zwingend mit dem gewonnenen Gegenstand identisch. Abweichungen sind möglich. Bis zur Übergabe des Gewinns behält sich die Marktimpuls GmbH & Co. KG ausdrücklich vor, ohne Ankündigung oder Angabe von Gründen den Spielablauf zu ändern und/oder den Gewinn in Art und Umfang zu ändern, auszutauschen und durch einen anderen Gewinn zu ersetzen. Den Teilnehmern stehen in solchen Fällen keinerlei Ansprüche gegen die Marktimpuls GmbH & Co. KG zu.

Der Gewinn besteht grundsätzlich ausschließlich in dem von der Marktimpuls GmbH & Co. KG angegebenem Umfang. Eventuell dem Gewinner bei und/oder durch die Nutzung des Gewinns entstehende (Folge-)Kosten sind nur dann umfasst, wenn dies ausdrücklich im Gewinnspiel angegeben wurde. Die Marktimpuls GmbH & Co. KG übernimmt keinerlei Haftung für Schäden, die einem Teilnehmer durch die Annahme und/oder Nutzung des Gewinns entstehen.

Eine Barauszahlung des Gewinnwertes und ein Umtausch des Gewinns sind ausgeschlossen. Der Gewinn ist nicht übertragbar.

Die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, die Namen der Gewinner öffentlich bekanntzugeben. Die Gewinner erklären sich hiermit einverstanden.

Zusätzliche Bedingungen

Die Teilnehmer sind damit einverstanden, dass eventuelle Film- und/oder Fotoaufnahmen durch die Marktimpuls GmbH & Co. KG oder Dritte gemacht werden und im HINDENBURGER und Medien der Gewinnspielpartner veröffentlicht werden.

Durch die Teilnahme am Gewinnspiel erklärt der Teilnehmer sein Einverständnis mit den Teilnahmebedingungen des Gewinnspiels.

Vorzeitige Beendigung, Ausschluss, Widerruf

Die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, Gewinnspiele jederzeit und ohne Vorankündigung mit oder ohne Angabe von Gründen abzubrechen. Dies gilt insbesondere bei Verstößen gegen die Teilnahmebedingungen oder falls sich Teilnehmer unredlicher Hilfsmittel bedienen. Die Marktimpuls GmbH & Co. KG kann einen solchen Ausschluss auch nachträglich aussprechen, Gewinne wieder aberkennen und zurückfordern.

Datenschutz

Zur Durchführung der Gewinnspiele muss die Marktimpuls GmbH & Co .KG personenbezogene Daten der Teilnehmer wie z. B. Namen und Adresse kennen. Personenbezogene Daten, die der Marktimpuls GmbH & Co. KG im Rahmen der Teilnahme an einem Gewinnspiel übermittelt werden, werden von der Marktimpuls GmbH & Co. KG sowie den Kooperationspartnern nur zur Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels gespeichert, weiterverarbeitet und genutzt. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Auf Wunsch erteilt die Marktimpuls GmbH & Co. KG jedem Teilnehmer unentgeltlich Auskunft über alle personenbezogenen Daten, die von ihm gespeichert wurden und wird diese auf Anfrage umgehend unentgeltlich vernichten. Hierzu genügt eine formlose Nachricht per E-Mail an: datenschutz@marktimpuls.de.

Salvatorische Klausel

Sollte eine der Bestimmung der Teilnahmebedingungen unwirksam sein oder werden, so bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen hiervon unberührt. Anstelle der unwirksamen oder fehlenden Bestimmungen treten die jeweiligen gesetzlichen Regelungen.

Anwendbares Recht

Das Gewinnspiel unterliegt ausschließlich dem Recht der Bundesrepublik Deutschland.

19 20:00 Uhr | TIG – Theater im Gründungshaus

Vom kleinen Mann, ...

Wenn Severin Groebner, der Grenzgänger zwischen Humor und Musik, Pointen und Poesie, Genie und Wahnsinn und nicht zuletzt zwischen Deutschland und Österreich ins TIG kommt, dann wird kein Zwerchfell unbeteiligt bleiben. Denn in seinem neuen Soloprogramm stellt der smarte Man mit der modischen Hornbrille unsere Helden der Arbeit vor die Nase: Bauarbeiter und Werbeagenten, Architekten und IT-ler, Politiker und Prostituierte, Konzernchefs und Security-Sheriffs und und und.

19 23:00 Uhr | Projekt 42

Monomukke

Kennst du das Gefühl, wenn du etwas zum ersten Mal siehst? Und dich fragst, ob du dort bist, wo du hinwolltest? Du entdeckst leuchtende Formen und der ganze Raum ist erfüllt mit Farben. Du fühlst dich wie ein Kind und die Atmosphäre ist erfüllt mit einer Mischung aus Verwunderung und dich überkommender Begeisterung. Währenddessen beginnen Bässe deinen Körper in Bewegung zu setzen und du fühlst dich losgelöst von jeglichen Zwängen. Die Melodie stimmt dich glücklich.

„Jüngst"-Meisterkonzert
In Kooperation mit der Robert-Schumann-Hochschule Düsseldorf. Werke von Joseph Haydn, Ludwig van Beethoven, Frédéric Chopin und Franz Liszt.
20:00 Zeughaus Neuss
YES WE JAM
Session mit René Pütz (git/voc), Jürgen Dahmen (keyboards), Andy Pilger (drums) und special guest.
20:15 Messajero

VORTRÄGE

Karriere bei der Bundeswehr
Die Bundeswehr ist einer der größten Arbeitgeber Deutschlands. Welche Möglichkeiten sich für Jugendliche und junge Erwachsene im Bereich Ausbildung und Studium bieten, darüber informiert Karriereberaterin Jeanette Kleist.
15:00 Berufsinformationszentrum
Ausbildung und Studium bei der Agentur für Arbeit Mönchengladbach
Informationsveranstaltung. Kerstin Füllbrunn von den Agenturen für Arbeit Mönchengladbach, Aachen-Düren und Brühl stellt Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten bei der Agentur für Arbeit vor.
15:00 Berufsinformationszentrum
Infoabend für werdende Eltern
Rund um Schwangerschaft und Geburt. Anmeldung nicht erforderlich.
18:00-20:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal
Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik
Forum Umwelt: Die 4. Revolution
Ein Plädoyer für den globalen Umstieg auf erneuerbare Energien.
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten
Globales Lernen
Die „Initiative Schulen helfen Schulen" stellt sich vor.
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten

Donnerstag halb Acht: „Kreuzwege"
Vernissage der Passionsausstellung . Von mehreren Künstlern gestaltete Kreuze als Zugänge zum Thema der Passionszeit (Sammlung Jürgen Essers). Referent: Pfr. Stephan Dedring. Die Ausstellung ist zu besichtigen bis zum 3. April. In jeder Passionsandacht im Februar/März, jeweils mittwochs 18 Uhr, wird ein Kreuz Thema der Besinnung sein.
19:30 Ev. Hauptkirche Rheydt

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

HINDENBURGER

Alle Gewinnspiele auch auf facebook.com/hindenburger

SONSTIGES

Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip. Jeder ist herzlich willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenusstr. 95
Säuglingspflegekurs
Kinderkrankenschwester und Elternberaterin Kathrin Novak gibt wertvolle Tipps. Anmeldung per E-Mail: k.novak@kh-neuwerk.de
18:00-19:30 Krankenhaus Neuwerk
Transition Town Café & Saatgut-Börse
19:30 Ladenlokal | Eickener Str. 14

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14, mit Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Offener Treff für Kids
Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

FR19 FEBRUAR

BÜHNE

„Der Rosenkavalier"
Komödie mit Musik in drei Aufzügen von Hugo von Hofmannsthal; Musik von Richard Strauss.
19:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Night of the Dance"
Der irische Stepptanz beeindruckt mit seiner Perfektion und seinem kraftvollen Ausdruck. Die schönsten und bekanntesten Tanzszenen werden erstmals in einer deutschen Bühnenfassung vereint, und mit schwindelerregenden Akrobatikeinlagen der südamerikanischen Artistengruppe „Pura Vida" kombiniert.
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
„Vom kleinen Mann, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf g'schissen hat"
Kabarett mit Severin Groebner.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus
» siehe oben

KONZERTE

3. Zykluskonzert „Best of NRW"
Bläserkonzert mit dem „ARUNDOSquintett". Anna Saha (Flöte), Yoshihiko Shimo (Oboe), Christine Stemmler (Klarinette), Anna Vogelsänger (Fagott) und David Barreda (Horn) spielen Werke von Wolfgang Amadeus Mozart, Anton Reicha, Franz Danzi, Jacques Ibert, György Ligeti, Jorgen Jersild und Carl Nielsen.
20:00 Schloss Rheydt | Rittersaal
» siehe Seite 39 oben

LITERATUR

Die Lesershow
Gute Laune, Texte unterschiedlichster Art, viel Humor und ein ordentlicher Schuss Rock mit einer variablen Portion Unberechenbarkeit – präsentiert von Kulturkram e. V. und Waldhaus e. V. Mit den Stammautoren Markim Pause (Viersen), Lasse Samström (Bonn) und Marco Jonas Jahn (MG) plus einem Gast-Künstler.
20:00 Ladenlokal | Eickener Str. 14

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's
Cocktail Time@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Belinda
22:00 Nacht
I love Black
23:00 Black & White
MONOMUKKE
Deep/Tech-House/Melodic Techno.
23:00 Projekt 42
» siehe oben
YOLO Friday
23:00 YOLO Club

SONSTIGES

Selbsthilfe-Workshop: Was sind Sie denn für 'ne Marke?
Wie wir von anderen wahrgenommen werden, bestimmt oft unseren Erfolg und die Zufriedenheit in Beruf und Alltag.
18:00-21:10 VHS | Haus Berggarten

KIDS

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

SA20 FEBRUAR

BÜHNE

„Dogville" (Premiere)
Nach dem Film von Lars von Trier.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights" | Seite 34 + „Theaterstory" | Seite 12/13

KONZERTE

Musik zur Marktzeit
Jazz, Weltmusik, „folklore imaginaire" und Eigenkompositionen. Posaune: Lucas Schmid, Klavier: Klaus Delvos.
12:00 Citykirche Alter Markt

„Musik mittendrin"
Das Publikum erwartet im 35- bis 45-minütigem Wechsel eine bunte Show der Mönchengladbacher Musikkultur.
16:00-24:00 TIG – Theater im Gründungshaus
„Mücke vs. Frosch"
Die jüngsten Streicherschülerinnen und –schüler spielen Werke von L. Rossa.
17:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal
Econore Noise Fest
Festival für experimentelle Musik mit „DATASHOCK", „BEAR BONES, LAY LOW", „LA JUNGLE", „DASZWITSCHERNDERVOEGEL", „ JASON VAN GULICK" und „RAUNE". Wandmalerei von Lars Wolter und Aftershow mit DJ Sets.
19:30 MMIII Kunstverein e. V. | Rudolf-Boetzelen-Silo | Künkelstr. 125
„Peter und der Wolfram"
Der Sound einer ganzen Band, umgesetzt von nur zwei Musikern: Peter Funda und Wolfram Cramer von Clausbruch.
20:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 42 oben

SPORT

Fußball-Bundesliga
22. Spieltag:
Borussia M'gladbach – 1. FC Köln
15:30 Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 46/47
Handball: Oberliga Männer
18. Spieltag:
Borussia M'gladbach – HSG Bergische Panther
19:30 Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's
Cocktail Time Saturday
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Studio-Geburtstagsparty
20:00-1:00 TOMMYs Tanzstudio
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let's dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Samstag Nacht
22:00 Nacht

Black Edition
Premium Black Music.
23:00 Black & White
Block Party
Hip-Hop mit DJ BARILA FUNK und der gesamten Block Family.
23:00 Projekt 42
YOLO Saturday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst | Aachener Straße
Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Selbsthilfe-Workshop: Was sind Sie denn für 'ne Marke?
Wie wir von anderen wahrgenommen werden, bestimmt oft unseren Erfolg und die Zufriedenheit in Beruf und Alltag.
9:30-16:00 VHS | Haus Berggarten
Makro-Fotografie von Gegenständen
Workshop mit Ulli Klaas.
10:00-16:00 Ulli Klaas Art Work | Richard-Wagner-Str. 127
Nordische Lichternacht
Lange Sauna-Nacht.
18:00-24:00 Finlantis | Buschstr. 22 | Nettetal
Rum Tasting
Wissenswertes über die Herstellung, Reifung und über die mehr als 300-jährige Geschichte des Rums..
19:00 Kult+Genuss

SO21 FEBRUAR

BÜHNE

„Käfig aus Wasser" (Uraufführung)
Von Kuro Tanino. In der Reihe „Außereuropäisches Theater".
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
» siehe Seite 38 oben

KONZERTE

Jugend musiziert
Abschlusskonzert.
Eintritt frei!
11:00 Stadtsparkasse | Bismarckplatz

AUSSTELLUNGEN IM FEBRUAR

WUNDERKAMMER DER MEERE
bis So. 14.2.2016
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa-so
Als „Wunderkammer der Meere“ werden die zoologischen Glasmodelle von Leopold und Rudolf Blaschka bezeichnet. Der rasante Fortschritt in den Wissenschaften verlangte nach neuen Vermittlungsformen. Auf diese Weise entstand ein faszinierender Kosmos von Glaslebewesen, eine Art „Wunderkammer der Meere“.
Städt. Museum Schloss Rheydt

CATHY WILKES: WERKSCHAU IN KOOPERATION MIT TATE LIVERPOOL UND LENTOS MUSEUM LINZ
bis So. 14.2.2016
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa-so
Cathy Wilkes zählt zu den Protagonisten der Glasgower Kunstszene, die seit den späten 1990er-Jahren große internationale Bedeutung besitzt.
Städt. Museum Abteiberg

LINIE KUNST: KÖCHERFLIEGEN
bis Fr. 26.2.2016
8:00-17:00 mo-do
8:00-13:00 fr
Arbeiten der beiden Künstlerinnen Claudia Ehrentraut (Illustration) und Gudrun Schuster (Bildhauerei). In der Ausstellung mit dem Titel „Köcherfliegen“ präsentieren die Neusser Künstlerinnen die beiden Kunstgattungen als Begegnung von Zeichenflächen mit Körperformen.
NEW-Hauptverwaltung | Foyer

MARTIN LERSCH: THIRTY BOYS PAPERS
ab Sa. 20.2.2016 bis So. 28.2.2016
Eröffnung: Sa. 20.2.2016, 19:00 Uhr
10:00-16:00 mo
12:00-16:00 sa + so
12:00-16:00 fr. 26.2.
Eine gemalte Bilderserie – selbstzensiert – zur Thematik Meinungsfreiheit … Botschaft … Teilen von Wissen … von Sinnen und Gefühlen. Oder auch: Wie behandeln wir Inhalte der so genannten Kunstwerke? Diese Bilderserie entstand zum Gedenken an den 30. Todestag des Bildhauers Joseph (23. Januar 2016).
EA 71

100 JAHRE „DAS SCHWARZE QUADRAT“
bis So. 28.2.2016
10:00-18:00 di-sa
14:00-18:00 so
Mit der Ausstellung des russischen Malers Anatoly Bolkhontsev wird es kunstvoll in der Interkulturellen Familienbibliothek Rheydt. Gewidmet ist sie dem berühmten russischen Künstler Kasimir Malewitsch und seinem epochalen Werk „Das schwarze Quadrat“. 100 Jahre nach Entstehung des Werkes, das als Meilenstein der modernen Malerei gilt, sieht sich Anatoly Bolkhontsev in der Tradition des avantgardistischen Künstlers Malewitsch. Formen, Motive und Techniken nimmt der 1933 in Leningrad, dem heutigen Sankt Petersburg, geborene Künstler Anatoly Bolkhontsev in seinen Gemälden und Zeichnungen auf und zeigt sie in neuer, teils überraschender, künstlerischer Komposition.
Stadtteilbibliothek Rheydt

BARBARA LAMBERTZ
bis So. 6.3.2016
Der Mensch in einer spezifischen Lebenssituation, punktuell festgefroren in Acryl. Strukturen, Form, Farbe und die Freude am Experimentellen bilden die Grundlage für die teils persönlichen Momentaufnahmen.
Kunstfenster Rheydt

„MÖNCHENGLADBACH VOR 100 JAHREN – EINE AUßERGEWÖHNLICHE FOTODOKUMENTATION“
is So. 3.4.2016
11:00-17:00 di-fr
11:00-18:00 sa-so
Zum Weihnachtsfest im Jahr 1910 machte die Stadt München-Gladbach dem Königlichen Regierungs- und Baurat Herrn Wolf ein großzügiges Geschenk: Eine blaue Leinenflügelmappe mit der Goldprägung des damaligen Stadtwappens, worin sich 38 Drucke mit Stadtansichten befanden. Die Stadtansichten sind mit „Photogr. und Druck B. Kühlen, M.Gladbach“ gekennzeichnet. Einige dieser Ansichten sind bekannt, andere wiederum sind bislang unbekannt oder nur als schlechte Reproduktion verbreitet.
Städt. Museum Schloss Rheydt

TEXTILTECHNIKUM
11:00-15:00 mo-fr
13:00-17:00 jeder dritte so im Monat
Mönchengladbach ist einer der bedeutendsten Textilstandorte Deutschlands. Die Textilindustrie hat die Stadt entscheidend geprägt. Im TextilTechnikum im Monforts Quartier werden die Zeugnisse der textilen Vergangenheit bewahrt. Eine einzigartige Maschinensammlung zeigt die Entwicklung der Technik vom Handwebstuhl bis zum modernsten Luftdüsen-Webautomaten.
Monforts Quartier | Schwalmstr. 301

KARLA TÄNZER: LEBENSLINIEN
bis Di. 5.4.2016
10:00-11:00 +
18:30-20:30 di-fr
Karla Tänzer, geboren in Emmerich. Studium als Kunsterzieherin. Unterricht an Schulen in Essen Kaarst, Neuss. Weiterbildungen an der Akademie Xenia Hauser. Ihre Ausstellung „Lebenslinien“ bezieht sich ausschließlich auf menschliches Befinden in Grenzerfahrungen. In den Bildern stellt sie reale Situationen dar und überlässt dem Betrachter eine eigene Interpretation. Die Arbeiten „Halte mich“, „Auf der Durchreise“ und „Exodus“ zeigen beispielhaft vielfältige Widersprüche des Alltags.
BIS-Zentrum | Café Bisquit

FILMFIGUREN-AUSSTELLUNG
12:00-18:00 fr
10:00-18:00 sa
12:00-17:00 so
Berliner Platz 10

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

20 20:00 Uhr | BIS-Zentrum

Peter und der Wolfram

Wer sagt, nur Frauen können mehrere Dinge auf einmal machen, Männer hingegen nur eins? Mit diesem Vorurteil räumen die beiden Musiker Peter Funda und Wolfram Cramer von Clausbruch hör- und sichtbar deutlich auf! Bekannte Lieder und vertraute Instrumentals in akustischer Vielfalt, gespickt mit Humor und kurzweiliger Unterhaltung versprechen ein einzigartiges Konzerterlebnis. Eigene Kompositionen mit eingängigen Melodien runden das Programm stilvoll ab.

25 20:00 Uhr | Projekt 42

Poeterey – Gladbacher Poetry Slam

Der Gladbacher Poetry Slam startet in sein Jubiläumsjahr: 2016 wird die Poeterey zehn Jahre alt. Mitte des Jahres wird es dazu einen richtigen Geburtstags-Slam geben. Gefeiert wird aber schon ab dem ersten Dichterwettstreit des Jahres, zu dem wieder erlesenen Bühnenpoetinnen und -poeten geladen und spontan antreten werden. Durch die Show führt das Moderatoren-Duo Markim Pause und Jonas Jahn, flankiert von DJ Key, der für die Klänge zwischen den Zeilen sorgt.

„Reisen in die Neue Welt“
Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt unter Leitung von Lavard Skou Larsen Werke von Giannini, Piazzolla, Ginastera und Passarella.
11:00 Zeughaus Neuss

LITERATUR

„Mörderischer Rhein“
Warum ist es am Rhein so tödlich? Krimilesung mit Anja Puhane, Helmut Wichlatz, Regina Schleheck, Sabine Giesens, Dieter Kuhlmann, Klaus Stickelbroeck.
18:00 BIS-Zentrum

HINDENBURGER

Alle Gewinnspiele auch auf facebook.com/hindenburger

SPORT

Sportliche Earlybird-Radtour
Für flotte Touren- oder Mountainbiker (nicht fürs Rennrad). Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC).
8:00 Treffpunkt Fansteinraute Borussia-Park
Fußball: A-Junioren Bundesliga West
17. Spieltag:
Borussia M'gladbach U19 – FC Schalke 04 U19
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz
Hallenhockey: Regionalliga West Frauen
10. Spieltag:
Gladbacher HTC – Club Raffelberg
11:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11
Hallenhockey: Regionalliga West Männer
10. Spieltag:
Rheydter SV – THC Bergisch Gladbach
13:00 Sporthalle Mülfort | Realschulstr. 8
Trabrennen
Veranstalter: Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.
13:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

„Zeit und Vergänglichkeit in der zeitgenössischen Kunst“
Führung mit D. Thevessen.
11:30 Städt. Museum Abteiberg
Von Spießbürgern, Bauern und Diebesgesindel
Wer schon immer wissen wollte, wie ein Henker sich sein Zubrot verdiente und welche Kräuter ursprünglich im Abteigarten wuchsen oder wer sogar einmal „auf den Hund kommen” möchte, kann sich vom Stadtführer in einem historischen Gewand in die Welt des Mittelalters entführen lassen. Auf den Spuren der alten Kirchhöfe lässt sich bei der etwa zweistündigen Tour gemeinsam manch Verborgenes entdecken.
Veranstalter: MGMG.
15:00 Parkplatz Geroweiher | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“
Tatort Klub
Gemeinsames Tatortgucken in Wohnzimmeratmosphäre.
19:45 Ladenlokal | Eickener Str. 14

KIDS

2. Kinderkonzert: „Mensch, Mozart!“
11:00 + 12:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Tipps für Kids“ | Seite 30/31
„Die kleine Meerjungfrau“
Das Musical-Abenteuer für die ganze Familie. Eine moderne, bunte und fröhliche Interpretation des Märchens von Hans Christian Andersen – natürlich mit Happy End!
15:00 Kaiser-Friedrich-Halle
„Rapatité oder Danke Rüdiger!“
Mitmach-Theater für Kinder ab 4 Jahre.
16:00 BIS-Zentrum
» siehe „Tipps für Kids“ | Seite 30/31

MO22 FEBRUAR

VORTRÄGE

Wegbegleiter
Ambulante Hospizarbeit vorgestellt.
18:00-19:30 FBS | Anna-Ladener-Haus

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

KIDS

„Rapatité oder Danke Rüdiger!“
Mitmach-Theater für Kinder ab 4 Jahre.
9:00 + 11:00 BIS-Zentrum
» siehe „Tipps für Kids“ | Seite 30/31
Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

DI23 FEBRUAR

BÜHNE

„Käfig aus Wasser“ (Uraufführung)
Von Kuro Tanino. In der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
» siehe Seite 38 oben

VORTRÄGE

Forum Karriere: Schlagfertigkeit – Begabung oder Übung?
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten
Himmelsleitern – Große Grate der Alpen
Lichtbildervortrag von Ralf Gantzhorn. Begleitet von einzigartigen und atemberaubenden Bildern werden bekannte und weniger bekannte Berge der Alpen auf spektakulären Wegen bestiegen bzw. besser: überschritten. Dabei sind unter anderem so berühmte Anstiege wie der Nordgrat des Weißhorns, der Kuffnergrat am Mont Blanc oder die Überschreitung der Blümlisalp, aber auch echte Geheimtipps wie der Blanchetgratam Breithorn oder der Mittergrat in den Zillertaler Alpen werden in Wort und Bild vorgestellt.
19:30 TIG – Theater im Gründungshaus

PARTY

Discofox-Party
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

SONSTIGES

Lucky-Gruppe
Treffpunkt für bisexuelle, lesbische und neugierige Mädchen und junge Frauen im Alter von 14 bis 27 Jahre.
18:00 Aids-Hilfe Mönchengladbach/Rheydt | August-Pieper-Str. 1

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14. 17:30-21:00 Jugendl. ab 14. Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Offener Treff für Jugendliche
18:00-21:00 Jugendheim MG-Bettrath

MI24 FEBRUAR

BÜHNE

„Planet Deutschland“ (Preview)
Das neue Programm von Kaya Yanar.
20:30 Kunstwerk Wickrath
» siehe „Highlights“ | Seite 34

KONZERTE

4. Sinfoniekonzert 2015/2016
Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Witold Lutoslawski (Konzert für Orchester), Frédéric Chopin (Klavierkonzert Nr. 2 f-Moll op. 21) und Ottorino Respighi (Pini di Roma). Klavier: William Youn, Dirigent: Alexander Steinitz. Konzerteinführung um 19:15 Uhr.
20:00 Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
» siehe „Highlights“ | Seite 34

VORTRÄGE

Vorsorge für den Krankheits- oder Unglücksfall
19:00-21:15 FBS | Anna-Ladener-Haus

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Von Mönchen, Sagen und Legenden
Eine Geschichtsstunde der ganz besonderen Art bietet der 1,5-stündige Spaziergang durch die Mönchengladbacher Altstadt. Wenn sich der Tag dem Ende neigt, lädt der geheimnisvolle Mönch ein, spannenden Stadtgeschichten zu lauschen.
Veranstalter: MGMG.
17:00 Parkplatz Geroweiher | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“
Kulturkram meets Kulturküche #1
Ultimativer Spieleabend. Eintritt frei!
19:00 Kulturküche
Mittwochskino im BIS: „Der Butler“
USA 2013, Regie: Lee Daniels, 122 Min.
20:30 BIS-Zentrum

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO25 FEBRUAR

BÜHNE

„Dogville“
Nach dem Film von Lars von Trier.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 34 + „Theaterstory“ | Seite 12/13
THEATER EXTRA: „In der Anarchie lauert die Religion“
Hugo Ball Projekt zu 100 Jahre Dadaismus.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE

Debütkonzert
Preisträger „Jugend musiziert“ spielen. Eintritt frei!
19:00 Kaiser-Friedrich-Halle | Balkonsaal
4. Sinfoniekonzert 2015/2016
Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Witold Lutoslawski (Konzert für Orchester), Frédéric Chopin (Klavierkonzert Nr. 2 f-Moll op. 21) und Ottorino Respighi (Pini di Roma). Klavier: William Youn, Dirigent: Alexander Steinitz.
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle
» siehe „Highlights“ | Seite 34
Musica dal vivo – Live-Musik am Bunten Garten: „Omnitah“
20:00 La Bodega | Viersener Str. 180
„Bridgeless“
Hutkonzert. Eintritt frei!
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

LITERATUR

Poeterey – der Gladbacher Poetry Slam
20:30 Projekt 42
» siehe oben

VORTRÄGE

Freiwilliges Soziales Jahr und Bundesfreiwilligendienste
Das Freiwillige Soziale Jahr bietet Frauen und Männern von 16 bis 26 Jahren die Chance, neue Erfahrungen zu sammeln und sich dabei sozial zu engagieren. Das FSJ wird in vielen Studiengängen und Ausbildungen als Praktikum oder Wartezeit anerkannt.
16:00 Berufsinformationszentrum
Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik
Forum Umwelt: Pleiten, Pech und Pannen – ist die Weiternutzung alter Atomkraftwerke vertretbar?
Von Tihange über Doel nach Jülich.
19:00-20:30 VHS | Haus Berggarten

27 **20:00 Uhr | TIG – Theater im Gründungshaus**

Rating akut

In seinem neuen Programm „Rating akut“, das nicht ohne Hintergedanken klingt wie eine Schmerztablette, greift sich Arnulf Rating, das kabarettistische Urgestein der Republik, wieder seinen Stapel Zeitungen, und schon beginnt eine waghalsige Karussellfahrt durch den Medienrummel und man wird schnell schwindelig von dem ganzen Schwindel.

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito

KIDS

Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14, mit Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Wege nach dem Abitur - Sportwissenschaften und Co.
Wochen der Studienorientierung. Wer seine Begeisterung für den Sport als Beruf ausüben will, hat vielfältige Möglichkeiten. Ob auf Lehramt, als Manager oder in der Rehabilitation: Die Sporthochschule Köln bietet viele Kombinationen an.
15:00 Berufsinformationszentrum
Offener Treff für Kids
Für Kinder von 8 bis 12 Jahre.
16:00-18:00 Jugendheim MG-Bettrath

FR26 > FEBRUAR

KONZERTE

„Vielsaitig“
Konzert des Fachbereichs Zupfinstrumente. Musik für Baglama, Harfe und Gitarre.
19:00 Kolumbarium St. Kamillus | Kamillianerstr. 40

LITERATUR

„Ein Hochstapler erzählt“ (Wiederaufnahme)
Ein Thomas-Mann-Abend. In seinem Soloabend befasst sich Michael Grosse mit den prägenden Ereignissen aus den Kinder- und Jugendtagen des Titelhelden aus „Bekenntnisse des Hochstaplers Felix Krull“ von Thomas Mann.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

PARTY

Rock around the clock
Rock ’n’ Roll der 50er/60er.
19:00 Americar’s
Cocktail Time@Cocos
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Reif und verrockt
Ü50-Party. Tanzen, schwofen, lecker essen und trinken ist unter der stimmungsbefeuernden Anleitung von DJ Lutz angesagt.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus
Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let’s dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Belinda
22:00 Nacht
I love Black
23:00 Black & White
Surprise Party
23:00 Projekt 42
YOLO Friday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

SONSTIGES

Anti-Stress-Training
Burnout-Prophylaxe.
15:00-21:00 FBS | Anna-Ladener-Haus

KIDS

Offene Tür
Kinder bis 14; mit Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
„Die Kinder in Waldniel“
Theatercollage zum Thema Kindereuthanasie im Nationalsozialismus für Jugendliche ab 14 Jahren und Erwachsene.
Theater mini-art, Bedburg-Hau, SchülerInnen eines Berufskollegs aus Mönchengladbach.
19:00 BIS-Zentrum

SA27 > FEBRUAR

BÜHNE

„Dogville“
Nach dem Film von Lars von Trier.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 34 +
„Theaterstory“ | Seite 12/13
„Rating akut“
Kabarett mit Arnulf Rating.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus
» siehe oben
„Ohne Sex geht’s auch (nicht)!“
Ein Leben ohne Sex ist möglich – aber keins ohne Brille. Ein Reisebericht aus den mittleren Jahren zwischen Teenager und Rentner, zwischen Skateboard und Rollator, zwischen Playstation und Intensivstation, zwischen Pickel-Ausbruch und Prostata-Kollaps. Englischer Humor – aber in deutscher Sprache – lautet das Rezept, mit dem Mark Britton, Deutschlands Comedy-Import Nr. 1, seit Mitte der Neunziger Jahre über Deutschlands Bühnen fegt.
20:00 Die Spindel im BIS-Zentrum

KONZERTE

Musik zur Marktzeit
Orgelkonzert mit Werken von Pachelbel und Buxtehude.
12:00 Citykirche Alter Markt
„Even Song“
Der Rheydter Knabenchor und das „Quartetto Cantorum“ singen Werke von Schütz (Magnificat), Bach, Mendelssohn und Rutter. Leitung und Orgel: Udo Witt.
18:00 Ev. Hauptkirche Rheydt

SPORT

Fußball: Regionalliga West Männer
25. Spieltag:
Borussia M’gladbach U23 – Rot-Weiß Oberhausen
14:00 Grenzlandstadion
Fußball: B-Juniorinnen Bundesliga West/Südwest
11. Spieltag:
Borussia M’gladbach U17 – FSV Gütersloh U17
14:00 Sportanlage Am Haus Lütz
Handball: 3. Liga West Männer
22. Spieltag:
TV Korschenbroich – Neusser HV
19:30 Waldsporthalle | Am Sportplatz 11a | Korschenbroich

PARTY

Rock around the clock
Rock ’n’ Roll der 50er/60er.
19:00 Americar’s
Cocktail Time Saturday
House, RnB, Charts, Dancefloor.
19:00 Cocos
Große Ü30-Party
20:00 Kaiser-Friedrich-Halle

VALENTINSTAG
14. Februar

Der Valentinstag gilt allgemein als der Tag der Jugend, der Familie, der Liebenden und des Blumenschenkens. Feiert diesen schönen Tag bei uns im MOKKA mit Kerzenschein und einem

3 Gang Menu mit Aperitif für 28,50€.

Für weitere Informationen zum Menu und für Reservierungen wählt einfach die: **02161 464709.**

Wir freuen uns auf Euch!

MOKKA
restaurant & catering

Stephanstr. 1 41061 Mönchengladbach Tel.: 02161 464709 www.mokka.de

Der MKV stellt auf der Gero-Anlage Sitztribünen auf. Wir bieten Ihnen:
· ein abwechslungsreiches Programm vor und nach dem Zug
· Moderation während des Zuges
· Diverse Imbiss und Getränkestände, sowie sanitäre Anlagen stehen in unmittelbarer Nähe für Sie bereit.

Tribünenplätze:
10 Euro - Tribüne, nicht überdacht
18 Euro - Tribüne, überdacht
38 Euro - Tribüne, überdacht + Getränkemarken + Essensgutschein

Reservierung unter:
· Horst Beines +49 (2166) 5555014
· geschaeftsfuehrer@mg-mkv.de
· www.mg-mkv.de/tribuene

28 17:00 Uhr | Pfarrkirche St. Helena

Konzert Stummfilm und Orgel

Zu „Der Galiläer“, einem 55-minütigen Stummfilm aus dem Jahr 1921, improvisiert Gregor Simon live an der Orgel die Filmmusik. Wie in alten Zeiten am Klavier die Musik zum Stummfilm improvisiert wurde, geschieht dies nun an der Orgel, wobei durch deren klangliche Bandbreite sehr detailliert und eindrücklich auf das Geschehen im Film eingegangen werden kann. „Der Galiläer“ (Regie: Dimitri Buchowetzki) ist einer der großen deutschen Passionsfilme der Stummfilmära.

Ab in die Hütte!
Aktuelle Chartbreaker und Hit-Giganten der 80er/90er.
21:00 Almsause
Let’s dance
Disco Fox, Schlager, Top Hits & Oldies.
21:00 Foxbar
Samstag Nacht
22:00 Nacht
Black Edition
23:00 Black & White
DUB SICK
Dubstep x DnB x Trap.
23:00 Projekt 42
YOLO Saturday
Pop, House, Hip Hop.
23:00 YOLO Club

HINDENBURGER

Like

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz Schlafhorst | Aachener Straße
Trödelmarkt
Üner 80 % Trödel.
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Aktion tu was: Zivilcourage kann jeder!
10:00-13:30 VHS | Haus Berggarten
Dinner-Show: „Dinner Musical“
19:00 Gasthof Loers | Mürrigerstr. 17
Whisky Tasting
Mit Manfred Plachetka. Info und Anmeldung über whisky-consulting@gmx.de.
19:30-23:00 TOMMYs Tanzstudio

KIDS

Manga Magie
Ein Workshop zum Mitmachen für Kinder ab 8 Jahre. Leitung: Alexandra Völker.
12:00–15:00 BIS-Zentrum
Welches Instrument ist das?
Konzert und Schnuppertag für Kinder, die ein Instrument erlernen wollen. Eintritt frei!
14:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

SO 28 > FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: Frühstücks-Matinee zu „Frau Luna“
Operette von Paul Lincke. Frühstück ab 10:00 Uhr.
11:15 Theatercafé Linol
„Tangonacht plus …“ (Zum letzten Mal)
Ballettabend von Robert North.
18:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Cavalo de Santo – Das Pferd des Heiligen“ (Uraufführung)
Von Viviane Juguero nach einer Idee von Jessé Oliveira. In der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE

Konzert „Stummfilm und Orgel“
„Der Galiläer“ – Stummfilm mit Orgelimprovisation. Eintritt frei!
17:00 Pfarrkirche St. Helena | MG-Rheindahlen
» siehe oben

VORTRÄGE

Matinéevortrag der Otto von Bylandt-Gesellschaft
Vortrag von Prof. Dr. Gregor J.M. Weber mit Bezug zur Sammlung des Museums Schloss Rheydt.
11:30 Schloss Rheydt | Rittersaal

SPORT

Sportliche Earlybird-Radtour
Für flotte Touren- oder Mountainbiker (nicht fürs Rennrad). Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club (ADFC).
8:00 Treffpunkt Fansteinraute Borussia-Park
Fußball: B-Junioren Bundesliga West
18. Spieltag:
Borussia M’gladbach U17 – FC Schalke 04 U17
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz
Fußball: Niederrheinliga Frauen
14. Spieltag:
Borussia M’gladbach II – Sportfreunde Baumberg
11:00 Sportanlage Am Haus Lütz
Fußball: 2. Frauen-Bundesliga Süd
14. Spieltag:
Borussia M’gladbach – 1. FFC Frankfurt II
14:00 Grenzlandstadion

SONSTIGES

Briefmarkentauschtag
Briefmarkenfreunde 1924.
9:30-12:00 Turnerheim | Nordstr. 133
Tatort Klub
Gemeinsames Tatortgucken in Wohnzimmeratmosphäre.
19:45 Ladenlokal | Eickener Str. 14

KIDS

THEATER EXTRA: „Der Kleine Prinz“
Theaterstück für zwei Darsteller und Puppen von Sabine Sanz nach Antoine de Saint-Exupéry. Für Kinder ab 6 Jahre.
11:00 Theater Mönchengladbach | Studio
KILIFEE – das 14. Kinderliederfestival: Eröffnungsgala
Mit Geraldino, Lila Lindwurm Duound den JEKISS-Kinderchören.
16:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal
» siehe „Tipps für Kids“ | Seite 30/31

MO 29 > FEBRUAR

VORTRÄGE

Nigeria zwischen Öl-Abhängigkeit und Boko Haram
Investitionschancen für deutsche Unternehmen. Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins von Malte Liewerscheidt.
19:00 Haus Erholung | Raum 4

PARTY

Salsa und Merengue
Mit kostenlosem Tanzkurs.
21:00 Kastanienhof

KIDS

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

AFbJ
Roermonder Str. 217 | 41068 MG | 02161 52031
www.afbj.de

Altes Zeughaus
Weiherstr. 2 | 41061 MG | 02161 180109
www.altes-zeughaus.de

Astronomischer Arbeitskreis Mönchengladbach
Engelsholt 143 | 41069 MG | 02161 573113
www.astro-mg.de

BIS-Zentrum
Bismarckstr. 97-99 | 41061 MG | 02161 181300
www.bis-zentrum.de

BIZ – Berufsinformationszentrum
Lürriper Str. 56
41065 MG | 02161 404-2250
www.arbeitsagentur.de

Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e. V.
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG | 01805 181900
www.borussia.de

Citykirche Alter Markt
41061 MG

Comet Cine Center
Viersener Str. 8 | 41061 MG | 02161 8144-0
www.comet-cine-center.de

Die Spindel
Postfach 100955
41009 MG | 02161 14700
www.die-spindel.de

EA 71
Eickener Str. 71 | 41061 MG

Elisabeth-Krankenhaus Rheydt
Hubertusstr. 100 | 41239 MG | 02166 394-0
www.sk-mg.de

Familienbildungsstätte Anna-Ladener-Haus
Odenkirchener Str. 3a | 41236 MG | 02166 62312-0
Hansastraße
Hansastr. 65 | 41066 MG | 02166 62312-23
www.fbs-mg.de

Grenzlandstadion
Seminarstr. 20 | 41236 MG

Haus Erholung
Johann-Peter-Boelling-Platz 1 | 41061 MG

Jahnhalle
Volksgartenstr. 165 | 41065 MG | 02161 482740

Jugendheim Bettrath
Hansastr. 55 | 41066 MG
www.jugend-mg.de

Kaiser-Friedrich-Halle
Hohenzollernstr. 15 | 41061 MG | 02161 10094
www.kaiser-friedrich-halle.de

Kastanienhof
Krefelder Str. 765
41066 MG | 02161 8212060
www.kastanienhof-hotel.org

Kath. Pfarrkirche St. Helena
St.-Helena-Platz 11
41179 MG
www.helenamusik-rhein-dahlen.de

Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214-216 | 41066 MG | 02161 668-0
www.kh-neuwerk.de

Kult+Genuss GmbH
Wilhelm-Strauss-Str. 65 | 41236 MG | 02166 2172627
www.kultundgenuss.de

Kulturküche
Waldhausener Str. 64 | 41061 MG | 02161 8277711
www.kulturkueche.com

Kunstfenster Rheydt
Hauptstr. 125 | 41236 MG
www.kunstfenster-rheydt.de

Kunstwerk Wickrath
Wickrathberger Str. 18b | 41189 MG | 02166 133930
www.rotes-krokodil.de

Ladenlokal
Eickener Str. 14 | 41061 MG

Messajero
Sophienstr. 17 | 41065 MG | 02161 4988717
www.messajero.com

Mezcalito
Gasthausstr. 30 | 41061 MG | 02161 176640

MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2
41061 MG | 02166 252411
www.mgmg.de

MMIII Kunstverein e. V.
Künkelstr. 125
41063 MG | 0163 4233930
www.mmiii.de

Musikschule
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG | 02161 25-6431
www.musikschule-moenchengladbach.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

SparkassenPark
Am Hockeypark 1
41179 MG | 02161 30772450
www.sparkassenpark.de

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
www.borussia.de

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Alexianerstr. 6
41061 MG | 02161 837005
www.jugendclubhaus-westend.de

Städt. Museum Abteiberg
Abteistr. 27
41061 MG | 02161 252637
www.museum-abteiberg.de

Städt. Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508 | 41238 MG | 02166 928900
www.schlossrheydt.de

Stadtbibliothek: Stadtteilbibliothek Rheydt
Am Neumarkt 8 | 41236 MG | 02161 258281
Zentralbibliothek (Carl-Brandts-Haus)
Blücherstr. 6 | 41061 MG | 02161 256345
www.stadtbibliothek-mg.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

TIG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88 | 41061 MG | 02161 1858280
www.theater-im-gruendungshaus.de

TOMMYs Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156 | 47877 Willich | 02154 816644
www.tommys-tanzstudio.de

Trabrennbahn
Am Flughafen 5 | 41066 MG | 02161 248666

Vitusbad
Breitenbachstr. 52
41065 MG | 02161 6980487
www.new-ag.de

Volkshochschule: Haus Berggarten
Lüpertzender Str. 85 | 41061 MG | 02161 256404
City-Haus
Mühlenstr. 2-4 | 41236 MG | 02161 258300
www.vhs-mg.de

Wasserwerk Rheindahlen
Mennrather Str. 80 | 41179 MG

Zeughaus Neuss
Markt 42-44 | 41460 Neuss
www.zeughauskonzerte.de

Redaktion Terminkalender: Martin Huth. Ihre Veranstaltungen bitte bis zum 15. des Vormonats an termine@hindenburger.de (kostenlose Veröffentlichung!)

Gefällt mir

KINO HIGHLIGHTS

FILM

➲ ab 4.2.2016

Gänsehaut

Zach Cooper ist nicht begeistert, als er in eine Kleinstadt umziehen muss. Doch als er seine schöne Nachbarin Hannah kennenlernt, sieht er einen ersten Silberstreif am Horizont. Als er entdeckt, dass Hannahs Vater kein Geringerer als R.L. Stine ist, Autor der erfolgreichen „Gänsehaut"-Romane, trübt sich das Bild. Er bringt in Erfahrung, dass Stine ein gefährliches Geheimnis hat.

Aufgepasst: Bis zum 10.2. könnt ihr eines euer Gänsehaut-Taschenbücher gegen eine Freikarte für diesen Film austauschen.

FILM

➲ ab 11.2.2016

Die wilden Kerle – Die Legende lebt

In „Die wilden Kerle – Die Legende lebt" treten sieben, neue unerschrockene Helden gegen den Dicken Michi und seine Schergen an – im Kampf um den Teufelstopf, wild sein und Ehre. Angeführt von Leo treffen sein Bruder Elias, Finn, Joshua, Oskar, Matze und Müller nicht nur auf alte Bekannte, sondern im ultimativen Endspiel auch auf die „Galaktischen Sieger" – eine Herausforderung, die schier unmöglich scheint.

Sind Leo und Co. wild genug, um als Sieger den Teufelstopf verlassen zu können?

FILM

➲ ab 18.2.2016

Hail, Caesar

Hollywood in den 1950er-Jahren: Das Anliegen, das die Verantwortlichen bei Capitol Pictures an Eddie Mannix (Josh Brolin) herantragen, ist für den gewieften Mann nichts Ungewöhnliches. Gerade noch stand Baird Whitlock (George Clooney) für Capitols Prestige-Projekt „Hail, Caesar!" vor der Kamera, nun ist er unter mysteriösen Umständen verschwunden und seine Entführer, die sich „Die Zukunft" nennen, fordern nicht weniger als 100.000 Dollar im Gegenzug für seine Freilassung. Nun ist es an den Problemlöser Hollywoods, das Geld aufzutreiben und den größten Star des Studios zu zurückzuholen, ehe die Klatschblätter von der Entführung Wind bekommen ...

FILM

➲ ab 25.2.2016

Spotlight

Im Jahr 2001 erhält Walter „Robby" Robinson, der Leiter des Investigativ-Teams des Boston Globe, einen besonderen Auftrag. Der neue Chefredakteur setzt ihn auf die Fälle von Kindesmissbrauch in der katholischen Kirche an, von denen schon lange hinter vorgehaltener Hand gesprochen wird. Doch als Robby und seine Kollegen die ersten Opfer interviewen, decken sie einen viel größeren Skandal auf: Seit Jahrzehnten wurden in der Erzdiözese Boston immer wieder Kinder von Priestern missbraucht – und die Taten von höchsten Würdenträgern gedeckt und vertuscht. Die Spuren führen direkt zum Kardinal, doch die Reporter stoßen auf eine Mauer des Schweigens.

SONDERPROGRAMM

- Vorpremiere **„Batman v Superman: Dawn of Justice"** am 23.3. um 19:30 Uhr

BERLINER PHILHARMONIKER:

29. April 2016 um 19:30 Uhr
Dirigent: Andris Nelsons
Richard Wagner: Vorspiel und Karfreitagszauber aus Parsifal
Anton Bruckner: Symphonie Nr. 3 d-Moll

METROPOLITAN OPERA LIVE:

5. März 2016, 19:00 Uhr
Puccini: MANON LESCAUT
Mit Kristine Opolais, Jonas Kaufmann, Massimo Cavaletti, Brindley Sherratt, Dirigent: Fabio Luis, Produktion: Sir Richard Eyre.

2. April 2016, 19:00 Uhr
Puccini: MADAMA BUTTERFLY
Mit Kristine Opolais, Maria Zifchak, Roberto Alagna, Dwayne Croft, Dirigent: Karel Mark Chichon, Produktion: Anthony Minghella. Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln).

16. April 2016, 19:00 Uhr
Donizetti: ROBERTO DEVEREUX
Mit Sondra Radvanovsky, Elīna Garanča, Matthew Polenzani, Mariusz Kwiecien, Dirigent: Maurizio Benini, Produktion: Sir David McVicar. Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln).

30. April 2016, 19:00 Uhr
Strauss: ELEKTRA
Mit Nina Stemme, Adrianne Pieczonka, Waltraud Meier, Burkhard Ulrich, Eric Owens, Dirigent: Esa-Pekka Salonen, Produktion: Patrice Chéreau. Gesungen in Deutsch.

COMET CINE CENTER 5 7
facebook facebook.com/CometCineCenter twitter twitter.com/CometCineCenter
Viersener Straße 8 · Ticket Hotline: 0 21 61 - 8 1 44 11 8 · Www.comet-cine-center.de

FOTOS: COMOET CINE CENTER, FILMFIRMEN

Vermutlich braucht er unsere Tipps nicht, aber VfL-Trainer André Schubert freut sich vielleicht über manche Bestätigung seiner Ansichten.

TRAINER, THESEN, TEMPERAMENTE

Die Rückrunde in der Fußball-Bundesliga läuft, Borussia kämpft um den Einzug in den Europapokal – wir wissen, wie es geht.

TEXT: INGO RÜTTEN

Wir Fußballfans sind bekannt dafür, zumindest im Nachhinein alles besser zu wissen als die verantwortlichen Trainer. Wir schießen härter und genauer als die Spieler, wir gehen gezielter in die Zweikämpfe und haben die ausdauerndere Kondition. Wir, das sind wir alle; wir VfL-Anhänger, die unbedingt wieder dorthin kommen wollen, wo es diese schicke Hymne vor den Spielen gibt: in die Champions League, mindestens aber in die Europa League. Und da der Rückrundenauftakt zwar schon hinter uns, aber etliche weitere „Endspiele“ und damit die entscheidende Saisonphase noch vor uns liegt, wagen wir an dieser Stelle einen Ausblick, geben die vermeintlich richtigen Tipps und stellen erfolgsversprechende Thesen auf.

Die erste These ist vermutlich die einfachste; auch braucht VfL-Trainer André Schubert wohl keinen Tipp, wen er denn zwischen die Pfosten stellen sollte. Zwar hat Borussia derart viele Gegentore hinnehmen müssen, dass Yann Sommer vielleicht bei Außenstehenden zumindest mal ein kleines Fragezeichen verpasst bekommen könnte. Doch wissen jene, die sich halbwegs mit dem VfL beschäftigen, dass die vielen Gegentreffer erstens eher mit der neuen taktischen Ausrichtung in der Post-Favre-Ära und zweitens mit dem ständig wechselnden Personal in der Hintermannschaft zusammenhängen. Noch lange werden Nico Schulz, Álvaro Dominguez und Tony Jantschke verletzt fehlen – und damit hat einzig Oscar Wendt weiterhin einen Freifahrtschein. Nein, nicht alle Hobby-Trainer sind Fans des Schweden, zu arglos präsentiert sich der zum „Borussen der Hinrunde“ gewählte Außenverteidiger in der Defensive dafür. Dennoch gehört er zurecht zur ersten Wahl in der Viererkette, die in Martin Hinteregger ein neues Gesicht in der Winterpause erhalten hat.

MARTIN STRANZL DAGEGEN DARF FROH SEIN, WENN ER GESUND BLEIBT

Hinteregger und Andreas Christensen werden Innen verteidigen, Martin Stranzl dagegen darf froh sein, wenn er gesund bleibt, Roel Brouwers spielte unter Schubert ohnehin bisher keine Rolle. Steht Hinteregger nicht seinen Mann, wird Havard Nordtveit nach hinten rücken, zumindest solange sein

Wechsel nach England noch nicht als perfekt gemeldet wird. Julian Korb dürfte sich dann auch freuen, wäre er doch weiterhin auf der rechten Verteidigerposition gesetzt. Mit Nordtveit wird auch Granit Xhaka am Ende der Saison den VfL Richtung England verlassen, bis dahin wird der Schweizer noch zweimal wegen Gelbsperren und einmal wegen einer Gelb-Roten Karte pausieren müssen. Somit kommt Xhaka nur noch auf elf Spiele für Borussia – ehe sich Sportdirektor Max Eberl über die fetteste Einnahme in der Clubgeschichte und viel Arbeit bei der Nachfolgesuche für zwei richtig gute „Sechser“ freuen darf. Weniger Emotionen und Kontobewegung werden im kommenden Sommer die Transfers von Josip Drmic und Thorgan Hazard verursachen, die beide eine enttäuschende Halbserie hinlegen werden und sich neue Herausforderungen suchen (müssen). Neuzugang Jonas Hofmann schlägt ein, André Hahn kommt gestärkt zurück und auch das Knie von Patrick Herrmann hält; der schnelle Flügelspieler wird nach mächtigem Anlauf zum Ende der Saison wieder in Bestform sein, so dass Eberl eine weitere Baustelle bearbeiten muss. Die Stammbesetzung auf den Flügeln bilden aber in der Rückrunde wieder Fabian Johnson und Ibrahima Traoré – und das wird richtig gut!

In der Hinrunde zum Publikumsliebling avanciert, macht Ibrahim Traoré auch abseits des Fußballplatzes eine gute Figur. Auf dem Flügel im VfL-Dress aber gefällt er uns noch besser!

VORNE TOBEN SICH STINDL UND RAFFAEL AUS

Ganz vorne toben sich bis auf Weiteres Lars Stindl und Raffael aus – ihre Treffsicherheit wird mitentscheiden, ob der VfL in der kommenden Saison wieder international spielen wird oder ob es nur zum Saisonziel von Eberl reicht: „einstelliger Tabellenplatz“. Das klingt schon sehr nach Tiefstapelei und wäre aus heutiger Sicht auch eher enttäuschend. Damit das nicht passiert, muss auch VfL-Trainer Schubert Tipps annehmen und bestenfalls auf unnötige Rotation verzichten – das hat sich hoffentlich durch die fehlende Dreifachbelastung ohnehin erledigt. Gefühlt brauchen beispielsweise Nico Elvedi und Marvin Schulz noch ein bisschen Zeit, um wirklich Alternativen zu sein. Doch: Fußball ist nicht vorhersehbar und manche Formkurve kann in beide Richtungen verlaufen. Wer weiß, vielleicht spielt Branimir Hrgota seine beste Rückrunde, seitdem er bei Borussia ist, und alle Verantwortlichen ärgern sich am Ende der Spielzeit, dass sein Vertrag aus- und er davonläuft? Wünschenswert ist vor allem, dass das Verletzungspech der Hinserie nicht anhält, denn wenn der VfL eine erfolgreiche Halbserie spielen will, dann darf das nicht wieder passieren. Ob, und wenn ja wer, von den Langzeitverletzten noch einmal an Bord kommt, ist genauso unklar wie viele der Thesen oben im Text – einzig das ungezügelte Temperament Xhakas scheint sicher. Da sind wir uns doch einig, oder?

TERMINE IM FEBRUAR

20. Spieltag	**Fr. 5.2.**	**20:30**	**BORUSSIA – Werder Bremen**
21. Spieltag	**So. 14.2.**	**15:30**	**Hamburger SV – BORUSSIA**
22. Spieltag	**Sa. 20.2.**	**15:30**	**BORUSSIA – 1. FC Köln**
23. Spieltag	**So. 28.2.**	**15:30**	**FC Augsburg – BORUSSIA**

FOTOS: BORUSSIA/SIWE

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. 02161 / 666360
Fax 02161 / 665159

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

2014 MARKTIMPULS.DE

Eine der häufig gestellten Fragen gilt ganz speziell der Behandlungstage von Herrn Dr. H. Bongartz, die wie folgt ausgeschrieben sind: Mo., Di., Mi., Do., Fr.

Ihr Praxis-Team

MEHR BEWEGUNG IM ALLTAG

Text: Sabrina Forst

Wie steht es mit Ihren guten Vorsätzen? Machen Sie regelmäßig Sport? Oder haben sie schon aufgegeben, weil das Fitness-Studio nicht in den Zeitplan passt? Integrieren Sie die Bewegung doch einfach in den Alltag. Mit unseren Tipps gibt es keine Ausreden mehr.

FRÜHSPORT

Bewegung muss Teil des Alltags werden, damit sie wie von alleine geschieht. Gewöhnen Sie es sich doch an, schon morgens – während der Kaffee durchläuft – ein paar Übungen zu machen. Das bringt den Kreislauf in Schwung und macht wach. Kniebeugen, Ausfallschritt, Hampelmann, Schulterkreisen. Suchen sie sich aus den Übungen, für die Sie keine Geräte brauchen, einige heraus. Einfacher geht es nicht. Schon 20 Minuten Sport am Tag helfen dabei, gesund und fit zu bleiben.

WEG ZUR ARBEIT

Sie wohnen und arbeiten in derselben Stadt? Nutzen Sie den Weg zur Arbeit doch für einen Spaziergang. Wenn die Strecke zu weit ist, können Sie auch das Fahrrad nehmen. Wer auf den Bus angewiesen ist, kann zwei Stationen früher aussteigen. Wer mit dem Auto zur Arbeit muss, parkt einfach weiter entfernt. Möglicherweise müssen Sie etwas früher aufstehen, aber jeder Schritt lohnt sich. Immerhin sollte man am Tag 10.000 Schritte schaffen. Dafür braucht man nicht unbedingt ein Laufband.

AKTIVE MITTAGSPAUSE

Wenn Sie ohnehin gerade dabei sind, Schritte zu sammeln, können Sie auch die Mittagspause dazu nutzen. Statt in der Mensa oder am Computer zu essen, machen Sie sich auf in den nächsten Park, laufen eine Runde um den Block oder machen Besorgungen in der Stadt. Wieder einige Hundert Schritte mehr auf dem Zettel.

TRAINING IM HAUSHALT

Hausarbeit ist generell gut für die Figur. Man streckt sich, geht in die Hocke, trägt schwere Eimer oder stellt sich auf die Fußspitzen. Darüber hinaus gibt es viele Übungen, die man bewusst während der Hausarbeit machen kann. Suchen Sie sich passende Fitnessübungen, die sich prima mit dem „Spülmaschine ausräumen“ oder dem Saugen verbinden lassen.

KLEINE HÜRDEN ÜBERWINDEN

Zugegeben, der Tipp ist alt, aber wetten, dass Sie trotzdem meistens den Aufzug nehmen statt die Treppe, Steigungen vermeiden und immer noch kurze Strecken mit dem Auto fahren? Überwinden

Sie diese kleinen Hürden und nehmen Sie die Treppe oder den steileren Weg und laufen Sie zur Tankstelle, zur Packstation oder zum Büdchen um die Ecke. Jeder Schritt zählt.

FITNESS BEIM TELEFONIEREN

Sie lieben es, stundenlang mit Freunden oder Familienmitgliedern zu telefonieren? Laufen Sie dabei doch einfach ein wenig in der Wohnung umher. Wir sitzen in unserem Alltag mehr als genug. Bei schönem Wetter kann es auch ruhig mal ein Streifzug durch den Garten sein. Frische Luft schadet nie!

AKTIVE FREIZEITGESTALTUNG

Stricken, Computer spielen, malen und lesen ist nicht unbedingt dazu geeignet, fit zu bleiben. Suchen Sie sich wenigstens ein oder zwei Freizeitbeschäftigungen, die Ihnen Spaß machen und Ihnen Bewegung abfordern. Sei es die Gartenarbeit, das Bummeln über den Flohmarkt oder das Tanzen gehen. Am besten ist es natürlich, wenn Sie Ihre Begeisterung für eine bestimmte Sportart entdecken. Auswahl gibt es in Mönchengladbach mehr als genug.

Tipp: Besuchen Sie die Webseite des Stadtsportbunds Mönchengladbach. Hier kann man direkt nach Sportvereinen und Sportkursen suchen. Es gibt sogar Infos zu bestimmten Sportreisen und viele regionale und überregionale Hintergrundinformationen zum Thema „Sport“: **www.mg-sport.de**

INFO

NOCH MEHR?

Das neue Halbjahresprogramm des Sportbildungswerks

Wer diverse Fitnessangebote, Pilates, ZUMBA, Aroha, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Tauchen, Eltern-Kind Turnen oder Kegeln und vieles mehr sucht, wird sicherlich fündig. Im Rehasportbereich konnten zwei weitere Wassergymnastikkurse eingerichtet werden und ein zweiter Lungensportkurs bietet nun auch endlich wieder freie Plätze auf diesem Gebiet. Alle Reha Kurse können mit ärztlicher Verordnung kostenfrei belegt werden. Im Reisebereich gibt es in den Sommerferien wieder Familienangebote nach Norwegen und für die Silvesterskifahrt sind noch letzte Plätze frei. Die Programmhefte sind im Vitusbad, Pahlkebad und im Schlossbad, Bibliotheken, den Bezirksverwaltungsstellen, den Barmer Ersatzkasse Geschäftsstellen und natürlich beim Stadtsportbund, Berliner Platz 19 im GWSG-Gebäude zu bekommen.

Alle Angebote gibt es auf **www.mg-sport.de**
Auskünfte telefonisch unter 02161 2943913

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_MARIDAV, ICONS: WWW.ICONS8.COM

SPORT IM **WINTER?**

Strenger Frost fordert den Körper heraus. So kommen Sie gesund durch die Kälte.

Niedrige Temperaturen belasten das Herz-Kreislauf-System: „Durch die Kälte verengen sich die Blutgefäße“, erklärt Marco Funke vom Serviceteam der KKH Kaufmännische Krankenkasse in Mönchengladbach. „Dadurch wird die Durchblutung stärker, der Blutdruck steigt.“ Insbesondere Herzkranke sollten daher bei dieser Witterung besonders achtsam sein, regelmäßig ihren Blutdruck kontrollieren und auf Sport im Freien besser verzichten. Und wer als Gesunder in der winterlichen Kälte plötzlich ein Brennen oder Druck im Brustkorb verspürt, sollte umgehend einen Arzt aufsuchen.

WEITERE TIPPS:

Haut: Für die Haut ist das Winterwetter der reinste Stress. Drinnen trocknet Heizungsluft die Haut aus, draußen setzen ihr Kälte und eisiger Wind zu, sie wird spröde und rissig. Fetthaltige Cremes können Abhilfe schaffen. Nicht geeignet sind alkoholhaltige Gesichtswässer und Peelings. Stattdessen lieber eine sanfte Reinigungsmilch einsetzen. Von innen helfen der Haut im Winter ausreichendes Trinken, viel Obst und regelmäßige Bewegung für die Durchblutung.

Sport: Idealerweise durch die Nase atmen, weil die Luft dann gefiltert, vorgewärmt und angefeuchtet wird. Alternative ist ein Multifunktionstuch als Gesichtsschutz. Außerdem sollte man im Winter nur mit mäßiger Intensität trainieren, selbst, wenn man sich auf einen Marathon vorbereitet. Die Bekleidung sollte sich nach dem Zwiebelprinzip richten mit Funktionsunterwäsche, Funktionsshirt und je nach Temperatur Fleecepulli sowie windabweisende Jacke.

Immunsystem: Ausgetrocknete Schleimhäute machen uns im Winter besonders anfällig für Infekte. Bewegung an frischer Luft stärkt das Immunsystem ebenso wie eine vitaminreiche Ernährung. Mit Wasser und Seife schützt man sich am besten vor Viren, die vom Händeschütteln oder von Türklinken übertragen werden. Wichtig fürs Immunsystem sind außerdem ausreichend Schlaf und möglichst wenig Stress.

Erfrierungen: Besonders Ohren, Nase, Finger und Füße sind gefährdet, und das bereits ab Temperaturen um den Gefrierpunkt. Als erste Hilfe taube Finger oder Hände zwischen den Oberschenkeln oder unter den Achseln aufwärmen. Ansonsten gilt: Entgegen früherer Empfehlungen hilft ein möglichst schnelles Erwärmen, etwa durch ein Wasserbad. Bei tieferen Erfrierungen die betroffene Stelle hochlagern.

focus-s
fotografie

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

EIN JAHR MIT GUTEN PERSPEKTIVEN

Positive Stimmung auf dem traditionellen Neujahrsempfang von EWMG und WFMG.

Oberbürgermeister Hans Wilhelm Reiners, Günter vom Dorp, Horst-Peter Vennen, Aufsichtsratvorsitzender der städtischen EWMG und Dr. Ulrich Schückhaus, Chef der Wirtschaftsförderung Mönchengladbach und Entwicklungsgesellschaft (WFMG/EWMG).

2016 wird für Mönchengladbach ein spannendes Jahr mit guten Perspektiven. Das war beim Neujahrsempfang der städtischen Wirtschaftsförderung (WFMG) und Entwicklungsgesellschaft (EWMG) deutlich zu spüren, der im Hugo Junkers Hangar am Flughafen stattfand. Über die Projekte, die in den nächsten Monaten anstehen, informierten die Gastgeber Oberbürgermeister Hans Wilhelm Reiners, WFMG und EWMG-Chef Dr. Ulrich Schückhaus und Horst-Peter Vennen, EWMG-Aufsichtsratsvorsitzender, vor rund 600 Gästen aus Wirtschaft, Handel, Handwerk, Politik und öffentlichem Leben. Traditionell laden Stadt und die beiden Gesellschaften zum Neujahrsempfang ein, um einen Rückblick auf das vergangenen Jahr und einen Ausblick auf die nächsten Monate zu werfen. „Nach dem zurückliegenden erfolgreichen Jahr 2015 wird auch 2016 ein spannendes Jahr mit guten Perspektiven“, so Oberbürgermeister Hans Wilhelm Reiners, WFMG-Aufsichtsratsvorsitzender, in der von Moderator Günter vom Dorp geführten Talkrunde mit Blick auf die Projekte, die in diesem Jahr geplant oder umgesetzt werden. Dazu zählte er unter anderem die für den Herbst vorgesehene Fertigstellung des neuen City-Platzes vor dem Minto an der Hindenburgstraße, die Überplanung des Karrees Croonsquartier, auf dem sich das alte Finanzamt befindet, und den Baubeginn der Roermonder Höfe auf dem Gelände des ehemaligen Zentralbades auf. Gute Aussichten zeigte WFMG/EWMG-Geschäftsführer Dr. Ulrich Schückhaus auch für den Nordpark auf, wo nach der Errichtung eines zweiten Standortes für die Santander Consumer Bank und der Ansiedlung eines Telekommunikationsunternehmens knapp 2.000 neue Arbeitsplätze geschaffen wurden. „Im unmittelbaren Umfeld entstehen in diesem Jahr zwei neue Bürogebäude. Außerdem werden in Kürze zwei weitere Grundstücke für Bürostandorte verkauft. Somit geht die Erfolgsstory des Nordparks weiter“, so Ulrich Schückhaus.

Darüber hinaus geht es in 2016 um die weitere Überplanung des Areals für das Polizeipräsidium, das 2017 leer gezogen wird, sowie um den Ausbau der Hochschulachse und der Weiterentwicklung der City Ost auf Basis des Masterplans. „Und mit dem Ankauf des Rheydter Hauptbahnhofes Ende vergangenen Jahres wurde ein wichtiger Schritt zur attraktiveren Gestaltung dieses innerstädtischen Bereiches gemacht. Hier soll jetzt zusammen mit der Bauverwaltung ein Investorenwettbewerb durchgeführt werden, wobei auch klar ist, dass an dieser Stelle kein großflächiger Einzelhandel angesiedelt wird“, so der Geschäftsführer. Die WFMG wird sich in diesem Jahr auf das Thema Digitalisierung, den Ausbau der Breitbandversorgung und freies W-Lan in den Citys konzentrieren. „Das Thema Handel und Stärkung der Innenstädte beschäftigt uns auch in diesem Jahr mit dem Projekt „ MG-Retail“ und dem daraus entstandenen Projekt ‚MG bei ebay‘. Hier arbeiten wir mit der Hochschule Niederrhein eng zusammen, die für die Stadt ein ganz wesentlicher und zuverlässiger Partner ist“, so Dr. Ulrich Schückhaus.

FOTO: STADT MG

MATERIAL- UND ENERGIEKOSTEN SENKEN

„Unternehmerwerkstatt Mittelstand“ am 17. Februar im Haus des Handwerks.

Wirtschaftlichere Prozessabläufe sind bei steigenden Preisen für Rohstoffe und Energie auch für Unternehmen aus Mönchengladbach interessant. Einsparpotenziale und gleichzeitige Steigerung der Ressourceneffizienz versprechen dabei vor allem die Material- und Energiekosten. Deshalb lädt die Stadt Mönchengladbach gemeinsam mit dem Regionalbüro Niederrhein, der Effizienz-Agentur NRW, der WFMG sowie der Kreishandwerkerschaft Mönchengladbach zu einer „Unternehmerwerkstatt Mittelstand“.

Unter dem Motto „Material- und Energiekosten senken – Gewusst wie!“ werden die Teilnehmer über entsprechende Beratungs- und Unterstützungsangebote informiert. Als Best-Practice-Beispiele berichten unter anderem die Geschäftsführung und Unternehmensvertreter der Firmen Reiners + Fürst GmbH & Co. KG sowie Paul Wolff GmbH über Einsparpotenziale bei den Material- und Energiekosten. Weitere Informationen zur Veranstaltung und die Möglichkeit zur Anmeldung erhalten Sie auf den Seiten der Effizienzagentur NRW unter **www.ressourceneffizienz.de/aktuelles-termine/termine**

Termin: Mittwoch, 17. Februar 2016, 17 bis ca. 19:30 Uhr
Ort: Haus des Handwerks | Platz des Handwerks 1 | 41065 MG

Um Anmeldung wird bis spätestens Freitag, 12. Februar 2016 gebeten.

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_CJUNG

ANZEIGE

BESONDERHEITEN BEI **HOCHBEGABUNG**

Die HEBO-Privatschule in Mönchengladbach ist für ihre Kompetenz im Umgang mit hochbegabten Kindern bekannt. Jürgen Steinborn ist seit über 30 Jahren Schulleiter der HEBO-Privatschule und weiß um die Besonderheiten bei Hochbegabung: "Wir setzen bei vielen Schülern dort an, wo das Regelsystem nicht greift. Es haben nicht grundsätzlich alle hochbegabten Schüler Probleme in der Schule; wir reden hier in der Regel von den so genannten Minderleistern, also denen, die ihr Potenzial aus verschiedenen Gründen nicht abrufen können. Ursachen dafür, dass ein solcher Schüler im öffentlichen System scheitert, können Langeweile, Frustration oder Angst vor Mobbing sein. Wir stellen seit Jahren einen steigenden Trend eben solcher Fälle fest. Zum Beispiel nahmen wir einen Schüler auf, der zwei Gymnasien verlassen musste. Sein vorheriger Schulleiter beschrieb ihn als unsozial, störend und destruktiv. Bei uns ist der Junge nie negativ auffällig gewesen. Im Gegenteil, er schreibt hervorragende Noten, er integriert neue Schüler/innen, er ist engagiert. Mittlerweile ist er in der neunten Klasse und macht neben dem Unterricht ein Schülerstudium im Bereich Informatik.“ In den Klassen lernen maximal 15 Schüler miteinander und werden oft von zwei Lehrkräften begleitet. Ein besonderes Augenmerk wird auf die Beziehungsebene gelegt: Es gilt der Grundsatz, dass jeder Schüler akzeptiert und anerkannt wird, egal wie seine Vorgeschichte ist. Jürgen Steinborn hat dadurch viele positive Entwicklungen gesehen: „Wir gehen davon aus, dass jeder Schüler jederzeit gute Leistungen bringen möchte. Ist dies nicht der Fall, so müssen wir uns die Frage stellen, woran das liegt. Zudem sorgen wir dafür, dass sich niemand unterfordert fühlt. Wenn uns also ein Schüler beweist, dass er den Unterrichtsstoff verstanden hat und anwenden kann, darf er sich oftmals anderen Interessensgebieten widmen.“ So bereitet sich eine Schülerin der Stufe 11 mit Lehrbüchern bereits auf ihr geplantes Medizinstudium vor; ein anderer eignet sich Fertigkeiten mit einem 3D-Animations-Programm an. Die Lehrerinnen und Lehrer sind fit im Umgang mit besonderen Kindern und Jugendlichen. Regelmäßige Fortbildungen und die Erfahrung im Umgang mit verschiedensten Problematiken und Schülerhistorien werden gesammelt und im Kollegium kommuniziert. Dadurch finden sich individuelle Möglichkeiten der Unterstützung für jedes einzelne Kind.

HEBO-Privatschule MG | Wilhelmstr. 14 | 41061 MG | www.hebo-privatschule.de

GENUG GEKLÜNGELT!

Text: Sabrina Forst

Viele Schulabgänger haben die Zeit zwischen dem Abschlusszeugnis im Sommer und Silvester dazu genutzt, sich auszuruhen, sich zu orientieren und den Einstieg ins Arbeitsleben vorzubereiten. Nun ist es so weit. Ein Studium oder eine Ausbildung müssen her, die Bewerbungen müssen abgeschickt werden. In Mönchengladbach gibt es einige Möglichkeiten für Unentschlossen, sich noch rechtzeitig zu informieren.

AUSBILDUNG ODER STUDIUM?

Die erste Anlaufstelle für Infos rund um Ausbildung und Studium ist das Berufsinformationszentrum (BIZ). Auch online gibt es hier eine umfassende Beratung mit über 3.200 Berufsbeschreibungen. Wer keine Lust auf Lesen, hat, der findet im BERUFETV mehr als 300 Berufsfilme, in denen Azubis und Studierende erzählen, warum sie den Beruf gewählt haben, wie die tägliche Arbeit aussieht und was Ihnen besonders viel Spaß macht. Auch als App erhältlich. Zu speziellen Themen werden im BIZ regelmäßig Veranstaltungen angeboten. Zusätzlich bietet das BIZ die Möglichkeit, nach passenden Ausbildungs- und Arbeitsplätzen zu suchen und professionelle Bewerbungsunterlagen selbständig oder mit Unterstützung des BIZ-Personals zu erstellen und zu versenden. Das BIZ steht jedem kostenlos, ohne Voranmeldung und ohne Angaben zur Person im Rahmen der Öffnungszeiten zur Verfügung.

Berufsinformationszentrum (BIZ) | Lürriper Straße 56 | 41065 MG | Tel. 02161 4042250 | www.arbeitsagentur.de | Öffnungszeiten: Mo. + Di. 8:00 Uhr-15:30 Uhr, Mi. + Fr. 8:00 Uhr-13:00 Uhr, Do. 8:00 Uhr-18:00 Uhr

KARRIERE IM EINZELHANDEL

Im Einzelhandel muss man nicht zwangsläufig an der Kasse oder im Kundenkontakt arbeiten. Es gibt weit mehr Beschäftigungsfelder: Warenwirtschaft, Sortimentsgestaltung, Marketing, Handelslogistik, Beschaffung und Warenannahme, Rechnungswesen, Personalwirtschaft, Controlling und eCommerce. Kaufleute im Einzelhandel unterstützen Unternehmensprozesse aus betriebswirtschaftlicher und kundenorientierter Sicht von der Beschaffung bis zum Verkauf. Wer sich für eine solche Ausbildung interessiert, findet hier weitere Infos: **www.handelsverband-nrw.de/themen/aus-und-weiterbildung**

KARRIERE BEI DER POLIZEI

Die Bundespolizei sichert die Grenzen der Bundesrepublik Deutschland zu Lande, zu Wasser und in der Luft. Neben der Grenzkontrolle kümmern sich die Beamten der Bundespolizei aber auch um die Sicherheit auf Flughäfen und Bahnhöfen. Die bekannte Spezialeinheit „GSG 9" gehört ebenso zur Bundespolizei wie ein Flugdienst. Ausgebildet werden Polizeivollzugsbeamte im mittleren und im gehobenen Dienst. Für die Ausbildung im mittleren Dienst benötigen Jugendliche mindestens die Fachoberschulreife oder einen vergleichbaren Bildungsabschluss (z. B. Hauptschulabschluss mit einer mindestens zweijährigen Berufsausbildung). Für den gehobenen Dienst wird mindestens die vollständige Fachhochschulreife vorausgesetzt. Wer sich für dieses Berufsweg interessiert, kann an einer Infoveranstaltung im BIZ teilnehmen: **Termin ist der 10.3.2016 von 14 bis 17 Uhr. Allgemeine Infos zur Polizeiausbildung gibt es am 3.3.2016 von 15-16:30 Uhr im BIZ. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

KARRIERE BEI DER FEUERWEHR

Die Ausbildung im Brandschutz ist eine Möglichkeit, seine Karriere bei der Berufsfeuerwehr zu starten. Es gibt aber auch andere Schwerpunkte und Berufsfelder. Jetzt haben die ersten Absolventen an der

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_DOLGACHOV

Rettungsdienstschule in Mönchengladbach die Abschlussprüfung zum Notfallsanitäter abgelegt. Damit haben sie die Qualifikation des vor einem Jahr neu geschaffenen Ausbildungsberufs erworben, der den bisherigen Rettungsassistenten als höchste nichtärztliche Qualifikation im Rettungsdienst ablöst. Die Feuerwehr Mönchengladbach läutet als Träger des Rettungsdienstes damit ein neues Zeitalter ein. Der Gesetzgeber hat das neue Berufsbild geschaffen, um die immer weiter steigenden Anforderungen im Rettungsdienst zu sichern und in die Ausbildung zu integrieren. Rettungsassistenten, die jetzt schon hochprofessionell und in vielen Fällen auch eigenverantwortlich Leben retten, werden so noch intensiver ausgebildet und praxisorientierter angeleitet. Erfahrene Rettungsassistenten, die mindestens fünf Jahre in diesem Beruf tätig sind, haben die Möglichkeit, sich durch eine Ergänzungsprüfung zum „Notfallsanitäter" weiterzubilden. Weitere Infos zur Ausbildung und zu den Berufsperspektiven gibt es unter **www.feuerwehr-mg.de**

KARRIERE BEI DER BUNDESWEHR

Die Bundeswehr ist einer der größten Arbeitgeber Deutschlands. Welche Möglichkeiten sich für Jugendliche und junge Erwachsene im Bereich Ausbildung und Studium bieten, darüber informieren Frau Regierungsamtsrätin Jeanette Kleist und Herr Oberleutnant Sebastian Kamprad vom Karriereberatungsbüro der Bundeswehr Mönchengladbach am **18.2.2016 von 15 bis 17 Uhr im BIZ in Mönchengladbach. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Informationen zu allen Laufbahnen im zivilen und militärischen Bereich gibt es außerdem unter www.bundeswehr-karriere.de.**

FREIWILLIGES SOZIALES JAHR

Das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) bietet jungen Leuten von 16 bis 26 Jahren die Chance, neue Erfahrungen zu sammeln und sich dabei sozial zu engagieren. Es wird in vielen Studiengängen und Ausbildungen als Praktikum oder Wartezeit anerkannt. Der Bundesfreiwilligendienst bietet jungen Menschen die Möglichkeit zu freiwilligem Engagement. Sie sammeln wertvolle Lebenserfahrungen und gewinnen Einblicke in neue Arbeitsbereiche. Susanne Hammer, Fachbereichsleiterin bei der Bildungs-GmbH als Teilorganisation der Sozial-Holding Mönchengladbach, informiert hierzu ausführlich und kompetent und stellt Einsatzmöglichkeiten z. B. im Bereich Altenpflege vor. **Termin im BIZ am 25.2.2016 von 16-17:30 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

FIT FÜR DIE FINANZWELT

„Fit für die Finanzwelt – zeige, was du kannst." Das ist das Motto des Bewerbertrainings, das die Berufsberatung der Agentur für Arbeit gemeinsam mit Mönchengladbacher Kreditinstituten und der MGconnect-Stiftung am 23. 02. von 14 bis 18 Uhr anbietet. Damit erhalten Jugendliche die Chance, sich auf das Auswahlverfahren bei einer Bank oder Sparkasse vorzubereiten. Unter fachkundiger Anleitung üben sie den Aufbau einer Bewerbung, wie der Eignungstest verläuft, was in einem Gruppengespräch zu beachten ist, worauf es im Vorstellungsgespräch ankommt und vor allem, wie eine gute Selbstpräsentation aussieht. **Anmelden erforderlich bis spätestens 15.02.2016. Das geht im BIZ, tel. unter 02161/404-2250, per Mail: moenchengladbach.biz@arbeitsagentur.de und online über www.mgconnect.de/Projekte**

ANZEIGE

BERUF PRÜFINGENIEUR

Im Dienst der Fahrzeugsicherheit

Die Hauptuntersuchung, kurz HU, ist ein Pflichttermin im Kalender des Autobesitzers. Ausgeführt wird diese Untersuchung von einem Prüfingenieur. Aber wie wird man Prüfingenieur? So anspruchsvoll wie die Aufgabenfelder muss auch die Ausbildung sein. Konkret: Voraussetzung ist ein Studium (Maschinenbau, Kraftfahrzeugbau oder vergleichbar) an einer öffentlichen bzw. staatlich anerkannten Hochschule/Fachhochschule. Im Anschluss daran erfolgt die Fortbildung zum Prüfingenieur (PI). Eine Kfz-Überwachungsorganisation, die ihren Nachwuchs selbst ausbildet, ist die KÜS. Ein modernes Zentrum am Sitz der Geschäftsstelle in Losheim am See sichert Lehren und Lernen nach modernsten Methoden in konsequenter Verbindung von Theorie und Praxis. „Gestandene" Referenten, die die tägliche Arbeit des Prüfingenieurs aus jahrelanger eigener Erfahrung kennen, bereiten hier die PI`s von morgen nicht nur auf die Prüfung vor, sondern zugleich auf die Arbeit im Alltag. Insbesondere an junge Menschen, die schon früh die Weichen für eine berufliche Zukunft in Richtung Prüfingenieur stellen, richtet sich das Duale Studium in Kooperation mit der KÜS. Nach der abgeschlossenen Ausbildung und der bestandenen Prüfung als Prüfingenieur geht es weiter. Regelmäßige Weiterbildung ist vorgeschrieben. Die eingangs genannte HU ist sicher die bekannteste der amtlichen Fahrzeuguntersuchungen, doch es gibt selbstverständlich weitere. Zu nennen sind vor allem die Änderungsabnahmen und die Untersuchung zur Einstufung eines „Oldtimers" als Historisches Fahrzeug. Übrigens: Wenn hier vom Prüfingenieur die Rede ist, ist keine reine Männerdomäne gemeint. Vor über 20 Jahren, 1995, nahm die erste durch die KÜS ausgebildete Prüfingenieurin ihr Zeugnis in Empfang.

Sollten Sie Interesse an dieser abwechslungsreichen und zukunftssicheren Tätigkeit haben, können Sie sich an ein Partnerbüro vor Ort oder an die Bundesgeschäftsstelle der KÜS wenden. Adressen finden Sie unter **www.kues.de.**

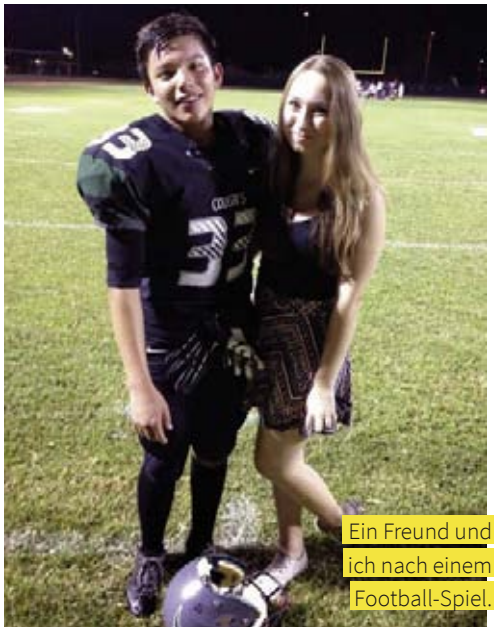
GOODBYE DEUTSCHLAND

Auf in die große weite Welt, egal, ob während oder nach der Schule! Diesen Traum haben viele Jugendliche und junge Erwachsene. Für unsere Praktikantin Junia Tosch ist er wahr geworden. Sie erzählt von einem Schuljahr in Phoenix, USA.

Text: Junia Tosch

Der große Tag der Abreise war endlich da. Mit klopfendem Herzen stieg ich in den Flieger ein. Meine Reise sollte mich nach Arizona führen… Einmal ein Jahr im Ausland, genauer gesagt in den USA, verbringen – das war schon seit der Grundschule mein Traum. Jetzt, mit 14 Jahren, hatten meine Eltern es mir ermöglicht, genau diesen Traum zu verwirklichen. Neben mir im Flugzeug saß Kristof. Wir würden gemeinsam mit der Organisation international Experience (iE) für zehn Monate die Phoenix Christian Preparatory High School in Phoenix, Arizona besuchen. Ich war echt froh, nicht alleine fliegen zu müssen. Er war zwei Jahre älter als ich und würde genau wie ich in einer Gastfamilie untergebracht werden. Ich sollte bei Marty, einer alleinstehenden Mutter, gemeinsam mit Holly, einer 17-jährigen chinesischen Schülerin, leben. Nach einem Zwischenstopp und 15 Stunden Flug kamen wir in Phoenix an. Da die Stadt in der Wüste liegt waren es – obwohl wir nachts ankamen – gefühlte 20 Grad Celsius wärmer als in Deutschland. Marty war 30 Minuten nach der Landung immer noch nicht da. „Enttäuschende Begrüßung", dachte ich mir, als sie endlich kam. Sie begrüßte mich freundlich aber ziemlich gehetzt und warf meine Koffer hektisch ins Auto. Wir mussten schon wieder los, da sie im Halteverbot stand. Trotz meiner ellenlangen Briefe wusste sie kaum etwas über mich. Sie wirkte sogar schockiert, als sie mein Alter erfuhr. Sie hatte gedacht, ich sei 17. Auf dem Weg vom Flughafen nach Hause war ich von den breiten Straßen und dem scheinbar endlosen Himmel fasziniert. Mein neues Zuhause lag in dem dorfähnlichen Laveen, das ungefähr 30 Minuten mit dem Auto von Phoenix entfernt ist. Dort hatte ich ein eigenes Zimmer, das altmodisch eingerichtet war, was mich aber nicht sonderlich störte. Es fehlte mir zwar an nichts, doch besonders wohl fühlte ich mich trotzdem nicht.

Am ersten Tag in der neuen Schule war ich erst nervös. Unsere Gastmutter hatte Holly und mich morgens hingefahren. Es war Hollys zweites Schuljahr dort, doch anstatt mir zu helfen, verschwand sie direkt zu ihren Freundinnen. Kristof war auch noch nicht da. Ich stand verloren auf dem Schulhof, bis mich eine Gruppe von Mädchen ansprach. Ich verstand zwar nur die Hälfte, da mir der Akzent noch neu war und ich auch noch nicht an das schnelle Reden auf Englisch gewöhnt war, doch mit Nicken und Lachen überstand ich auch das. Sie fragten mich, woher ich denn sei und ob ich mit ihnen zu Mittag essen wolle. Ich nahm diese Einladung natürlich dankbar an. Der Unterricht war ziemlich einfach. Selbst die Klausuren bestanden meistens nur aus Multiple Choice Fragen. Ich brauchte also nur aus zwei bis vier Antworten die richtige auswählen. Die Trefferquote dabei war relativ hoch, selbst wenn man die Aufgaben sprachlich oder inhaltlich nicht verstand. Das Eingewöhnen fiel mir nicht schwer, doch etwas machte mir Sorgen. Ich fühlte mich bei meiner Gastfamilie nicht wohl. Ich hatte das Gefühl, dass meine Gastmutter überhaupt kein Interesse an mir hat und mich nur wegen des Geldes aufgenommen hatte. Mir kam es vor, als würde sie Holly deutlich bevorzugen, da diese zum Beispiel im Gegensatz zu mir nie abwaschen musste. Ich versuchte vergeblich, eine Beziehung zu beiden aufzubauen. Ich wandte mich damit an iE, die erst einmal versuchten mit meiner Gastmutter zu sprechen, was allerdings nicht half. Ich hatte das Glück, dass Kalina, eine Freundin aus der Schule, mitbekam, wie unwohl ich mich fühlte, und mir anbot, bei ihr zu wohnen. Der Wechsel wurde nach einigem Hin und Her genehmigt und meine Eltern stimmten auch zu. Kalina, ihre Eltern und ihre Geschwister wurden für mich schnell zur Familie. Sie waren sehr darum bemüht, dass es mir gut ging und dass es mir an nichts fehlte. Sie versuchten, mir so viele verschiedene Orte zu zeigen, wie es ihnen nur möglich war. Über meinen Geburtstag fuhren wir zum Beispiel mit Kristof und seiner Gastfamilie für ein Wochenende nach Los Angeles, Kalifornien. Thanksgiving ging es nach Denver, Colorado und im Frühjahr noch zwei Mal nach Kalifornien. Es war außerdem sehr interessant, Weihnachten in den USA mitzuerleben. Natürlich war es über die Feiertage etwas hart, so weit weg von zuhause zu sein. Aber es war witzig, die Geschenke am 25. Dezember morgens und nicht schon am 24. Dezember abends zu bekommen. Einen bleibenden Eindruck hat für mich auch die fremde Esskultur hinterlassen. Gemeinsames Frühstück zuhause gab es nicht. Wir hielten jeden Morgen bei Starbucks oder Dunkin Donuts, wodurch ich nicht selten zu spät zur Schule kam. Wenn Kalina mich nachmittags abholte, gingen wir häufig essen. Als Familie aßen wir abends zwar oft zusammen, doch meine Gastmutter kochte nur selten. Ich versuchte einige Male, den Kühlschrank mit frischen Lebensmitteln aufzufüllen. Allerdings wurde das Essen immer schlecht, da ich die einzige war, die es aß. Irgendwann gab ich mich meinem Fast-Food-Schicksal hin.



Ein Freund und ich nach einem Football-Spiel.

Kalina, zwei Freundinnen und ich am Strand in San Diego.

Die Zeit verging richtig schnell und der Abschied von meinen Freunden und meiner Gastfamilie fiel mir am Ende unglaublich schwer. Eine große Abschiedsfeier gab es nicht, doch es wurden viele Briefe und persönliche Geschenke ausgetauscht. Über die sozialen Medien besteht der Kontakt immer noch und meine Gastfamilie möchte mich diesen Sommer sogar in Mönchengladbach besuchen.

FAZIT:

Ich bin unglaublich dankbar für die verschiedenen Eindrücke, die ich sammeln konnte, und dafür, dass ich in der Lage war, zu sehen, wie viele unterschiedliche Seiten die USA doch hat. Es war zwar nicht immer einfach und sicherlich nicht so, wie ich es mir vorgestellt hatte. Aber schon für die Sprachkenntnisse hat es sich auf jeden Fall gelohnt. Zum Ende hin sprach ich fast fließend Englisch. Man wird automatischer verantwortungsbewusster, wenn man plötzlich fast alles selbst bezahlen und darauf achten muss, dass das Geld bis zum Ende des Monats reicht. Es ist toll, eine fremde Kultur und deren Lebensgewohnheiten kennenzulernen. Auch mein Selbstbewusstsein und meine Selbstständigkeit wurden besonders durch das Suchen nach einer neuen Gastfamilie und dem Familienwechsel um einiges gestärkt. Oft werde ich gefragt, ob ich mit 14 Jahren nicht noch viel zu jung war. Nein, ich war nicht zu jung. Für mich war es das perfekte Alter. Doch so etwas muss jeder für sich selbst entscheiden.

INFO

Weitere Infos zum Anbieter, mit dem Junia ihren Auslandsaufenthalt organisiert hat, unter **www.international-experience.com**
Allgemeine Infos unter **www.weltweiser.de**

Junias Tipp: Handbuch Fernweh (von Thomas Terbeck)

FOTOS: JUNIA TOSCH

IMPLANTOLOGIE – STATE OF THE ART

Zahnimplantate sind bei Zahnverlust die optimale Lösung, um Lücken ästhetisch perfekt zu schließen. Implantatgetragene Zähne funktionieren wie natürliche und sehen auch so aus.

In Mönchengladbach zählt die Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie Dr. Dr. Lange & Weyel mit mehr als 1500 erfolgreichen Implantationen im Jahr zu den führenden in der Region. Dr. Dr. Lange (Gutachter für Implantologie, zertifizierter Implantologe) und Herr Weyel (zertifizierter Implantologe) arbeiten seit über 20 Jahren in der Implantologie und stehen für Behandlungskonzepte, die Funktionalität mit hoher Ästhetik verbinden.

IN GUTEN HÄNDEN SEIN - AB MAI 2016 ZENTRAL IN MÖNCHENGLADBACH IM MENGE HAUS

Praktische und klinische Erfahrung, wissenschaftliche Erkenntnisse und innovative, medizinische Methoden sowie Fortbildung auf internationaler Ebene sind eine solide Basis für erfolgreiche Eingriffe. Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel sind als Ärzte für Mund-, Kiefer und Gesichtschirurgie und Fachzahnärzte für Oralchirurgie spezialisiert auf das gesamte Spektrum der Implantologie und zahnärztlichen Chirurgie. Ab Mai 2016 finden Patienten die Praxis im Zentrum von Mönchengladbach im Menge Haus, Fliethstraße 67. Das Konzept der neuen Praxis entspricht höchsten medizinischen Standards und bietet Patienten den Komfort und die medizinische Qualität, die von moderner Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie erwartet werden kann.

DIGITALE VOLUMENTOMOGRAPHIE - PLANUNG UND BEHANDLUNG SO PRÄZISE WIE MÖGLICH

3D-Implantationsdiagnostik auf Basis 3-dimensionaler, digitaler Volumentomographie / DVT ermöglicht, Implantate mit einer noch nie da gewesenen Präzision zu setzen. Patienten profitieren von deutlich verkürzten Eingriffszeiten. Chirurg und überweisender Zahnarzt kennen schon vor einem Eingriff alle wichtigen Informationen über das Knochenangebot und individuelle Besonderheiten.

NAVIGIERTE IMPLANTATE - KOMFORTABEL UND MIT BESTEN PROGNOSEN

Die Vorteile der navigierten Implantologie sind ein höherer Behandlungskomfort und eine schonendere Implantation. Da die Implantate bei der navigierten Implantologie ohne bzw. mit nur wenigen, kleinen Zahnfleischschnitten gesetzt werden können, ist der Eingriff gewebeschonender und für Patienten deutlich angenehmer. Die Verwendung von Bohrschablonen gibt die gewünschte Implantatposition vor und verspricht eine noch höhere Sicherheit bei der Implantation. Das Knochenangebot kann optimal ausgenutzt werden. Größere Knochenaufbaumaßnahmen bleiben Patienten erspart.

FESTE ZÄHNE AN EINEM TAG - KEINE LÄNGEREN ZEITRÄUME DER ZAHNLOSIGKEIT

Wissenschaftlich gut dokumentierte, implantologische Sofortversorgungen sind in der Praxis Routineeingriffe. Ziel ist, die Vorteile einer implantologischen Sofortversorgung zu nutzen, ohne erhöhte Risiken durch eine frühe Belastung der Implantate in Kauf nehmen zu müssen. All-on-4 ist eine in der Praxis bewährte Sofortversorgungsvariante, bei der immer nur 4 Implantate gesetzt werden. Die Implantate werden in einem Eingriff gesetzt und im Anschluss auch prothetisch versorgt. Patienten kommen so eher in den Genuss ihrer wieder sicher und fest sitzenden Zähne.

IMPLANTATGETRAGENE ZÄHNE – AUCH NACH LÄNGERER ZAHNLOSIGKEIT

Patienten, die nach langer Zahnlosigkeit ein vermindertes Knochenangebot aufweisen, kann geholfen werden. Für den Aufbau von neuem Knochengewebe bevorzugen die beiden zertifizierten Implantologen gewebeschonende, minimal invasive Verfahren. Diese ersparen Patienten die Entnahme von Eigenknochen und mit ihr verbundene längere Behandlungszeiten.

IMPLANTATE – EINE LEBENSLANGE VERBINDUNG

Bei guter Mundhygiene und regelmäßigen Kontrollen durch den Zahnarzt können Implantate ein Leben lang halten. Die Erfahrung der beiden Implantologen Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel zeigt: Implantate können das Leben positiv verändern und sorgen für eine bessere Lebensqualität. Je eher Patienten wieder mit ihren festsitzenden Zähnen frei sprechen, sicher essen und herzhaft lachen können, umso besser.

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

FOTO: ISTOCKPHOTO.COM

ANZEIGE

AMBULANTER **PFLEGEDIENST**

Was ist, wenn …

- Gut und gepflegt auszusehen ist mir wichtig! Doch was passiert, wenn ich nicht mehr selbst dafür Sorge tragen kann?
- Mein Arzt sagt, ich soll meine Medizin richtig nehmen! Doch was passiert, wenn ich dabei Fehler mache?
- Ich möchte, dass bei mir zuhause immer alles picobello ist und das etwas Ordentliches auf den Tisch kommt! Doch was passiert, wenn mich der Haushalt eines Tages überfordert?
- Meinem Hausarzt und meinem Apotheker vertraue ich schon seit Jahren! Doch was passiert, wenn ich den Weg dorthin nicht mehr alleine schaffe?
- Vor der Einsamkeit habe ich richtig Angst! Doch was passiert, wenn ich nicht mehr so mobil bin und Kontakte regelmäßig pflegen kann?
- Bislang habe ich meine persönlichen Belange voll im Griff ! Doch was passiert, wenn ich den Umgang mit Kassen und Ämtern nicht mehr überblicke?

… dann sind wir für Sie da!

Unser Team hat für alle diese Probleme eine Lösung parat. Gut ausgebildet und motiviert kümmern wir uns mit Herz um Ihre speziellen Wünsche und Anforderungen, damit Sie sich noch lange Zeit in den eigenen vier Wänden wohlfühlen.

Ambulanter Pflegedienst im Kaethe-Stroetges-Haus | Brückenstr. 140 | 41238 MG-Mülfort | Tel. 02166 919-0 | Fax 02166 919-144 | ambulant@sportfuerbetagtebuerger.de

ANZEIGE

BEHANDLUNG WIE BEI DEN PROFIS

Ganzheitlicher Ansatz für alle Patienten.

„Rücken gerade, Hüfte hoch!“ Patrick Hermann spannt seinen Körper an, mit konzentriertem Blick folgt er den Anweisungen von Physiotherapeut Andreas Blum. Hermann ist Profifußballer. Seit fünf Jahren spielt er für Borussia Mönchengladbach in der ersten Bundesliga. Neben dem Training auf dem Platz ist für den 24-Jährigen der Gang zu Physiotherapeut Blum ganz selbstverständlich – und der ist nicht weit. Direkt am Borussia-Park befindet sich die Ambulante Fachklinik für Sportrehabilitation der medicoreha. Mit direktem Blick aufs Trainingsgelände behandeln die Therapeuten hier nicht nur Profikicker der Borussia, sondern auch Versicherte der BARMER GEK. 2006 hat die BARMER GEK mit medicoreha einen Vertrag zur Versorgung und ihrer Versicherten geschlossen. Seitdem profitieren diese bei akuten und chronischen Rückenerkrankungen von der Behandlung am Borussia-Park.

GANZHEITLICHER ANSATZ FÜR ALLE PATIENTEN

Philipp Hemmrich, Geschäftsführer von medicoreha, schätzt den Standort. „Die kurze Entfernung erleichtert vieles, wir stehen in einem engen Kontakt mit Trainern, Betreuern und Spielern. So können wir das Beste leisten.“ Den hohen Anspruch haben Hemmrich und seine Mitarbeiter aber nicht nur bei den millionenteuren Fußballprofis. „Wir machen keinen Unterschied. Jeder Patient bekommt individuelle Behandlung und das, was ihm gut tut.“ Ob Ergo- oder Physiotherapeuten, Orthopäden oder Ernährungsberater – für Profis und Versicherte der BARMER GEK gilt ein ganzheitlicher Therapiesatz.

Barmer GEK Mönchengladbach | Hohenzollernstr. 179 | 41063 MG | www.weiter-gesagt.de

Voraussetzung für Patrick Hermanns Training mit der Mannschaft ist körperliche Fitness.

Ticker

MEHR SPASS OHNE GLAS

Zerbrochene Flaschen und Gläser auf Plätzen und an Zugwegen: Im Straßenkarneval gehört Glasbruch zu den Unfallrisiken Nummer 1.

„Mehr Spaß ohne Glas!“ – unter diesem Motto startet eine Aktion in Mönchengladbach, die auf Einsicht und Freiwilligkeit setzt. Beim bloßen Appell an die Vernunft soll es aber nicht bleiben. Schon vor dem Altweibertreiben auf dem Konstantinplatz in Giesenkirchen am 4. Februar werden die ortsansässigen Kioskbetreiber am Konstantinplatz gebeten, Getränke nur in PET-Flaschen oder Kunststoff- bzw. Pappbechern zu verkaufen. Außerdem werden drei Glascontainer aufgestellt. Besucher sollen aufgefordert werden, ihre Getränke von Glasbehältern in Kunststoff- oder Pappbecher umzufüllen. Zusätzlich werden Polizei, Ordnungsamt und GEM in Dreierteams auf dem Konstantinplatz unterwegs sein, um Besucher auf die Entsorgung der Glasflaschen hinzuweisen. Gleiches gilt für den Veilchendienstagszug am 9. Februar. Am Alten Markt und Kapuzinerplatz werden sechs zusätzliche Glascontainer und weitere mobilen Abfallgefäße aufgestellt. Auch beim Karnevalstreiben in Holt am 5. Februar gibt es echs Glascontainer auf dem Vorplatz. Zusätzliche Glas- und Abfallgefäße werden auch bei den Karnevalsumzügen am 7. Februar aufgestellt. Alle Beteiligten hoffen, dass durch den freiwilligen Verzicht auf Glas die Gefahrenlage für die Besucherinnen und Besucher des Straßenkarnevals entschärft werden kann. Nach den Karnevalstagen werden die gesammelten Erkenntnisse der Behörden zusammengetragen, um die Maßnahmen für das Jahr 2017 festzulegen.

RAUS AUS DEM **ALLTAG**

Neue Tagespflege der Sozial-Holding hilft Pflegebedürftigen und Angehörigen.

Für viele pflegebedürftige Menschen bietet der Alltag nur wenig Abwechslung und für die Angehörigen, die sich um die Pflege kümmern, ist er oft kräftezehrend. Die neu eröffnete Tagespflege der Sozial-Holding im ehemaligen Krankenhaus St. Kamillus bietet beiden Seiten die Möglichkeit aus diesem Alltag einmal rauszukommen. Das Team der Sozial-Holding informierte beim Kennenlerntag über das neue Angebot. Rund 60 Besucher schauten sich um und ließen sich beraten. In der Tagespflege werden hilfs- und pflegebedürftige Menschen unter der Woche ganztags versorgt und betreut. „Wir sorgen mit diesem Angebot dafür, Pflegebedürftigen ihren Wunsch nach dem eigenen Zuhause so lange wie möglich erfüllen zu können“, betont Sabine Scholl, Prokuristin der Ambulante Dienste GmbH. Seit fünf Jahren betreibt die städtische Tochtergesellschaft bereits eine Tagespflege in Eicken. Die neu eröffnete Einrichtung im Stadtteil Dahl bietet Pflegebedürftigen und Angehörigen gleichermaßen die Möglichkeit, aus diesem Alltag einmal rauszukommen: Bei der Betreuung gibt es je nach den Wünschen der Gäste verschiedene Angebote – Verbesserung der Beweglichkeit, Gespräche, kreative Tätigkeiten oder Musizieren.

Auch bei der Pflege werden die verschiedenen Bedürfnisse, genauso wie alle notwendigen pflegerischen Hilfen und ärztlich verordneten medizinischen Leistungen berücksichtigt. „Für die pflegenden Angehörigen bietet die Tagespflege die Chance, sich eine Auszeit zu nehmen oder Pflege und Berufstätigkeit unter einen Hut zu bekommen“, sagt Einrichtungsleiterin Sabine Baro. „Betreuung und Pflege nach Maß ist unsere Devise“, sagt Teamleiterin Sheila Sampson-Breuer. „In der Tagespflege erhalten unsere Gäste Frühstück, Mittagessen und einen Nachmittagskaffee. Ein vielfältiges Getränkeangebot ist selbstverständlich und auch Diäten oder Sonderkostformen sind kein Problem. Selbstverständlich werden auch alle pflegerischen Hilfen und ärztlich verordneten medizinischen Leistungen durch unsere Fachkräfte erbracht.“

Die Tagespflege im Erdgeschoss des städtischen Altenheims Kamillus hat eine Fläche von rund 300 Quadratmeter. Dazu gehören der Wohn- und Aufenthaltsbereich mit angeschlossener Wohnküche auf 67 m^2, der Multifunktionsraum für verschiedene Angebote, ein separater Ruheraum, drei barrierefreie WCs mit Dusche, ein Raum für Therapie, Fitness und Entspannung, sowie ein Empfangsbereich mit Garderobe, Flur und kleinem Aufenthaltsbereich. Im Erdgeschoss des umfassend modernisierten Gebäudes haben die bis zu 15 Gäste direkten Zugang zu einer eigenen Terrasse, der großzügigen Parkanlage sowie dem Café Kamillus. Die Tagespflege ist werktags von 8:30 Uhr bis 17 Uhr geöffnet.

Weitere Informationen über die Tagespflege, die Kosten und die Leistungen der Pflegeversicherung gibt es rund um die Uhr beim Beratungszentrum der Sozial-Holding unter der Telefonnummer 02161 81196811.

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_BIALASIEWICZ

ANZEIGE

Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

In den „Kliniken Maria Hilf“ werden jährlich 37.000 Patienten stationär und mehr als 102.000 Patienten ambulant medizinisch versorgt. 280 Ärzte und über 1000 Pflegefachkräfte arbeiten in 16 Fachabteilungen. Ein Hochleistungsangebot auf hohem Leistungsniveau! Trotzdem steigt der Kostendruck. Die öffentliche Hand zieht sich mehr und mehr aus der Finanzierung zurück. Schon im Jahr 1993 haben deshalb engagierte Mönchengladbacher Bürgerinnen und Bürger den Förderverein der Kliniken Maria Hilf e.V. gegründet. Zweck des Vereins ist es, Anschaffungen zu ermöglichen, die der Gesundung und dem Wohlbefinden der Patienten dienen, aber von den Kostenträgern des Hauses nicht übernommen werden. Darüber hinaus möchte der Verein mit Vorträgen und Veranstaltungen über aktuelle medizinische Themen informieren und damit zum Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung beitragen.

INFO

ANSTEHENDE VORTRÄGE DES FÖRDERVEREINS:

9. MÄRZ 2016

Diagnostik und Therapie von Schilddrüsenerkrankungen - Nuklearmedizin und Chirurgie Hand in Hand.

Prof. Dr. med. Ulrich Kania,
Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Prof. Dr. med. Dr. rer. medic. Dipl.-Phys. Wolfgang Schäfer,
Chefarzt der Klinik für Nuklearmedizin

6. APRIL 2016

Bein- und Rückenschmerz - Bandscheibe, Spinalkanalstenose und Osteoporose. Die Wirbelsäule im Focus.

Dr. med. Joachim Rödig,
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
Dr. med. Gerald Köhler,
Oberarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Veranstaltungsort: Krankenhaus St. Franziskus | Forum, Viersener Str. 450, 41063 MG, Zeit: 19 Uhr | Weitere Infos unter **www.mariahilf.de**

Neue Mitglieder sind im Förderverein stets herzlich willkommen. Spenden und Mitgliedsbeiträge sind steuerlich absetzbar. Weitere Informationen zur Mitgliedschaft, den verschiedenen Spendenmöglichkeiten und aktuellen Projekten des Fördervereines auf **www.mariahilf.de**, telefonisch unter 02161/8921106 oder per E-Mail: elke.krueers@mariahilf.de

Die Bankverbindung des Fördervereins:
Stadtsparkasse Mönchengladbach
IBAN DE03 3105 0000 0000 2111 28 / **SWIFT-BIC** MGLSDE 33

Scheren Schwestern
Hinsetzen, genießen, erholen!
Bei uns vergesst Ihr den Alltag, enspannt Euch schon bei der Haarwäsche mit Kopfmassage und erhaltet ein individuelles Styling zum Wohlfühlen.

PRODUKTE OHNE TIERLEID VON PAUL MITCHELL
Wir freuen uns auf Euch!
Theresa & Gülsen
Dorfbroicherstraße 71 · 41236 MG · 02166 / 5550924

BUY LOCAL
AUF ÜBER 3000m² FINDEN SIE NICHTS
WAS IHNEN NICHT GEFÄLLT.
bettenbaues
ausgeschlafen einkaufen
Fliethstraße 69
41061 Mönchengladbach
Fon: 0 21 61 / 17 91 44
www.bettenbaues.de
Bei einer riesigen Auswahl aus Matratzen, Betten & Textilien kann Ihnen eigentlich nur einer helfen: unser exzellenter Service.

Eine unserer guten Ideen halten Sie gerade in der Hand
Und was können wir für Sie tun?
Marketingberatung - Marketingkonzept - Kreation und mehr...
marktimpuls
werbeagentur +verlag
www.marktimpuls.de

AUFWÄRMEN

AM VEILCHENDIENSTAGSZUG

Text: Sabrina Forst

Beim Straßenkarneval geht es heiß her und trotzdem, kann einem dabei schon Mal so richtig kalt werden. Vor allem Kinder frieren schnell, wenn sie stundenlang bei Minusgraden Bonbons fangen und sammeln. Die gute alte Thermoskanne kann helfen. Heiß gefüllt ist sie am Veilchendienstagszug zur Stelle, wenn man sich kurz aufwärmen möchte. Doch was soll man reinfüllen? Wir verraten es Ihnen!

Das Gerücht, dass Alkohol den Körper aufwärmt, hält sich hartnäckig. Das stimmt allerdings nur bedingt. Die Durchblutung wird kurzfristig angekurbelt, danach geht das Bibbern weiter. Alkohol kann sogar zu einem noch höheren Wärmeverlust führen. Wer sich also aufwärmen möchte, sollte nicht zu Schnaps greifen.

HEISSER GEWÜRZ-TEE

Keine Überraschung, aber ein sicherer Tipp: Tee geht immer. Der Vorteil: Auch Kinder kann man für dieses Getränk begeistern. An Karneval darf ruhig auch mal etwas Zucker den heißen Schluck am Straßenrand versüßen. Besonders wärmend wirken Gewürz-Tees mit Anis, Fenchel, Ingwer, Kardamom oder Zimt.

HEISSES WASSER

Sie mögen keinen Tee und legen auch keinen großen Wert auf Geschmack? Dann füllen Sie doch einfach heißes Wasser in die Thermoskanne. Bei Bedarf einfach langsam in kleinen Schlucken trinken und schon kehren Wärme und Energie zurück. Das zumindest lehrt die Traditionelle Chinesische Medizin. Schaden kann es auf keinen Fall.

HEISSER KAKAO

Eigentlich ist Kakao mit seiner Milch und dem Zucker eher eine kleine Mahlzeit als ein Getränk. Aber wer lange am Karnevalszug steht, kann ja durchaus hungrig werden. Hier hilft heißer Kakao, den die Kinder sicher auch mit Vorliebe trinken.

HEISSE SUPPE

Wer am Zug Bonbons fängt und nascht, der ist vielleicht froh über einen kleinen herzhaften Schluck Suppe. Besonders eignet sich hier die klare Gemüsebrühe, die man prima aus dem Becher trinken kann. Außerdem macht sie nicht müde, wie andere Suppen, die ganze Mahlzeiten ersetzen. Die Gemüsebrühe muss übrigens nicht aus Pulver angerührt werden. Viel leckerer und gesünder ist die selbstgemachte Variante.

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_ELENAJOE, ILLUSTRATION: NORA SPALT

CRANBERRY PUNSCH

ETWA 6 TASSEN

1 l Apfelsaft
80 ml Cranberrysirup
30 g getrocknete Cranberries
1/2 Vanilleschote
8 schwarze Pfefferkörner
2 Nelken

Zubereitung:
Alle Zutaten in einen Topf geben und erhitzen. Achtung! Der Tee sollte nicht kochen. .

HONIG-KARDAMOM-TEE

ETWA 6 TASSEN

6 El Kardamomkapseln
180 g frischer Ingwer
6 El Honig
6 Sternanis
6 Zimtstangen

Zubereitung:
Zerstoßene Kardamomkapseln mit 1 l Wasser etwa 10 Minuten köcheln lassen. Das Ganze durch ein Sieb in einen Topf gießen. Ingwer in Stücke schneiden und mit dem Honig, dem Sternanis und den Zimtstangen nochmal 10 Minuten köcheln lassen kochen.

ROOIBOS-ZIMT-TEE

ETWA 6 TASSEN

3 El Rooibostee
4 El Honig
1 Zimtstange
2 Sternanis
1 Vanilleschote
•1 Orange
4 Tl Zitronensaft

Zubereitung:
Rooibostee, Honig, Zimtstange, Sternanis und Vanilleschote mit 1 l kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen und durch ein Sieb schütten. Orange filetieren und mit dem Zitronensaft in den Tee geben.

FOTOS: DE.123RF.COM/PROFILE_MAXSHEB, _MISOMARU, _NINELL

Ticker

FAHRRADKARNEVAL IN MG

8.2.16 | 12 Uhr

Der Weg führt durch die Natur...

... und durch die Stadt.

Der ADFC Mönchengladbach veranstaltet am 8.2.2016 (Rosenmontag) den 3. Mönchengladbacher Fahrrad-Karneval. Das diesjährige Karnevalsmotto lautet „Ganz Gladbach lacht und fährt dabei Rad“. Wie bereits in den letzten Jahren werden die Teilnehmer gebeten, sich verkleidet aufs Rad zu setzen und mit dem ADFC ca. 10 km durch die Stadt zu fahren. Da an Karneval fast alles erlaub ist, fahren alle an diesem Tag in einer Gruppe auf der Straße. Hierbei bekommt der Name „Straßenkarneval“ eine ganz neue Bedeutung. Die Radtour wird von jeder Menge guter Laune und Karnevalsmusik begleitet. Wer möchte, darf auch gerne Kamelle schmeißen. Treffpunkt ist um 12 Uhr vor dem Eingang der evangelischen Hauptkirche (Marktplatz Rheydt). Es wird um zahlreiche Beteiligung gebeten, damit das Karnevalsmotto auch in die Tat umgesetzt wird.

EXKLUSIV ✱ NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM ✱ EXKLUSIV ✱ NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM

trinkgut KEFENBAUM

IM FEBRUAR GANZTÄGIGER VERKOSTUNGSSTAND
IN DER FILIALE IN RHEYDT

Pott's
versch. Sorten
20x0,33l
zzgl. 4,50 € Pfand
10.49
statt 12,49 €
(Normalpreis)

Pott's 4er Träger
versch. Sorten
4x0,33l
zzgl. 0,60 € Pfand
3.33
statt 3,99 €
(Normalpreis)

Pott's Barleywine
0,66l Flasche
zzgl. 0,15 € Pfand
15.99
statt 17,99 €
(Normalpreis)

Mit Lieferservice
2x in Mönchengladbach!!!

Getränkesupermarkt Kefenbaum e.K.
Wickrather Straße 129 - 41236 MG - Rheydt - Tel. 02166 / 13 99 67
Volksgartenstraße 85 - 41065 MG - Gladbach - Tel. 02161 / 99 22 45

EXKLUSIV ✱ NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM ✱ EXKLUSIV ✱ NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM

HINDENBURGER

2,00€ GUTSCHEIN

2,00€ Rabatt auf alle Pott's Produkte (ausgenommen 4er Träger)

Der Rabatt ist nur auf den in der Anzeige auf Seite 62 genannten Normalpreis anwendbar! Gültig vom 1. bis 29.02.2016 gegen Vorlage dieses Gutscheins.

Bitte tragen Sie hier Ihre PLZ ein:

Einzulösen bei:
trinkgut KEFENBAUM voll toll

Trinkgut Kefenbaum (2x in MG)
Wickrather Str. 129, 41236 MG
Volksgartenstr. 85, 41065 MG

LUSTIGE **BERLINER**

Backen, füllen, dekorieren – So versüßen Sie den Karneval!

Text: Sabrina Forst

BACKEN

Zutaten

1 kg Mehl / 2 Würfel frische Hefe / ½ l Milch / 8 Eigelb / 200 g Zucker / 2 EL Essig / Salz / Mark von 1 Vanilleschote/ 200 g weiche Butter / 200 g Füllung / Mehl für die Arbeitsfläche / 2 l Rapsöl zum Frittieren / Puderzucker

Schritt 1:

200 g Mehl in eine Schüssel geben. Hefe in 10 EL lauwarmer Milch auflösen und mit dem Mehl mischen, zudecken und an einem warmen Ort 15. Min. gehen lassen.

Schritt 2:

Eigelbe und Zucker mischen und schaumig rühren. Mit dem restlichen Mehl, 1 Prise Salz, Essig und Vanillemark zu einem Teig kneten. Den Teig aus Schritt 1 mit dem Rest lauwarmer Milch verrühren, hinzugeben und kräftig durchkneten, zwischendurch Butter hinzufügen. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Min. gehen lassen.

Schritt 3:

Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und zu einer Rolle formen. 20 Teigstücke abschneiden und zu Kugeln rollen. Die Kugeln zugedeckt 20 Min. gehen lassen.

Schritt 4:

Öl in der Fritteuse oder im Topf erhitzen. Die Teigbällchen hineingeben und goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Füllung mit einer Spritztülle seitlich einspritzen.

Tipp zur Füllung: Es muss nicht immer Marmelade sein. Füllen Sie Ihre Berliner doch einfach mal mit Nutella oder mit Pudding.

FOTO: DE.123RF.COM/PROFILE_EGAL

DEKORIEREN

Puderzucker alleine macht noch keinen Karnevalsberliner! Sie sollten zumindest ein paar Smarties, Gummibärchen oder Streusel zum Verzieren verwenden. Besonders gut halten diese im Zuckerguss, den Sie mit Puderzucker und Zitronensaft zubereiten. Das Highlight kann außerdem ein lustiger Picker sein.

Karneval-Einstecker
15 Lustige Figuren aus Styropor, Textil, Pappe mit Einstecker aus Kunststoff. Die Figuren kommen in witzigen „Kostümen" daher – von Clown bis Indianer.
➔ Gesehen bei www.kavadolce.com für 8,70 €

Clownfahnen-Picker
50 Clownfahnen-Picker mit Motiven auf kleinen Fahnen. Achtung! Nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet.
➔ Gesehen bei Party-Discount in MG für 1,49 €

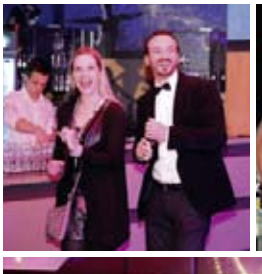
Clown-Stecker
5 Clown-Stecker, die jeden Berliner zum Hingucker Machen (siehe großes Titelbild). Achtung! Nicht für Kinder unter 3 Jahren geeignet.
➔ Gesehen bei Party-Discount in MG für 1,59 €

FOTO: ANBIETER, DE.123RF.COM/PROFILE_FOTOKNIPS

Hindenburger Stylevester @ Haus Zoar

31.12.2015 - Haus Zoar

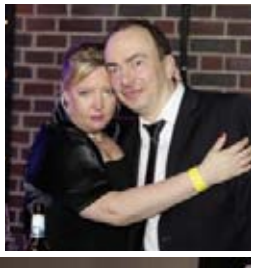
Fotos: rimapress / Markus Rick



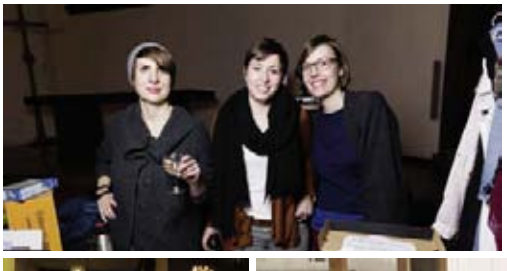
Hindenburger Stylevester @ Haus Zoar

31.12.2015 - Haus Zoar

Fotos: Marc Thiele



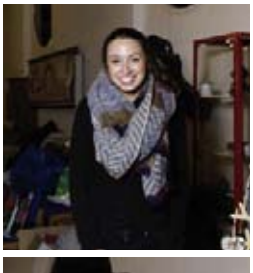
Viele weitere Fotos und Bildergalerien finden Sie online unter **www.hindenburger.de**



Trödelnacht in der Friedenskirche

23.01.2016 - Friedenskirche

Fotos: Marktimpuls/Anna Helm



FOTOS: STEFAN GÖTTSCHKES

22. Euregionales Gardetreffen der FEG

24.01.2016

Fotos: marktimpuls / Anna Helm

HINDENBURGER

GEDRUCKT - IM WEB - ALS APP + EPAPER

VIEL MEHR

ALS EIN GEDRUCKTES MAGAZIN

Die HINDENBURGER - APP
Einfach den QR-Code scannen und unsere APP für iOS (Apple) oder Android herunterladen.

für iOS (Apple)
im AppStore

für Android
im Google Play Store

Der HINDENBURGER im Internet

Das HINDENBURGER-Onlineportal
www.hindenburger.de

Der HINDENBURGER auf facebook
http://facebook.com/hindenburger

Der HINDENBURGER auf instagram
www.instagram.com/hindenburger-mg

Der HINDENBURGER auf Issuu.com
www.issuu.com/hindenburger-mg

Der HINDENBURGER ist Mönchengladbachs älteste Stadtzeitschrift. Jeden Monat versorgen wir Sie mit Geschichten, Interviews und Nachrichten aus Kultur, Wirtschaft, Gastronomie, Gesundheit, Freizeit, Lifestyle , Sport und stadtleben. Der große Veranstaltungskalender zeigt Ihnen auf einen Blick, was in Mönchengladbach los ist. Doch das ist noch lange nicht alles!

IHR STADTPORTAL IM INTERNET

Seit 2008 gibt es den HINDENBURGER auch online unter **www.hindenburger.de.** Im November 2015 wurde unser Portal komplett überarbeitet und für das Lesen auf Smartphones und Tablets optimiert. Eine Onlineredaktion sorgt für tagesaktuelle Inhalte und schreibt -zusätzlich zu den Artikeln im Heft – spannende Hintergrundberichte und eigene Geschichten. Titelstorys und große Interviews werden durch Videos, Links und Zusatzinfos im Netz ergänzt. In unseren Online-Bildergalerien finden Sie Fotos von Konzerten, Veranstaltungen und wichtigen Events. Auch solche, für die wir im Heft keinen Platz mehr hatten. Gleiches gilt für Bilder aus unseren „Making-Offs“ oder aus Mode- und Covershootings. Aktuelle Gewinnspiele, Angebote, Aktionen und Events unserer Partner und ein noch umfangreicherer Veranstaltungskalender: Ein Besuch lohnt sich immer!

NEWS UND STORYS AUF HANDY UND TABLET

Mit unseren mobilen Services stehen Ihnen alle unsere Nachrichten und Angebote immer und überall zur Verfügung. Rufen Sie dazu einfach unsere Webseite auf oder nutzen Sie die HINDENBURGER-App für iOS und Andoid. Das ePaper der aktuellen Ausgabe können Sie sich über **www.hindenburger.de** oder **www.issuu.com** herunterladen. Ob im Cafe, im Bus, im Zug, unterwegs bei Freunden, beim Shoppen und auch beim Sport: Der HINDENBURGER ist auch mobil immer dabei!

HINDENBURGER @ SOCIAL MEDIA

Auch in den sozialen Medien sind wir täglich präsent. Abonnieren Sie uns unter ww.facebook.com/hindenburger. Exklusive Gewinnspiele, Aktionen, Events und News warten auf Sie. Der Link zum aktuellen Heft wird hier zuerst online gestellt. Auch auf YouTube sind wir bereits aktiv und bauen mit professionellen Videos unseren Kanal aus.

HINDENBURGER - Ihrer Stadtzeitschrift für Mönchengladbach, Rheydt und Umland.
Gedruckt, im Web, als App und ePaper - die besten Seiten unserer Stadt.

Kraftvoll zubeißen –
Dank Implantaten wieder mehr Lebensfreude.

Sanfte Narkoseverfahren und eine angenehme Atmosphäre sorgen in unserer Praxis für eine spannungs- und schmerzfreie Behandlung. Die mehr als 20 Jahre lange Erfahrung mit unseren Patienten und mehr als 98 % Erfolgsquote auch in schwierigen Fällen zeigt: Implantate können das Leben positiv verändern und sorgen für eine bessere Lebensqualität.

- Implantologie
- Oralchirurgie
- Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie
- Ästhetisch Plastische Gesichtschirurgie
- Sanfte Faltenbehandlung
- Lidlifting
- Schmerzfreie Behandlungen
- Zahnärztliche Schlafmedizin

Wir sind uns der Verantwortung bewusst:
Es geht um Ihre Gesundheit, Ihr Gesicht, Ihre sympathische Ausstrahlung, Ihre persönliche Wirkung – letztendlich um Ihr Wohlbefinden.

Ab Mai 2016 finden Sie uns zentral im „Menge Haus“
Fliethstraße 67, 41061 Mönchengladbach!

Dr. Dr. Lange & Weyel
Praxis für Ästhetisch Plastische und Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie
Marktstraße 2, 41236 Mönchengladbach, Tel 0 21 66 94 42 62
www.lange-weyel.de **Find us on facebook**