

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

STADTLIBEN

**DIE NEUEN PLÄNE FÜR
HAUS ZOAR**

WIRTSCHAFT

AUSBILDUNG UND BERUF

KULTUR

**(R)EVOLUTION AM THEATER
KREFELD UND MÖNCHENGLADBACH**

KULTUR

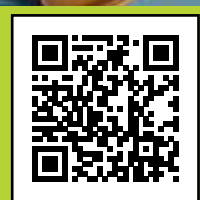
**TEILNEHMER FÜR NEUES
JUGENDKULTURFESTIVAL GESUCHT**

GENUSSKULTUR

**FOORMAT FEIERT DEN
WELTFRAUENMONAT**



Natürlich auch online!
www.hindenburg.de



DKMS 

WIR BESIEGEN BLUTKREBS

WILLST DU JEMANDEM DAS LEBEN RETTEN?

Dann bestell' Dir auf dkms.de unser Registrierungsset und gib Blutkrebspatienten eine zweite Chance auf Leben. Denn immer noch findet jeder 10. Blutkrebspatient in Deutschland keinen geeigneten Spender.

Mund auf. Stäbchen rein. Spender sein.

Registrier' Dich jetzt auf dkms.de



edit rial

Liebe Leserinnen und Leser,

ich hoffe, Sie haben Karneval gut überstanden und diejenigen unter Ihnen, die dieses Brauchtum feiern hatten eine großartige Zeit. Wir gehen mitten im karnevalistischen Geschehen in den Druck, somit wissen wir noch nicht, ob und wenn ja, wie sehr Corona dieses Jahr zuschlägt, zumindest gehen die Kennzahlen bereits hoch. Aber viele liegen auch mit einem stinknormalen aber recht heftigen Grippalen Infekt flach - in meinem Bekanntenkreis ist es eine nicht unerhebliche Anzahl und ich selber war deshalb auch knapp 8 Tage außer Gefecht.

Wenn man dem Karneval so wie wir hier gar nicht frönt, ist der Februar tatsächlich eine „Sauregurkenzeit“, denn fast alles dreht sich bis Aschermittwoch in dieser Stadt nur um das närrische Thema. Man erreicht kaum jemanden, die üblichen Kommunikatoren sind verdächtig still und niemand denkt darüber nach, dass im März ja alle Narretei vorbei ist und man dann anstehende Aktionen, Veranstaltungen und Planungen vielleicht doch schon im Februar ankündigen und mit Informationen hinterlegen sollte. Der Nachteil von Monatsmagazinen ist halt der, dass wir aus dem hiesigen tageszeitungsorien-

tierten Zeitraster herausfallen. Viele Pressekonferenzen sind so gelegt, dass sie zu kurz vor oder oft direkt nach unserem Redaktionsschluss liegen - warum auch immer das nach nun 17 Jahren Bestehen immer noch so ist. Keine Ahnung, wie das bei den Kollegen der anderen Magazine ist, aber vermutlich haben sie ähnliche Drucktermine wie wir. Nun ja, wir werden auch in den nächsten Jahren, wie bisher auch, damit umgehen.

Diesen Monat bin ich ein bisschen auf Krawall gebürstet - irgendwann ist das letzte Tröpfchen Ärger ins Fass gelaufen und das schwappt dann über. Ich weiß gar nicht, wann ich zuletzt einen „BissMarc“ geschrieben habe, aber in dieser Ausgabe ist es mal wieder so weit - und ja, mir ist klar, dass ich damit wieder Ärger kriege und einen bösen Shitstorm aussitzen muss. Ist halt so, wenn man heutzutage seinem Unmut freien Lauf lässt und nicht in den Chor der ideologisch geprägten Fanboys und -girls eintritt, die für alles eine politisch korrekte Begründung finden und denken immer die einzig gültige Meinung für sich gepachtet zu haben. Hach! Geht schon los mit dem Ärger... „Durchatmen“

Gott sei Dank gibt es auch Erfreuliches zu berichten.

Wir begrüßen unsere Redakteurin Jessica Sindermann zurück, die erfolgreich ihren Master abgeschlossen hat und von jetzt an u.a. wieder unsere Theaterstory betreuen wird. Unser Vertriebsteam wird seit Januar durch Marion Auguste verstärkt und in der Onlineredaktion hat Katja Franken Ihr Stundenkontingent deutlich ausgebaut und arbeitet daran, unser Onlineportal so tagesaktuell wie möglich zu machen.

Außerhalb unseres Teams gibt es auch gute Neuigkeiten vom Haus Zoar, deren Pächter doch recht überraschend in die Insolvenz gegangen sind. Nun gibt es Zukunftspläne und die hören sich wirklich sehr gut an. Mehr dazu finden Sie im Heft auf Seite 6.

Genug des Vorwortes für Heute. Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen unserer März-Ausgabe.

Ihr Marc Thiele
Herausgeber



ZAHNARZTPRAXIS
DR. BONGARTZ

ICH GENESSE DAS LEBEN MIT
EINEM STRAHLENDEN LÄCHELN!

PRAXIS FÜR ZAHNHEILKUNDE & IMPLANTOLOGIE
DR. HARTMUT BONGARTZ MSC MSC & KOLLEGEN

KRAHNENDONK 7 - 41066 MÖNCHENGLADBACH
TEL. 02161 - 66 63 60 - WWW.ZAHNARZT-DRBONGARTZ.DE

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

Montags - Donnerstags: 08:00 Uhr - 19:00 Uhr
Freitags: 08:00 Uhr - 15:30 Uhr
..... und nach Vereinbarung!





6

STADTLIBEN



20

KUNST + KULTUR



24

GENUSSKULTUR

Fotomachweise siehe Themenseiten

STADTLIBEN

- 6 Die neuen Pläne für Haus Zoar
- 8 Haus Westland ist jetzt „Hall of Fame“
Hip-Hop Event für Nachwuchstalente im Rheydt036
- 9 STAZ-Lagerverkauf: Erste Adresse für Hochzeitsanzüge
- 10 Bewerbungsfrist für Kulturprojekt „Digital Performance“ endet
Teilnehmer für Jugendkulturfestival „Let's Play“ gesucht
- 11 BissMarc: „The Hall of Shame“

WIRTSCHAFT

- 12 **Ausbildung und Beruf**
So gelingt der Weg ins Gesundheits- oder Sozialmanagement
Beratung von Unternehmen für die Beschäftigung von Menschen mit Schwerbehinderung
Neue IHK-Facebook-Gruppe: Ausbildungsplatz am Niederrhein
IHK-Ausbildercampus ist am Start
- 14 Ausbildung zur PTA eröffnet viele Chancen
Regionale Job-Börse für die Gastronomie
HSNR führt ab Sommer Orientierungssemester ein

RATGEBER

- 16 Die private Energiewende finanzieren
Für Kinder und Jugendliche: Umgang mit Finanzen lernen
- 17 Wie erkenne ich Manipulationen im Netz?
Für nichtverheiratete Paare: Voller Werbungskostenabzug für Arbeitszimmer in gemeinsamer Mietwohnung
Rechtssicher in die eigenen vier Wände
Strafrecht Aktuell: Strafbefehl - Diese (geplanten) Änderungen sollten Sie kennen

KUNST + KULTUR

- 18 Literaturtipps
- 20 Theater: (R)EVOLUTION - Revolutionäre Szenen auf der Bühne des Theaters Krefeld und Mönchengladbach
- 22 Künstlerpaar Sonnenfeld/Suomi eröffnet Atelier

FREIZEIT

- 23 Jurassic World: The Exhibition im Odysseum Köln
ADAC Niederrhein bietet Pedelec-Trainingskurse
Finlantis Deal-Aktion: Saunatickets zum Sonderpreis

GENUSSKULTUR

- 24 Das Foormat feiert den Weltfrauenmonat
- 25 Gracias Bierliebe: Bierkultur in anderen Ländern: Island
- 26 Die Redaktionsbar

MEDIZIN + CO

- 28 **Dr. Dr. Lange Weyel:** Hohe Erwartungen erfüllen
- 29 LVR eröffnet Psychosomatische Tagesklinik am Bethesda
- 30 **Kliniken Maria Hilf:** Mit Einstein, Marie Curie und Co. beim Tag der offenen Tür in der Klinik für Strahlentherapie
- 31 **Praxis Dr. Bongartz & Kollegen:** Eine Schiene gegen das Schnarchen

DER HINDENBURGER TERMINKALENDER

- 32 Veranstaltungskalender

SONSTIGES

- 03 Editorial
- 35 Impressum

Gefördert von:



(R)EVOLUTION

*Eine Anleitung zum Überleben im 21. Jahrhundert
von Yael Ronen und Dimitrij Schaad*

Ab sofort im Theater Mönchengladbach
Jetzt Tickets sichern: www.theater-kr-mg.de



NÄHER WIRST DU LEBENDIGEN DINOSAURIERN NIE KOMMEN

JURASSIC WORLD
THE EXHIBITION

JETZT TICKETS SICHERN!
AB 31. MÄRZ 2023 IM ODYSSEUM KÖLN

UNIVERSAL | Explora | ODYSSEUM
MEGA | dolbymaster | THE ADVENTURE MUSEUM

JURASSICWORLDEXHIBITION.DE

©2023 Universal Studios and Amblin Entertainment, Inc. All Rights Reserved.

Wir schaffen **IHREN** Mehrwert!

LACK & BLECH
Autolackiererei
Fachbetrieb für Unfallreparaturen

1991
BEULEN HEILER

Krefelder Str. 510
41066 Mönchengladbach
www.lack-blech.de

- 1 Kalkulation
- 2 Reparatur
- 3 Lackierung
- 4 Smart repair
- 5 zufriedene Kunden

HINDENBURGER

Auslieferer/in m/w/d (Minijob)

Du sorgst zuverlässig dafür, dass unsere Verteilstellen jeden Monat pünktlich ihre freudig erwarteten Exemplare unserer Zeitschriften HINDENBURGER und MEDIZIN+Co. geliefert bekommen. Für Deinen Einsatz an 4-5 Tagen zum Monatswechsel erhältst Du eine faire Stundenvergütung sowie Kilometergeld für die Nutzung Deines eigenen PKW (mit Ladekapazität).

Du magst es, wenn sich die Menschen freuen, dass Du vorbei kommst? Dann werde Teil des **HINDENBURGER**-Teams, denn bei uns erlebst Du das jeden Monat.

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf www.hindenburger.de/jobs.html

Wir freuen uns auf Dich!

mags^o
GEM

mags^o
MG IM HERZEN

App laden.
Keine Abfuhr verpassen.
Wilden Müll melden.

www.mags.de

PROGRAMMKINO MIT MEHR SÄLEN

DIE NEUEN PLÄNE FÜR HAUS ZOAR

Redaktion: Marc Thiele



Fotos: Matthias Stutte

Eigentlich sollte Hans-Jürgen Brandtner längst seinen wohlverdienten Ruhestand genießen, vielleicht die Kinopaläste der Welt bereisen und sich dort cinematographischer Meisterwerke erfreuen, stattdessen plant er nun erneut die Zukunft des ihm gehörnden Haus Zoar.

Der Besitzer, frühere Betreiber und heutige Verpächter des Comet Cine Centers an der Viersener Straße hatte das ehemalige evangelische Gemeindezentrum am Kapuzinerplatz im Jahr 2012 gekauft und einen Kinosaal mit High-End Dolby Atmos Sound sowie eine stylische Kinolounge einbauen lassen. Gedacht als qualitativ hochwertige Ergänzung zu den bestehenden Sälen seines Kinopalastes auf der anderen Straßenseite.

Irgendwann entschied sich Hans-Jürgen Brandtner dann sowohl sein Großkino als auch das umgebaute Haus Zoar zu verpachten und sich aus dem aktiven Kinogeschäft zurück zu zie-

hen. Im Gegensatz zum Kino an der Viersener Straße sollte sich die Entwicklung des Haus Zoar jedoch als nicht so glücklich herausstellen. Der erste Pächter scheiterte mit seinem Konzept, das plötzlich u.a. auch einen Club (ehem. Sense Club) vorsah. Bis die neuen Pächter, Nikolas Hilbig, seines Zeichens Inhaber des Küchenstudios Gebr. Jansen und seine Geschäftspartnerin Linh Vu das Haus Zoar übernehmen verging erst einmal eine gewisse Zeit.

Auch Hilbig und Vu scheiterten mit ihrem Konzept, einer Mischung aus Kino und Küchenstudio mit angegliederter Kochschule (wohl als Ergänzung zur

neuen Markthalle gedacht) und meldeten kürzlich erst Insolvenz an.

Hans-Jürgen Brandtner, der auch in der Zwischenzeit nicht wirklich seinen Ruhestand genoss, sondern im Gegenteil sogar ein neues Großkino zwischen Mönchengladbach und Rheydt, gegenüber der Hochschule an der Rheydter Straße plante, hat sich nun entschieden, das Ruder im Haus Zoar wieder selber in die Hand zu nehmen und ein neues Kinoangebot mit mehr als den derzeit vorhandenen zwei Sälen zu entwickeln. Im Erdgeschoss, auf Höhe des Kapuzinerplatzes, plant er aktuell zwei weitere Kinosäle, natürlich ebenfalls mit einem Dolby Atmos Sound System. Die Tagungsräume im Obergeschoss sollen wie bisher für Veranstaltungen vermietet werden und auch die von den ehemaligen Pächtern angedachte Kochschule könnte Realität werden, was jedoch ein wenig von der weiteren Entwicklung der gegenüberliegenden Markthalle abhängt. Das Filmangebot des Haus Zoar soll zukünftig unter dem Namen „Cine Factory - Kino im Haus Zoar“, auf den Schwerpunkt Programm- und Arthaus-Kino ausgerichtet sein, Brandtners eigentlicher Filmleidenschaft. Natürlich wird es auch Blockbuster geben, aber auch hier möchte er zukünftig höhere Maßstäbe anlegen.

Aufgrund der noch laufenden Insolvenz der bisherigen Pächter, die er übrigens gerne durch eine frühere Übernahme des Hauses abgewendet hätte, kann Hans-Jürgen Brandtner seine Pläne noch nicht in die Tat umsetzen, hofft aber, dass dies in den nächsten Monaten möglich wird, was aber zu guter Letzt vom Insolvenzverwalter abhängt.

In der Zwischenzeit werden die Pläne für das neue Haus Zoar weiter konkretisiert und auch mit der Personalsuche wurde bereits begonnen. (Mehr dazu auf facebook unter „Cine Factory MG“).

www.wohn-art.de

TRAUMFÄNGER:

BETT 180 x 200 cm
ZUZÜGLICH LATTENRAHMEN UND MATRATZEN
PREIS WIE ABBILDUNG 1.480,00 EUR

Atelier

Im-Ohr-Hörsysteme – Maßgefertigt für Ihre Ohren

**GRATIS
HÖRBERATUNG
inkl. Hörtest**



DESIGNED IN GERMANY

AUSZEICHNUNG

Atelier



EXPERTE

2023

VERLIEHEN FÜR BESONDERE
QUALIFIKATIONEN IN DER
ANPASSUNG INDIVIDUELLER
IM-OHR-HÖRSYSTEME

atelier.audioservice.com

Erleben Sie bei uns als **ausgezeichnetem Atelier Experten** die Vorteile von Atelier Im-Ohr-Hörsystemen – kleine, unauffällige und handgefertigte Unikate, die individuell an Ihr Ohr angepasst werden.

In ruhiger und ungestörter Umgebung prüfen wir Schritt für Schritt die Leistungsfähigkeit Ihres Gehörs. Bei Bedarf beraten wir Sie umfassend und wählen mit Ihnen die Hörlösung für Sie aus, die Ihren Alltag optimal unterstützt.

Hörzentrum (((Müller

Richtig Gehört.



Hörzentrum Müller

Croonsallee 29
41061 Mönchengladbach

Telefon: 02161 2474113
info@hoerzentrum-mueller.de

www.hoerzentrum-mueller.de

RUND 1.000M² FLÄCHE FÜR DIE GRAFFITI-SZENE DER STADT

HAUS WESTLAND IST JETZT „HALL OF FAME“

Ein besonderer Spot gehört ab sofort zum Projekt „Halls of Fame - MG“. Das junge Team des Arbeitskreises „Graffiti MG“ präsentiert jetzt ihre Auftaktgestaltung an der Fassade von Haus Westland.



Sprayerin Ilona freut sich über die legalen Wände am Haus Westland. Ihr Balu fliegt gegenüber vom Hauptbahnhof über den Wolken

In Anlehnung an das diesjährige Karnevalsmotto „Endlich! Gladbach auf Wolke 7“ sind die individuellen Styles der Künstler*innen eingetaucht in Wolken. Auch Balu der Bär fliegt über den Wolken. Die Eigentümerin von Haus Westland, die bema-Gruppe aus Düsseldorf, hat dem Fachbereich Kinder, Jugend und Familie, Abteilung Jugendpflege und Prävention, das Haus Westland für legale Graffiti zur Verfügung gestellt. Rund 1.000 Quadratmeter.

Haus Westland ist die zentral gelegene, ehemalige Visitenkarte der Stadt, die jetzt auf den Abriss und eine städtebauliche Weiterentwicklung wartet. „Halls of Fame“ sorgt hier – für einen begrenzten Zeitraum – für eine Funktion und Aufwertung des Hauses.

„Wir freuen uns sehr, jungen Street Art Künstlern mehr Sichtbarkeit zu geben und im Herzen der Stadt künstlerisch kreativ zu werden. Gerne unterstützen wir die Stadt Mönchengladbach bei diesem interessanten Projekt und sind gespannt, welche Graffiti hier entstehen werden,“ sagt Wolfgang Bühne, Senior Manager Project Development vom Projektentwickler bema-Gruppe aus Düsseldorf.

Haus Westland reiht sich so in die Halls of Fame – MG ein. Es bestehen bereits 18 legale Graffiti-Flächen im gesamten Stadtgebiet. Maria Jackschitz von „Halls of Fame – MG“ des Fachbereichs Kinder, Jugend und Familie freut sich über den Zuwachs: „Halls of Fame hat sich zu einem etablierten Angebot in Mönchengladbach entwickelt. Haus Westland als neue Hall ist eine große Bereicherung. Wenn hier der Zug am Veilchendienstag vorbeifährt, können die bunten Bilder im Hintergrund die Stimmung unterstützen“. Ilona, aktive Sprayerin, ergänzt: „Auch wenn man jetzt aus dem Hauptbahnhof raus kommt, sieht man nicht nur Grau, sondern bunte Graffiti, die gute Laune machen“.

„Halls of Fame – MG“ ist ein Angebot der Abteilung Jugendpflege und Prävention des städtischen Jugendamtes, das legale Graffiti-Flächen in der ganzen Stadt anbietet. So können (junge) Menschen ihre Kreativität ausüben und den öffentlichen Raum mitgestalten.

Alle Informationen und News gibt es auf Instagram: @hallsoffame_mg oder auf der Webseite www.hallsoffame-mg.de

Quelle: Stadt MG

BACK TO THE ROOTS:

HIP-HOP-PROJEKT FÜR NACHWUCHSTALENTE IM RHEYDT 036

Am 13. Februar gab es in der Jugendeinrichtung Rheydt 036 einen unvergesslichen Abend. Es war das Finale und der Abschluss von „Back To The Roots“, eines mehrtägigen Hip-Hop-Projekts für Jugendliche. Die Nachwuchstaleute lernten von lokalen Rapper*innen texten, rappen und performen und zeigten einander an diesem Abend ihr Können.

„Zum Abschluss des Projekts konnten die Teilnehmer ihre Ergebnisse aus sechs Tagen kreativer Arbeit präsentieren. Die Songs sind toll geworden“, berichtet Fee Dorsten, Mitarbeiterin im Rheydt 036. Mitgemacht haben Jungen zwischen 13 und 17 Jahren. Diese stellten am

letzten Workshoptag ihre eigenen Songs einander vor. In ihren Songs rappten sie von Dingen, die sie bewegen. Gegen Ende des Abends gab es noch ein Rap-Battle und Freestyle zwischen den Jugendlichen und lokalen Rapper*innen.

Das war ein besonderes Highlight für alle. Burak schwärmt: „Ich habe vor dem Workshop noch nie gefreestylt, aber jetzt fallen mir viele Reime ein. Es hat richtig Spaß gemacht.“ In sechs Workshop-Tagen entstanden eigene Songs der Jugendlichen,

aber auch ein gemeinsamer Song der ganzen Gruppe. Diese wurden mit der Unterstützung der Workshopleiter*innen Vanja Djordjevic aka „SIMAH“, Justin Weigoldt und Josina Andrä entwickelt. Bei den Treffen haben sich die Jungen mit Themen wie sozialer Ungleichheit, Rassismus und persönlichen Erfahrungen beschäftigt.

Die Rapperin und Musikproduzentin Vanja Djordjevic erzählt: „Im Hip-Hop geht es oft um Geschichten aus dem Leben oder auch um gesellschaftliche Ungerechtigkeit. Darüber hatten wir im Workshop sehr intensive Gespräche mit den Jungs.“ Das Ganze haben die Teilnehmer dann in

ihren Songs verarbeitet. Entstanden ist auch ein Lied über Rheydt als Aufenthaltsort und Heimat der Jugendlichen. „Im Song geht es um unsere Realität hier in Rheydt. Auch darum, was wir kritisch sehen. Und jetzt konnten wir mal darüber sprechen“, erklärt der 16-jährige Ozan.

Das Rheydt 036 in der Rheydter Innenstadt ist ein partizipatives Angebot für alle jungen Menschen im Alter von 13 bis 21 Jahren des städtischen Jugendamtes in Zusammenarbeit mit dem SKM Rheydt. Der Hip-Hop-Workshop, in dessen Rahmen das Hip-Hop-Angebot stattfand, ist aus einer Kooperation zwischen dem Rheydt 036 und „Kurve Kriegen MG“ entstanden. Die kriminalpräventive NRW-Initiative „Kurve Kriegen“ zielt darauf ab, besonders kriminalitätsgefährdete Kinder und Jugendliche (überwiegend im Alterssegment von 8 bis 15 Jahren) so früh wie möglich zu erkennen und sie vor einem dauerhaften Abgleiten in die Kriminalität zu bewahren.

Weitere Informationen zur Initiative gibt es unter www.kurvekriegen.nrw.de. Informationen, Öffnungszeiten und Aktuelles zum Rheydt 036 finden sich auf Instagram: @rheydt_036.

Quelle: Stadt MG



Grafik: Rheydt036

ERSTE ADRESSE FÜR HOCHZEITSANZÜGE

Bereits seit Jahren steht der **STATZ-Lagerverkauf** in Erkelenz für ein umfangreiches Sortiment an Herrenmode für jeden Anlass. Viele zufriedene Stammkunden sind Beleg für die hohe Qualität der Produkte und der außergewöhnlichen Kundenorientierung des gesamten Verkaufsteams. Die Inhaberinnen Sabine Bergs und Andrea Funk setzen mit ihrem Team ganz bewusst auf persönliche Beratung und überraschenden Service. Dazu gehört neben der perfekten Erreichbarkeit und kostenlosen Parkplätzen, ein Änderungsservice, ein Bestellservice, eine Kaffeebar und eine kleine Kinderspielecke.

2023 wird ein besonderes Hochzeitsjahr. Viele liebevoll geplante Feste mussten verschoben werden und der Nachholbedarf ist spürbar. „Die Leute heiraten wieder und haben Lust auf Feste, die in Erinnerung bleiben“. Das Team von **STATZ** ist da der erste Ansprechpartner für den Bräutigam und unterstützt mit einem riesigen Sortiment an Hochzeitsanzügen im Baukastensystem.

„Wir gehen durch intensive Beratungsgespräche auf jeden Kunden und seine Wünsche individuell ein!“ verrät Sabine Bergs. Durch hervorragende Verbindungen zu den Herstellern können fast alle Wünsche für diesen besonderen Anlass erfüllt werden. „Passend zum perfekten Anzug findet MANN bei uns natürlich Hemden, Westen, Plastrons, Fliegen, Einstecktücher und Hosenträger!“ ergänzt Andrea Funk

Neben dem riesigen Anzugsortiment findet der modische Mann aber auch alle anderen Warenbereiche bis hin zu Schuhen. Die Möglichkeit einer Terminvereinbarung außerhalb der regulären Öffnungszeiten ist dabei genauso möglich, wie größere Vereinsbestellungen.



Foto: © WAH-TEX

INFO

Der **STATZ-Lagerverkauf** vertreibt in seinen Verkaufsräumen in der Kölner Str. 100 auf 300 qm Herrenmode für jeden Anlass.

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10-13 Uhr, Do. 16-19 Uhr, Fr. 15-19 Uhr, Sa. 10-13.30 Uhr.

Zusätzliche Informationen unter www.statz-lagerverkauf.de



*Der besondere
Anzug für den
besonderen Tag!*

*Finde deinen
Wedding Style!*



Deine Idee



Deine Hochzeit



Unsere Beratung

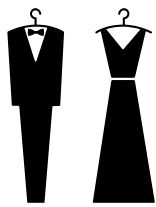
Beratung gerne auch außerhalb
unserer regulären Öffnungszeiten!

**Kölnerstraße 100
41812 Erkelenz**

Telefon: 02431 / 80 53 41

www.statz-lagerverkauf.de

STATZ
LAGERVERKAUF



HAUS DER BRAUT
&
GENTLEMAN
by Sabine Kuch

Räumungsverkauf



**50%
AUF ALLES**

Haus der Braut & Gentleman
Räumungsverkauf

geht weiter in der
Hindenburgstraße 46
41061 Mönchengladbach



GLAMOUR
OUTLET BOUTIQUE

Mi., Fr. u. Sa. 13 - 18 Uhr
Termine unter 02161 -18 25 52

GLAMOUR - OUTLET BOUTIQUE auf Facebook

facebook.com/Glamour1Outlet1Boutique1 oder
den QR-Code scannen



BIS ZU 10.000€ FÖRDERSUMME MÖGLICH

BEWERBUNGSFRIST FÜR KULTURPROJEKT „DIGITAL PERFORMANCE“ ENDET AM 31.03.2023

Mit dem Programm »Digitale Performance« fördert das NRW KULTURsekretariat (NRWKS) seit 2015 performative Projekte, die technologisch und narrativ digital ausgerichtet sind. 2023 werden die Fördermittel für dieses Programm erstmals durch Ausschreibung und Entscheidung einer Fachjury vergeben.

Gefördert werden Theatrale Performance-Vorhaben mit dem künstlerischen Ansatz, digitale Narrative und Technologien zu verbinden. Dies kann durch responsive und interaktive Anteile geschehen, unter Einbeziehung des Publikums während und auch bereits vor der Aufführung, durch die Einbeziehung von User Generated Content sowie auf dem Wege der Befragung der gewohnten linearen Dramaturgie.

Bewerben können sich ab sofort, bis zum 31.03.2023, Künstlerinnen und Künstler mit Wohnsitz in NRW. Darüber hinaus muss das geplante Projekt in einer der Mitgliedsstädte des NRWKS stattfinden, wozu auch Mönchengladbach gehört.

Die Bewerbung erfolgt in Form eines digitalen Antrags über das Förderportal des NRWKS unter:

<https://foerderportal.nrw-kultur.de/>.

Es gelten die Förderregularien des NRWKS, nachzulesen sowohl im Förderportal als auch unter

<https://www.nrw-kultur.de/programme/digitale-performance>

Um für eine Förderung in Frage zu kommen müssen folgende Bedingungen erfüllt werden:

Es müssen mindestens drei Vorstellungen geplant sein. Als Nachweis ist eine beigefügte schriftliche Zusage des/der Veranstalter/s erforderlich. Bereits begonnene Projekte sind von einer Förderung ausgeschlossen. Bewerbungen von Personen und Organisationen, die eine Gewinnerzielungsabsicht verfolgen, sind nicht zugelassen.

Zur Beantragung der max. 10.000€ Fördersumme sind die nachfolgenden Unterlagen einzureichen:

- Ausführliche Projektbeschreibung samt Biografien des beteiligten künstlerischen Personals
- Zeitplan mit Aufführungsterminen/-orten
- Ausführlicher Finanzplan
- Nachweis des/der Veranstalter/s

Über die Förderung entscheidet eine Jury des NRWKS. Die Entscheidungen werden bis spätestens 15. Mai 2023 mitgeteilt.

TEILNEHMER FÜR NEUES JUGENDKULTURFESTIVAL „LET'S PLAY“ GESUCHT

Für das Festival am 6. und 7. Mai im Theater Mönchengladbach können sich u.a. Jugendbands und Tanzgruppen bewerben.

Nach einer coronabedingten Pause des Mönchengladbacher Schultheaterfestivals richtet das Theater Krefeld und Mönchengladbach im Frühjahr 2023 ein neues Jugendkulturfestival aus.

Unter dem Motto „Let's play!“ bietet es am 6. und 7. Mai schulischen und erstmalig auch außerschulischen Theatergruppen die Möglichkeit, auf den Bühnen des Theaters Mönchengladbach ihre Projekte vor einem breiten Publikum aufzuführen.

Erweitert werden soll das Festival durch ein buntes Rahmenprogramm. Dafür können sich u.a. Jugendbands, Jugendchöre, Jugendtanzgruppen, HipHop-Performer*innen oder Poetry Slamer*innen bewerben.

Die Auftritte finden auf der kleinen Bühne in der Theaterbar statt und sollten deshalb eine Gesamtpersonenzahl von 10 und eine Dauer von 30 Minuten nicht überschreiten.



Foto: Ben Collins auf Unsplash

Bewerbungen, gerne mit einem kurzen Video, nimmt die Theaterpädagogik des Theaters Krefeld und Mönchengladbach ab sofort entgegen unter: theaterpaedagogik@theater-kr-mg.de



„HALL OF / SHAME“

ODER WIE DER ULTIMATIVE, INNERSTÄDTISCHE SCHANDFLECK ALS TOLLES KULTURPROJEKT VERKAUFT WIRD

Ein Kommentar von: **Marc Thiele**

Ich weiss jetzt schon, dass das hier ziemlich viel Ärger nach sich ziehen wird, aber wenn ich den „BissMarc“ schon aus der Versenkung hervorhole, muss es sich auch lohnen. Eine Menge meiner sehr engagierten Mitmenschen werden sich vermutlich sehr echauffieren, wie ich es wagen kann, das, was gleich folgt, überhaupt zu denken, geschweige denn zu scheiben... Nur eine Vermutung, aber wenn ich mir die heutzutage vorherrschende Gesprächs- und Diskussionskultur so ansehe, eine sehr wahrscheinlich eintretende Reaktion. Schließlich bin ich mit meiner gleich folgenden persönlichen Meinung nicht linienkonform, vertrete nicht die gleichen Ansichten wie die lauten meinungs- und stimmungsmachenden Blasenbewohner unserer Stadt und folge auch keiner der derzeit angesagten und sozialmedial breitgetretenen Lebensideologien.

Was ich bin, ist ein Anwohner der größten städtebaulichen Schande Mönchengladbachs, eines mit den Jahren immer weiter gedeihenden Angstraumes und neben vieler anderer negativer Meilensteine auch eines unfassbaren olfaktorischen Alptraumes, geprägt vom Gestank der Pisse unzähliger Crystal Meth Süchtiger, die sich bei Tag und Nacht in den Ecken der außer städtischer Kontrolle geratenen Bauruine mit Namen Haus Westland versammeln, offen dealen und konsumieren.

Warum dieser Gruselbau immer noch steht, wissen nur der Liebe Gott, der Investor und die Verwaltung, die - obwohl sich bereits Teile von der Fassade gelöst haben und auf den Fußweg bzw. die Straße fielen - nicht wirklich viel unternimmt. Ja, ich weiss, die Stadt sagt dazu immer, dass sie nichts machen kann, aber warum konnte sie das dann bei anderen Gebäuden, die eine Gefahr für die Öffentlichkeit darstellten? Spontan fallen mir da die Mülforter Zeugdruckerei oder ein Wohnhaus auf der Sophienstraße ein. Wo ein Wille, da wäre sicher irgendwo ein Weg, aber wenn man die Düsseldorfer Besitzer des Schandflecks zum Abriß zwingen würde, gäbe es sicher negative Reaktionen hinsichtlich der weiteren Projektentwicklung des Standortes. Will man das? Wahrscheinlich nicht.

Das sind natürlich alles nur Mutmaßungen, aber das ist das Gute an einem Kommentar, er ist die persönliche Meinung des Autors. Ich will Ihnen gar nicht die Meinungen wiedergeben, die mir in den letzten Wochen in diversen Gesprächen zu dem Thema um die Ohren gehauen wurden... aber wie gut, dass die Entscheider ihre blasenbewohnenden Claqueure haben, da stimmt die Meinung

halt und man kann ruhig weiterträumen... Wer jetzt auf die Idee einer Bürgerbeteiligung kommt: klar, kann man mal wieder machen, gibts ja auch zu selten, aber da die Mehrheit leider den Mund nicht aufkriegt, stimmt da auch meistens nur der engagierte Freundeskreis ab. Bringt also nix neues...

Aber was wäre die Stadt ohne ihre sozial-kreative Projektentwicklungstruppe, die für jede Not und jeden Mißstand eine künstlerische Lösung aus dem Hut zaubert? Ganz nach dem Motto: „Leerstand? Ach, da machen wir Kunst rein“. Nun also „Gesundheitsgefährdender Drogenhotspot an innerstädtischer Bauruine? Ach, nicht schlimm, da machen wir Kunst dran“. Das Haus Westland wird nun also, außer von schwerst Drogensüchtigen und einigen wahrscheinlich auch nicht ganz so gesetzestreuern Bürgern, noch von jugendlichen Dosenkünstlern als Fläche zum Austoben der im Übermaß vorhandenen Kreativität frequentiert. Eine super Idee der Stadt, die sich bereits in einer Pressemitteilung (siehe Seite 8) gebührend medial beklatscht hat. Irgendwie habe ich so ein Bild vor Augen, von lauter Entscheidern, die sich lachend und voller Begeisterung ob dieses subkulturellen Geniestreichs gegenseitig auf die Schultern klopfen.

Die zugenagelte Alptraumimmobilie ist nun also stolzer Bestandteil der „Halls of Fame“ - den ansonsten sinnvollen, legalen Graffiti-Flächen im Stadtgebiet - an denen jeder, der will, seiner künstlerische Ader freien Lauf lassen kann. Wenn das nicht das perfekte Umfeld für den kreativen Jugendlichen von Heute ist, wo dann? Die Inspirationen für sozialkritische Werke liegen, spritzend, blutend und urinierend gleich um die Ecke oder sie hauen den jungen Künstlern erst mal eine rein, weil die goldene Spraydose oder das neue Smartphone so gut gefallen. Mit Spannung erwartet man auch den ersten Krankenwagen, der mal was anderes als Opfer von Drogen oder Gewalt vom Ort der neuen Innenstadtverbesserungsidee abtransportiert, nämlich die ersten Verletzten wegen herabfallender Fassadenteile. Davon, dass die sprayenden Kreativen am Haus Westland Schutzhelme tragen müssen, wie es an jeder noch so kleinen Baustelle vorgeschrieben ist, konnte ich nirgendwo etwas lesen. Wäre ja auch zu schwierig zu realisieren. Wenn die Künstler Bauarbeiter wären, würde die Berufsgenossenschaft zeitnah dort aufschlagen und den Bums dicht machen.

Vielleicht kann man die neue städtische Kunstaktionsfläche ja auch noch optimieren. Sichtachsen auf den wunderschönen Hauptbahnhof wurden ja bereits geschaffen. Was kann man also machen,

um die Aufenthaltsqualität an der größte „Leinwand“ der Stadt noch zu steigern? Klar, die letzte großartige Idee unserer Innenstadtverschönerer könnte hier - zumindest bis zum Abriß des Gebäudes - einen sinnvollen Platz finden, nämlich die innovativen Sitzmöbelensemble von der oberen Hindenburgstraße. Sie bieten ausreichend Platz für tolle Tags und Gesprächsgruppen aus jungen Künstlern, Drogendealern- und Beschaffungskriminellen, sie sind die ideale Lagerfläche für harte und weiche Suchtmittel, Diebesgut aber auch Sprayzubehör und dazu noch die perfekte Liegefläche bei der notärztlichen Erstversorgung im wahrscheinlichen Fall von Überdosis, Messer im Bauch oder Fassadenteil im Kopf. Natürlich mit integrierter Fahrrad-Repair-Station, falls das Spraydosentransportlastenrad mal eine Panne hat.

So wirklich wundert mich diese großartige Idee nicht, hat doch erst letztes Jahr ein Angehöriger der „Innenstadttinnovatoren“ in einer angeregten Diskussion in den Sozialen Medien erklärt, dass das beschmieren, taggen und besprayen von Verkehrsschildern sowie dem von den Anwohnern aufgestellten Mobiliar inklusive Bücherschrank ein zu akzeptierender Ausdruck von Jugendkultur sei. Nun ja, wer Straftaten (hier Sachbeschädigung gem. §303 SGB) mit Jugendkultur rechtfertigt, für den ist sicher auch der Drogenhotspot Nummer 1 in unserer Stadt die ideale Aktionsfläche, an der Kinder und Jugendliche kreativ tätig werden sollten.

Und wie ist das eigentlich mit dem Namen - Haus Westland! Klingt das nicht wie Haus Ostmark? Westland! Ostmark! Ähnlich oder? Müsste nicht auch eine Historikerkommission langsam mal beraten, ob der Name überhaupt für diese Stadt tragbar ist? Wenn man es schon nicht abreißen kann und jetzt neu gestalten lässt, müsste da nicht auch ein neuer Name her? Irgendwas politisch korrektes lässt sich doch sicher im städtischen Fundus ideologisch unbedenklicher Namen auftreiben. „Das bunte Haus“ zum Beispiel - klingt doch auch im Marketing direkt viel freundlicher.

Ich habe so viele Fragen, auch viele, die ich besser nicht stelle, aber ehrlich, wer auch immer diese Idee der legalen Graffiti-Fläche am Haus Westland ausgebrütet hat, war wohl des öfteren zur Ortsbesichtigung dort und hat vielleicht diverse Probchen sichergestellt, die dann „versehentlich“ Feuer gefangen haben, wodurch die Stimmung bei der Entscheidungsfindung etwas zu locker wurde... #knallnichtgehört

Ach ja - politisch bin ich übrigens immer noch in keine Richtung orientiert - ich finde alle gleich schwierig.

PER FERNLEHRGANG IN DIE FÜHRUNGSETAGE

SO GELINGT DER WEG INS GESUNDHEITS- ODER SOZIALMANAGEMENT



Foto: djd/IHK-Akademie Koblenz/Alex from the Rock - stock.adobe.com

Wer Karriere im Gesundheitswesen oder in der Sozialwirtschaft machen möchte, braucht dafür ein tiefgreifendes Fachwissen.

Der Fernlehrgang zum geprüften Fachwirt oder zur geprüften Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen beispielsweise wird von der IHK-Akademie Koblenz angeboten. Er vermittelt die notwendigen Fachkenntnisse in den Bereichen der Gesundheits- und Sozialpolitik, der Sozialge-

setzung sowie in ökonomischen und rechtlichen Themen. Damit sind die Teilnehmenden in der Lage, Führungsaufgaben in vielen Einsatzgebieten zu übernehmen. Der Fernlehrgang richtet sich besonders an Berufstätige, die Wert darauf legen, örtlich und zeitlich flexibel zu bleiben. Unter www.ihk-akademie-fernstudium.de findet man Informationen zu den genauen Inhalten.

Quelle: djd

EINHEITLICHE ANSPRECHSTELLE FÜR ARBEITGEBER

BERATUNG FÜR UNTERNEHMEN ZUR BESCHÄFTIGUNG VON MENSCHEN MIT SCHWERBEHINDERUNG

Die bereits etablierte und von den Unternehmen der Region geschätzte Fachberatung für Inklusion ist nun unter der Bezeichnung Einheitliche Ansprechstelle für Arbeitgeber (EAA) bei der Ausbildungs-GmbH der Industrie- und Handelskammer (IHK) Mittlerer Niederrhein verankert. Seit dem 1. Januar steht Dorothee Schartz für Fragen zur Beschäftigung von Menschen mit Schwerbehinderung zur Verfügung.



Foto: IHK Mittlerer Niederrhein

Die Fachberaterin informiert, berät und unterstützt Betriebe, die Menschen mit Behinderung ausbilden, einstellen oder weiterhin beschäftigen wollen. Dabei ist sie dauerhafte Ansprechpartnerin für die Betriebe im gesamten Prozess der Beschäftigung. „Das Angebot ist niedrigschwellig und kostenfrei – ein Anruf oder eine Mail genügen, um von mir beraten zu werden“, so Schartz. In der teils unübersichtlichen Förderlandschaft hat die Fachberaterin eine Lotsenfunktion inne, sie berät zu Fragen der Beschäftigungspflicht, zum Einsparpotenzial bei der Ausgleichsabgabe sowie zu möglichen Prämien und Zuschüssen.

Gerade Menschen mit einer Schwerbehinderung gehören zu den motiviertesten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Unternehmen. „Doch nicht jeder Betrieb bietet ihnen die Chance, ihr Potenzial unter Beweis zu stellen. Daher ist es – gerade in Zeiten des Fachkräftemangels – wichtig, dass die Unternehmen dieses Potenzial als Chance nutzen, um ihre freien Stellen mit hochqualifiziertem Personal zu besetzen“, sagt Schartz.

Die Leistungen der EAA werden aus der Ausgleichsabgabe finanziert und sind für ratsuchende Arbeitgebende kostenfrei, das Angebot erfolgt in Zusammenarbeit mit dem Landschaftsverband Rheinland (LVR).

Dorothee Schartz

Fachberatung für inklusive Ausbildung

Tel.: 02151 635-367

E-Mail: dorothee.schartz@mittlerer-niederrhein-gmbh.ihk.de



Foto: Scott Graham auf Unsplash

GEMEINSAM BERUFSAUSBILDUNG STÄRKEN

IHK AUSBILDER-CAMPUS IST AM START

Am 30. Januar ist der Ausbilder-Campus der Industrie- und Handelskammer (IHK) Mittlerer Niederrhein gestartet. Dieses digitale Netzwerk soll den regionalen Erfahrungsaustausch zwischen den Beteiligten an der Berufsausbildung fördern – egal, welche Aufgaben sie haben. Hier sollen Ausbilderinnen und Ausbilder, Ausbildungsbeauftragte sowie weitere Ausbildungs-Akteure aus den unterschiedlichen Berufssparten aufeinandertreffen.

„Unser Ziel ist es, gemeinsame Projekte und Initiativen zu identifizieren. Gemeinsam möchten wir die Berufsbildung in unserer Region fördern, indem wir den direkten Austausch mit den Akteuren suchen, Angebote bekannter machen, Innovationen vorantreiben, neue Themen aufgreifen und den Nachwuchs stärken“, sagt IHK-Hauptgeschäftsführer Jürgen Steinmetz.

Ab sofort können sich alle an der Ausbildung beteiligten Personengruppen aktiv in das neue digitale Ausbilder-Netzwerk der IHK Mittlerer Niederrhein einbringen. „Ob Firmeninhaber, Personalleiter, Ausbilder, Prüfer oder Berufsschullehrer: Alle sind herzlich willkommen, sich im Ausbilder-Campus zu diversen Fachthemen auszutauschen“, ergänzt IHK-Geschäftsführerin Daniela Perner.

Weitere Infos sowie die Möglichkeit zur Registrierung gibt es hier:

www.mittlerer-niederrhein.ihk.de/28578

NEUE FACEBOOK-GRUPPE DER IHK: AUSBILDUNGSPLATZ AM NIEDERRHEIN

Unter dem Motto „Gemeinsam für die Ausbildung: Wir bringen die Wirtschaft und junge Menschen am Niederrhein zusammen“ ist der Bereich Ausbildung der IHK Mittlerer Niederrhein schon seit Längerem in den sozialen Medien aktiv. Neu hinzugekommen ist jetzt die Facebook-Gruppe „Ausbildungsplatz_am_Niederrhein“.

In dieser Gruppe geht es um Ausbildungsangebote aus Krefeld, Mönchengladbach, dem

Rhein-Kreis Neuss und dem Kreis Viersen. Unternehmen aus der Region sind eingeladen, ihre Ausbildungsplatzangebote zu posten. Und Jugendliche, Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können hier nach entsprechenden freien Ausbildungsstellen suchen.

Die Facebook-Seite ist zu finden unter:

www.facebook.com/IHKAusbildungMNR

HINDENBURGER



Foto: de.123rf.com/profile_luckybusiness

Mediengestalter/in

m/w/d (Teilzeit / 40 Std./Monat)

Du hast Erfahrung im Editorial Design und unbändige Lust Deine kreativen Spuren in unserer seit 2006 erscheinenden Stadtzeitschrift zu hinterlassen und sie visuell, grafisch und typografisch mit weiterzuentwickeln? InDesign, Photoshop und Illustrator beherrschst Du natürlich aus dem FF und auch bei den aktuellen Grafikrends bist Du auf Stand?

Dann komm ins **HINDENBURGER**-Team, denn wir haben noch viel vor!

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf www.hindenburger.de/jobs.html



Wir freuen uns auf Dich!



Komm zu uns als Pflegefachkraft: mariahilf.de/pflege



Patricia M. Kinderkrankenschwester, Stationsleitung

„Pflege braucht Teamplayer ...

in den Kliniken Maria Hilf stärken wir uns deshalb gegenseitig im Team den Rücken.“

Kliniken Maria Hilf
Mönchengladbach ●●●

Arbeiten bei der Nummer 1.

GET YOUR KICKSMSTART

Mach den ersten großen Schritt deiner beruflichen Laufbahn bei uns! SMS group bietet dir exzellente Ausbildungsmöglichkeiten in einem technologisch anspruchsvollen, zukunftsorientierten, internationalen Unternehmen. An unserem Standort Mönchengladbach bilden wir ab Sommer 2023 folgende Berufe aus:

- > Zerspanungsmechaniker (m/w/d)
- > Industriemechaniker (m/w/d)
- > Elektroniker (m/w/d) für Betriebstechnik
- > Mechatroniker (m/w/d)
- > Technischer Produktdesigner (m/w/d)
- > Industriekaufmann (m/w/d)
- > Fachinformatiker (m/w/d)
FR Anwendungsentwicklung oder Systemintegration
- > Kaufmann für Digitalisierungsmanagement (m/w/d)

Ein Studium ist in fast allen Bereichen möglich – ausbildungsbegleitend oder nach deiner Ausbildung!

In deinem Studium läuft es nicht ganz so rund? Dann finde bei uns eine Alternative und starte deinen neuen Weg als Praktiker:In.

Weitere Infos findest du hier: <https://www.sms-group.com/ausbildung>



Tag der Ausbildung
Samstag, 23.9.2023
Save the date

Geh mit uns auf Erfolgskurs – von Anfang an!

INNOVATE METAL. INNOVATE YOURSELF.

JOB MIT ZUKUNFT GESUCHT

DIE AUSBILDUNG ZUR PTA ERÖFFNET VIELE CHANCEN FÜR ABWECHSLUNGSREICHE TÄTIGKEITEN



Foto: djf/linda

Als PTA in der Apotheke verfügt man über umfangreiches Fachwissen - der Beruf genießt daher großes Ansehen.

Was möchte ich beruflich machen? Vor dieser Frage stehen viele Menschen – sei es, wenn nach Schulabschluss die richtigen Weichen gestellt werden sollen, oder auch, wenn eine Veränderung in der bisherigen Laufbahn gewünscht ist. Sicher soll der Job sein, Zukunft haben und dabei natürlich Spaß machen und Abwechslung bieten. Da fällt die Entscheidung oft schwer, vor allem wenn man nicht einschätzen kann, was einen nach der Ausbildung erwartet. Hilfreich sind da die Erfahrungen derjenigen, die bereits voll in der jeweiligen Arbeitswelt stehen. So schwärmt etwa Sabrina Alff von ihrem Job als pharmazeutisch-technischer Assistentin (PTA) in einer Linda Apotheke in Köln: „Mein Beruf macht mir sehr viel Freude. Ich liebe es, die Kunden am Handverkaufstisch zu beraten, Menschen zuzuhören und mich dabei auch persönlich immer weiterzuentwickeln.“

„Man muss eine Vertrauensperson sein“

In der Tat sind Kontaktfreudigkeit, Einfühlungsvermögen und Geduld entscheidende Voraussetzungen für den PTA-Beruf. „Man muss eine Vertrauensperson sein. Wir sind nach dem Arzt der nächste Ansprechpartner“, meint die Expertin. Ebenso wichtig ist ein grundlegendes Interesse an Naturwissenschaften wie Botanik, Biologie und Chemie, die etwa bei der Arzneimittelher-

stellung unerlässlich sind. „Die Arbeit im Labor macht besonders viel Spaß“, erklärt dazu Sabrina Alff. „Gerade bei den aktuell bestehenden Lieferengpässen stellen wir viele Mittel wie Zäpfchen, Fiebersäfte, Salben, Augentropfen und Kapseln selbst her.“ Zu den weiteren Tätigkeiten gehören Dokumentation und Qualitätsmanagement in der Apotheke. In Linda Apotheken können sich PTAs zudem weiterentwickeln und verantwortungsvolle Aufgaben übernehmen. Zum Beispiel kümmern sie sich um die Umsetzung von Marketing-Kampagnen und Verkaufsaktionen sowie um die Optimierung der Leistungen und den Kundenservice.

Die Fachkräfte sind stark gefragt

Die Ausbildung zur PTA erfolgt über zwei Jahre an einer Schule mit anschließendem halbjährigem Praktikum in der Apotheke. Anlaufstellen in Wohnortnähe finden Interessierte etwa unter www.linda.de. Danach besteht nahezu eine Jobgarantie, denn die Fachkräfte werden auf dem Arbeitsmarkt händeringend gesucht. Das gilt vor allem direkt in den Apotheken, aber auch in der Pharmaindustrie, bei Krankenkassen, Versicherungen, Gesundheitsämtern, in Laboren oder Blisterzentren.

Quelle: djf

GASTROJOBS BIETEN UND FINDEN REGIONALE JOB-BÖRSE FÜR DIE GASTRONOMIE

Bereits vor Corona wurde es für die Gastronomie immer schwieriger Personal zu finden, eine Herausforderung die im Laufe der Pandemie stetig größer wurde, nicht zuletzt beschleunigt durch Zwangsschließungen, massive Einschränkungen und Reglementierungen. Planungssicherheit war für die Angestellten im Gastgewerbe - ob Vollzeit, Teilzeit oder Minijob, ob Küche oder Service - nicht mehr gegeben und viele suchten sich neue Betätigungsfelder. Auch wurden andere, lange bestehende Probleme der Branche durch diese Entwicklungen sichtbarer und auch im öffentlichen Bewusstsein präsenter, so etwa die oft schwierige Thematik der Bezahlung.

Seit 2021 unterstützt der HINDENBURGER mit einem eigenen Projekt, der online **GastroJob-Börse**, Unternehmen aus Gastgewerbe und Hotellerie, sowie Arbeitssuchende dabei, zusammen zu finden und das für alle Beteiligten kostenlos.

Unter gastrojobs.hindenburger.de oder über den Button „Jobbörse“ auf hindenburger.de erreichen Interessierte das rein digitale Angebot mit aktuellen Stellenausschreibungen regionaler Gastronomie-Unternehmen. Diese können offene Stellen einfach und kostenlos über ein ebenfalls in der JobBörse verlinktes Formular melden. Alle eingehenden Stellenangebote werden von den Hindenburger-Mitarbeitern geprüft und nach Verifizierung veröffentlicht. Arbeitssuchende haben danach die Möglichkeit sich für sie passende Jobangebote mittels diverser Filter anzeigen zu lassen.

Ist ein Jobangebot nicht mehr aktuell, kann man dies über einen entsprechenden Button auf den Detailseiten melden. Auch Abmeldungen werden vor dem Löschen einer ausgeschriebenen Stelle vom Hindenburger-Team verifiziert.

Direkt zur HINDENBURGER GastroJob-Börse gastrojobs.hindenburger.de



HINDENBURGER
GastroJob-Börse
für Mönchengladbach
und Umland



Stellenangebote
in Gastronomie
und Hotellerie
inserieren
und finden

★★★
**KOSTENLOS
INSERIEREN**
★★★



gastrojobs.hindenburger.de

NEUES ANGEBOT FÜR STUDIENANFÄNGER

HOCHSCHULE NIEDERRHEIN FÜHRT AB SOMMER ORIENTIERUNGSSEMESTER EIN



Foto: Dom Foulunplash.com

Deutschlandweit gibt es unzählige Studiengänge. Allein an der Hochschule Niederrhein können Interessierte aus über 80 verschiedenen Bachelor- oder Mastervarianten wählen. Wer sich nicht gleich festlegen kann oder unsicher ist, ob der anvisierte Studiengang für die Folgejahre der richtige ist, für den hat die Hochschule Niederrhein ein komplett neues Angebot geschaffen:

Das Orientierungssemester

Es startet zum Sommersemester 2023 und richtet sich an alle, die sich für Ingenieurwissenschaften bzw. technische Themen begeistern. Ab sofort und noch bis zum 15. März können sich Interes-

sierte für einen von insgesamt acht Bachelorstudiengängen aus den vier Fachbereichen Chemie, Elektrotechnik und Informatik, Maschinenbau und Verfahrenstechnik sowie Wirtschaftsingenieurwesen einschreiben.

In dem Orientierungssemester sollen die Studierenden herausfinden, ob sie sich im gewählten Studiengang wohlfühlen. Gerade für diejenigen, die nach dem Schulabschluss erst mal einen anderen Weg eingeschlagen haben und ein Jahr lang Work & Travel im Ausland oder ein Freiwilliges Soziales Jahr gemacht haben, dürfte der Start zum Sommersemester ein willkommener Pluspunkt sein.

Zum Ablauf:

Die Regelstudienzeit wird durch das Orientierungssemester um ein halbes Jahr auf sieben Semester verlängert, so dass eine normale Einschreibung ins Studium möglich ist. Es startet im Sommersemester, also vor Start des normalerweise sechssemestrigen Bachelor-Studiengangs. In dieser Zeit werden verschiedene Module durchlaufen und 30 Creditpoints gesammelt.

Zu den Inhalten zählen unter anderem Nachhaltigkeit und Technik, Mathematik in Anwendungen, technisches Englisch oder eine andere Fremdsprache sowie ein interdisziplinäres Modul, durch das die Studierenden Einblicke in alle beteiligten Fachbereiche bekommen. „All dies bietet die Chance, im Orientierungssemester die richtige ingenieurwissenschaftliche Disziplin für sich zu finden und das reguläre Bachelorstudium dann zum Wintersemester zu beginnen“, sagt Hochschulpräsident Dr. Thomas Grünewald.

Bewerbungen sind ab sofort möglich über das Bewerbungsportal auf der Homepage der Hochschule Niederrhein unter <https://www.hsnr.de/orientierungssemester>

Gewählt werden kann aus folgenden Bachelorstudiengängen:

- Bachelor Chemie und Biotechnologie
- Bachelor Chemieingenieurwesen
- Bachelor Elektrotechnik
- Bachelor Informatik Bachelor Maschinenbau
- Bachelor Mechatronik
- Bachelor Verfahrenstechnik
- Bachelor Wirtschaftsingenieurwesen

Mach Dich auf den Weg in Deinen Traumjob!

Städtische Kliniken Mönchengladbach

Im Eli arbeitest Du mit Top-Medizin, erlebst Anerkennung und echtes Feedback für Deine Arbeit und bekommst eine erstklassige Ausbildung. Für uns sind Respekt, Verantwortung und Freundlichkeit die Grundlagen unserer Arbeit. Wir freuen uns auf Dich!

Du willst mit Kindern arbeiten? Dann bewirb Dich für eine Ausbildung als Pflegefachmann oder Pflegefachfrau mit der Vertiefung Kinderheilkunde. Unsere Ausbildung startet am 1. April. **Informiere und bewirb Dich hier:**

Menschen ... sind uns wichtig!

Wenn es im Job um Menschen geht, ist nicht immer alles einfach, aber es macht immer Sinn – für deine Persönlichkeit, deine Zukunft, dein Team und die Menschen, für die du da bist!

Wir suchen kontinuierlich **examinierte Pflegefachkräfte, Pflegehelfer sowie Pflegefachassistenten (w/m/d)** und wir bilden aus.

Folgende Ausbildungsberufe kannst du bei uns erlernen:

- Pflegefachmann (w/m/d), 3-jährige generalistische Ausbildung
- Pflegefachassistent (w/m/d), 1-jährige generalistische Ausbildung
- Koch (w/m/d)
- Kaufmann im Gesundheitswesen (w/m/d)

Caritasverband Region Mönchengladbach e.V.
 Telefon: 02161 8102-27
 E-Mail: bewerbung@caritas-mg.de
www.caritas-mg.de

Herzlich gern.



Mittwoch
29. März 2023

Darmkrebs: Prävention und Vorsorge

Aktuelles dazu, wie eine gesunde Lebensführung und frühzeitige Vorsorgeuntersuchungen vor Darmkrebs schützen können.

Prof. Dr. med. Ullrich Graeven,
Chefarzt der Klinik für Hämatologie,
Onkologie und Gastroenterologie

19 Uhr | Forum

Freie Zuwegung über Seiteneingang
Gebäude C an Parkplatz P 3
Hier kostenloses Parken

Viersener Str. 450
41063 Mönchengladbach

Der Eintritt ist frei.
www.mariahilf.de



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

GESUNDHEIT AKTUELL VORTRAGSREIHE | 2023

RATGEBER

DIE PRIVATE ENERGIEWENDE FINANZIEREN

DAS SOLLTEN HAUSBESITZER BEI DER ANSCHAFFUNG EINER PHOTOVOLTAIKANLAGE BEACHTEN



Foto: djd/Dr. Klein Privatkunden/Getty Images/oltra45

Sonnige Aussichten für Besitzer von Photovoltaikanlagen: Sie leisten einen eigenen ökologischen Beitrag zur Energiewende und können ihre Stromkosten senken.

sie das Vorhaben über einen Ratenkredit finanzieren möchten. Dieser muss innerhalb von maximal zehn Jahren zurückgeführt werden. Außerdem veranschlagen die Banken vergleichsweise hohe Zinssätze. „Somit kommen monatliche Raten zustande, die sich viele nicht zumuten möchten“, weiß Olga Magunia, Spezialistin für Baufinanzierung bei Dr. Klein in Wiesmoor-Aurich. Als gute Alternative für den Ratenkredit empfiehlt sie beispielsweise Blankodarlehen, die von Bausparkassen vergeben werden. Dabei handelt es sich um vorfinanzierte Bausparverträge: Darlehensnehmer erhalten ihren Kredit direkt bei Abschluss und müssen nicht die Ansparphase abwarten. Die Expertin erläutert den Vorteil: „Kreditnehmer können bei einem Blankodarlehen lange Laufzeiten wählen und die Photovoltaikanlage zum Beispiel über 20 Jahre finanzieren. Dadurch wird die monatliche Rate deutlich geringer und somit leichter tragbar.“

In einem Rutsch: Die Anschlussfinanzierung nutzen

Eigentümer, bei denen demnächst ohnehin eine Anschlussfinanzierung für ihre Immobilie ansteht, können diesen Zeitpunkt zusätzlich für die Anschaffung einer Photovoltaikanlage nutzen. „Darlehensnehmer können die zu finanzierende Restschuld um die Kosten der Anlage aufstocken. So müssen sie weiterhin nur einen Kredit bedienen und können die Konditionen einer Baufinanzierung auch für die Investition in die Solarstromgewinnung verwenden“, erklärt die Spezialistin von Dr. Klein weiter. Ob Ratenkredit, Blankodarlehen oder Anschlussfinanzierung – wie auch bei Immobilien ist die finanzielle Lösung stets individuell zu prüfen. Ungebundene Finanzierungsexperten können Interessenten persönlich beraten und unterschiedliche Möglichkeiten durchrechnen.

Quelle: djd

Ob aus ökologischen oder wirtschaftlichen Motiven: Photovoltaikanlagen stehen hoch im Kurs und trugen laut Statista im Jahr 2022 mit knapp elf Prozent zur Bruttostromerzeugung in Deutschland bei – fast eine Verdoppelung innerhalb von fünf Jahren. Viele Eigenheimbesitzer beschäftigen sich mit den Möglichkeiten, das Gebäudedach mit einem eigenen Ökokraftwerk auszurüsten. Denn wer selbst Strom erzeugt, macht sich unabhängiger von steigenden Energiepreisen. Zudem wertet eine Solaranlage das Eigenheim auf, viele Banken messen der Immobilie dadurch einen höheren Wert bei.

Anschaffungskosten sind eine große Hürde

Allerdings ist die Anschaffung nicht gerade günstig: Photovoltaikmodule, Speicher und Installation schlagen abhängig von den Dimensionen der Anlage mit rund 25.000 bis 50.000 Euro zu Buche. Das lässt viele Hausbesitzer zögern, vor allem wenn



**OB VERMIETUNG, KAUF ODER VERKAUF,
WIR SUCHEN DAS OPTIMALE ERGEBNIS.**

G.Obrock
Immobilien- u.
Finanzierungsvermittlung GmbH

- Möchten Sie Ihre Immobilie zum höchstmöglichen Preis verkaufen?
- Möchten Sie sich räumlich verändern? Beispielweise vom Haus zur Eigentumswohnung oder seniorenrechtliches Wohnen?

www.obrock.de
Telefon: 02161 / 2 47 59-0
E-Mail: info@obrock.de



UMGANG MIT FINANZEN LERNEN

KINDER ENTWICKELN SCHON FRÜH INTERESSE AM GELD, ELTERN SOLLTEN DAS FÖRDERN

Eltern haben einen entscheidenden Einfluss darauf, wie gut ihre Kinder später mit Geld wirtschaften können. Ein in regelmäßigen Abständen an die Kinder oder Jugendlichen ausgezahltes Taschengeld ist die effektivste Methode, um ein vernünftiges Gefühl für Finanzen und einen differenzierten Blick dafür zu vermitteln. Taschengeld sollte dabei Geld sein, das der Nachwuchs in der Regel so ausgeben kann, wie es ihm gefällt. Ob die Kinder sich davon Comics kaufen oder ab und an bei Süßigkeiten schwach werden: Kritik sollte zunächst weitestgehend zurückgehalten werden, um einen Lernprozess im Umgang mit Geld nicht im Keim zu ersticken. Mehr Informationen zum Thema gibt es im Internet beispielsweise auf der Seite www.jugend-und-finanzen.de. (Quelle: djd)

WIE ERKENNE ICH MANIPULATION IM NETZ?

MIT EINFACHEN TRICKS VERFÄLSCHTE BILDER, VIDEOS UND AUDIOS ENTLARVEN

Foto: djd/www.teachtoday.de/Rohappy/Shutterstock



Das eigene Gesicht auf den Körper des Freundes projizieren? Face-Swapping-Apps machen Spaß. Doch die Technik wird weltweit genutzt, um gezielt Falschinformationen zu streuen. Mit ein paar Tricks lassen sich sogenannte Deepfakes entlarven.

Welche das sind, hat zum Beispiel Teachtoday, eine Initiative der Deutschen Telekom, gesammelt. So soll man darauf achten, ob die Belichtung stimmt oder es verwaschene Konturen gibt. Gefälschte Stimmen haben oft einen monotonen, metallischen Klang. Auf www.teachtoday.de gibt es einen Entscheidungsbaum, der hilft, zu erkennen, ob es sich bei einem Video um einen Deepfake handelt. Bei Bildern raten die Experten, die Bilderrückwärtsuche zu nutzen. Und immer zu hinterfragen, ob Aussagen und Handlungen zu der jeweiligen Person passen. (Quelle: djd)

VOLLER WERBUNGSKOSTENABZUG FÜR ARBEITZIMMER IN GEMEINSAMER MIETWOHNUNG

URTEIL DES FINANZGERICHTS DÜSSELDORF

Steuerzahler, die Zuhause arbeiten, können die Kosten für das häusliche Arbeitszimmer in bestimmten Fällen als Werbungskosten oder Betriebsausgaben von der Steuer absetzen. Dies gilt auch, wenn sich Partner in einer nichtehelichen Lebensgemeinschaft die Kosten teilen.

In einem konkreten Fall urteilte das Finanzgericht Düsseldorf (Az.: 3 K 2483/20 E vom 9. September 2022) noch zur alten Rechtslage bis einschließlich 2022.

Ein angestellter Vertriebsleiter mietete mit seiner Partnerin, mit der er nicht verheiratet war, ein Einfamilienhaus mit einer Wohnfläche von 150 m² zu eigenen Wohnzwecken an. Darin befanden sich u. a. zwei 15 m² große Zimmer, von denen jeder eines als Arbeitszimmer nutzte. In der Einkommensteuererklärung machte der Vertriebsleiter Aufwendungen für ein Arbeitszimmer als Werbungskosten geltend. Das Arbeitszimmer bildete den Mittelpunkt seiner beruflichen Tätigkeit. Das Finanzamt ließ jedoch nur die Hälfte der Werbungskosten für das Arbeitszimmer zum Abzug zu und begründete dies damit, dass er die Kosten nur zu Hälfte getragen habe. Dagegen wandte sich der Steuerzahler und erhielt vom

Finanzgericht Recht. Abzugsfähig seien die geltend gemachten Aufwendungen in voller Höhe. Nutzt ein Mieter einen Raum zur Einkünfterzielung alleine, dann sind die auf diesen Raum entfallenden Aufwendungen bei ihm in voller Höhe als Werbungskosten oder Betriebsausgaben abzugsfähig, sofern der Nutzende Aufwendungen in mindestens dieser Höhe getragen hat.

In den Fällen, in denen Arbeitnehmer nicht nur die Pauschale von 1.250 Euro oder neu 1.260 Euro geltend machen wollen, muss weiterhin ein separates häusliches Arbeitszimmer zur ausschließlichen beruflichen Nutzung vorliegen. Zudem muss der Mittelpunkt der Tätigkeit hier liegen. Die Kosten für die gesamte Wohnung sollten dokumentiert werden, so kann der Anteil für das häusliche Arbeitszimmer voll als Werbungskosten berücksichtigt werden, rät der Bund der Steuerzahler.

Einen ausführlichen Überblick zum Thema häusliches Arbeitszimmer gibt der BdSt-Ratgeber Nr. 38 „Häusliches Arbeitszimmer“. Er kann per E-Mail an bestellung@steuerzahler-nrw.de oder telefonisch unter 0211 99175-42 kostenlos bestellt werden.

Quelle: Bund der Steuerzahler NRW

RECHTSSICHER IN DIE EIGENEN VIER WÄNDE

VERBRAUCHERRECHTE AM BAU ABSICHERN UND DURCHSETZEN

Der Gesetzgeber hat die Verbraucherrechte für private Bauherren bereits vor einigen Jahren deutlich gestärkt. Doch viele „Häuslebauer“ sind über ihre Rechte nicht umfassend im Bilde, beobachtet der

Bauherren-Schutzbund e.V. (BSB). Zugleich stellt der BSB in der Praxis immer wieder fest, dass viele Bauverträge nach wie vor Passagen und Klauseln enthalten, die nicht der aktuellen Rechtslage entsprechen. Viele Bau- und Leistungsbeschreibungen sind unvollständig oder enthalten ungenaue Angaben, berichtet BSB-Pressesprecher Erik Stange. Er empfiehlt daher, Verträge vor der Unterzeichnung unabhängig prüfen zu lassen und gegebenenfalls nachzuverhandeln. Unter bsb-ev.de gibt es dazu mehr Infos sowie Adressen von unabhängigen Bausachverständigen und Vertrauensanwälten in ganz Deutschland. (Quelle: djd)

Foto: djd/Bauherren-Schutzbund



STRAFBEFEHL - DIESE (GEPLANTE) ÄNDERUNG SOLLTEN SIE KENNEN!

Derzeit wird die Ausweitung des Strafbefehlsverfahrens diskutiert, wonach Freiheitsstrafen künftig nicht nur wie bisher bis zu einem Jahr, sondern bis zu zwei Jahren auf Bewährung verhängt werden könnten. Und das ohne Hauptverhandlung „per Brief“. Beschuldigten droht eine ggf. beträchtliche Strafe, ohne jemals auch nur ein Gericht von innen gesehen zu haben.

Sollte es darüber hinaus – wie in der Praxis durchaus gängig – zu zeitlich kurz aufeinanderfolgenden (weiteren) Verurteilungen kommen, welche die Bildung einer Gesamtstrafe zuließen, stünde sogar eine Haftstrafe ohne Bewährung im Raum.

In meiner täglichen Praxis stellt es zudem keine Seltenheit dar, dass viele Beschuldigte gar nicht oder viel zu spät Kenntnis von dem Inhalt des Strafbefehls erhalten. Oder sie unterliegen dem Trugschluss, sich um den Strafbefehl „später noch zu kümmern“.

Fakt ist jedoch: Die Einspruchsfrist gegen einen Strafbefehl beträgt lediglich 14 Tage ab Zustellung. Innerhalb dieser Frist muss der Einspruch nicht nur abgesetzt, sondern beim zuständigen Gericht eingegangen sein.

Ob der Einspruch gegen den Strafbefehl vollumfänglich eingelegt werden oder auf die Rechtsfolgen beschränkt werden sollte und aber ob die vorgeschlagene Strafe für Sie sogar die „günstigste Lösung“ darstellt, ist für den Beschuldigten nach meiner praktischen Erfahrung oft kaum zu überblicken. Wenden Sie sich daher unbedingt an Ihren Strafverteidiger des Vertrauens, der die für Sie beste Lösung mit Ihnen erarbeiten wird



Foto: RA Kolb

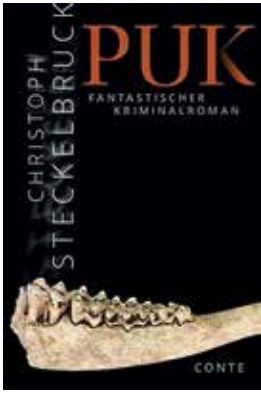
KOLB
STRAFVERTEIDIGUNG

Rechtsanwalt Peter Kolb

Am Landgericht 6 | 41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 - 46 24 90

www.recht-kolb.de



Christoph Steckelbruck
PUK

Conte Verlag
186 Seiten | 15,- €
ISBN: 978-3-95602-212-8

Was geht vor in Reifenbach? Wer geht um in Reifenbach? Zwei bizarre Leichenfunde, ein ewiger Sitzenbleiber, eine sorgenvolle Mutter und nicht

zuletzt das merkwürdige Verhalten eines Backenzahns sind die Zutaten für einen der seltsamsten und unheimlichsten Fälle des Ermittlerduos Magrot und Koblenzka. Eine übelriechende, silbrige Substanz, der in Seide verpackte Zahn einer Kuh und der geheime Keller eines Richters führen die beiden langsam auf die Spur des Täters. Und sie erkennen, dass man manchmal rückwärts gehen muss, um voranzukommen.

Ein „fantastischer Kriminalroman“ des Mönchengladbacher Autors Christoph Steckelbruck.

EMPFOHLEN VON



ANTIQUARIAT AM ST. VITH
Rathausstr. 10 | 41061 Mönchengladbach
www.antiquariat-am-stvith.de



Erica Ferencik
EIN LIED VOM ENDE DER WELT

Goldmann Verlag
384 Seiten | 24,- €
ISBN: 978-3-442-31678-6

Vor nicht allzu langer Zeit verlor Linguistin Val ihren Bruder auf einer Forschungsstation im grönländischen Eis. Sie bekommt einen Anruf von Wyatt, Mentor und Vorgesetzter ihres Bruders auf der Station, der ein Mädchen im Eis gefunden hat, das keine

der bekannten grönländischen Sprachen spricht. Aufgrund ihres Fachgebietes möchte er, dass Val nach Grönland kommt, um die Sprache des Mädchens zu erforschen. Sich ihren Ängsten stellend bricht sie also auf ins Eis, wo sie sich nicht nur mit dem Rätsel um das sonderbare Mädchen konfrontiert sieht, sondern auch mit den Wutausbrüchen Wyatts. Dieser drängt sie immer rigoros, doch endlich Fortschritte mit ihrer Arbeit zu machen, so als verheimliche er ihr etwas. Die Erforschung der Sprache und Kultur des kleinen Mädchens ist schließlich auch wichtig für weitere Erkenntnisse über den Tod um Vals Bruder und letztendlich entflammt ein Kampf ums Überleben. Erica Ferencik schafft es, dem Leser die Einsamkeit der Eiswüste näher zu bringen, gleichzeitig aber auch eine Schönheit und Faszination für das Unerforschte durch das Mädchen mitschwingen zu lassen. Der Mix aus Realität, Angst, Hoffnung und auch ein bisschen Fantastischem macht dieses Buch zu einer wunderschönen Lektüre.

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT
Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach
www.buchhandlung-degenhardt.de



Milena Michiko Flasar
OBEN ERDE, UNTEN HIMMEL

Wagenbach Verlag
296 Seiten | 26,- €
ISBN: 978-3-8031-3353-3

Diese Autorin ist für uns Leser keine Unbekannte. Man erinnert sich an ihr Erfolgsdebüt „Ich nannte ihn Krawatte“. Flasars Mutter ist Japanerin, somit

siedelt sie die Inhalte ihrer Bücher gerne in der japanischen Kultur und Lebensweise an. Sie ist inspiriert von den fernöstlichen Traditionen, was stets gekonnt in die Texte einfließt. Beim Schreiben wandelt sie auf den Spuren ihrer japanischen Vorfahren, und so haben wir das Glück, Suzu, die ungewollte Heldin dieses Romans, kennenzulernen. Sie arbeitet bei Herrn Sakai, der einen Putztrupp für besondere Aufgaben beschäftigt. Die Städte wachsen stetig und mit ihnen die Anonymität. In den japanischen „Ein-Mensch-Haushalten“ wird nicht nur allein gelebt, sondern oft auch einsam gestorben, unbeachtet von der Umgebung. Sakais Truppe ist auf solche Todesfälle, sie heißen „Kodokushi“, spezialisiert. Mit großer Achtsamkeit und Ehrfurcht räumen sie diese Orte auf und erweisen den Toten eine wahrhaft letzte, sehr besondere Ehre. Dieser Roman über „die letzten Dinge“ ist berührend, aufrüttelnd, charmant exotisch und trotz intensiver Todesnähe sehr, sehr lebendig.

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG WACKES
Korschenbroicher Str. 81 | 41065 Mönchengladbach
www.wackes-buch.de



Ursula Fricker
GESUND GENUG

Atlantis Verlag
234 Seiten | 24,- €
ISBN: 978-3-7152-5012-0

Als bei Hanne in Berlin das Telefon klingelt, ahnt sie, was kommt. ihr Vater liegt im Sterben. „Kann man einmal sehen“, hat der Gesundheitsfanatiker

immer mit Genugtuung gesagt, wenn es andere erwischte. Alle hat er mit seinem Biowahn und Reinlichkeitsfimmel terrorisiert und die Familie zu einer Sekte gemacht. Jetzt hat er Darmkrebs im Endstation und Hanne erinnert sich an seinem Sterbebett an ihr Erwachsenwerden jenseits des väterlichen Diktats.

Gesund genug ist ein Roman über eine „bio-dynamische“ Radikalisierung und das Scheitern am eigenen Anspruch.

Ursula Fricker erzählt berührend von den letzten Geheimnissen zwischen einer Tochter und ihrem Vater.

EMPFOHLEN VON



PROLIBRI
Zur Burgmühle 20 | 41199 MG -Odenkirchen
www.prolibri-buchladen.de



Kai Meyer
Die Bücher, der Junge und die Nacht

Droemer Knaur
 496 Seiten | 22,- €
 ISBN: 978-3-426-22784-8

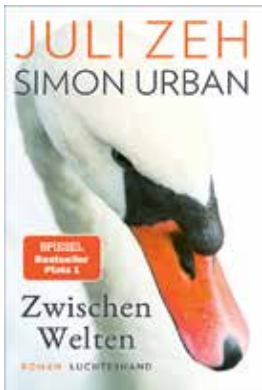
Leipzig 1933: Hitler ist auf dem Vormarsch und auch der junge Buchbinder Jakob Steinfeld hat mit dem Machtwechsel zu kämpfen. Als eines Tages eine rätselhafte Dame bei ihm auftaucht und ihn bittet, ein geheimes Manuskript zu binden, ist Jakob der hübschen Juli sofort verfallen, auch wenn diese nach einigen Treffen spurlos verschwindet.

München 1970er: Auch Jakobs Sohn Robert hat sein Leben den Büchern verschrieben. Ein Auftrag führt ihn in die Privatbibliothek der berühmten Pallandts. Nicht ahnend, wie eng die Geschichte der Familie mit seiner eigenen verbunden ist, gerät er immer mehr in einen Strudel von Geheimnissen. Robert hat kaum Erinnerungen an seine Kindheit, die er in Gefangenschaft verbrachte, bis er in der Nacht, in der Leipzig und das ganze Graphische Viertel brannte, von einem Fremden befreit wurde. Kai Meyer entführt jugendliche und erwachsene Buchliebhaber in die Gassen Leipzigs und Robert auf die Spur seiner Eltern und der eigenen Vergangenheit.

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT
 Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach
www.buchhandlung-degenhardt.de



Juli Zeh, Simon Urban
ZWISCHEN WELTEN

Luchterhand
 448 Seiten | 24,- €
 ISBN: 978-3-630-87741-9

Zwanzig Jahre sind vergangen: Als sich Stefan und Theresa zufällig in Hamburg über den Weg laufen, endet ihr erstes Wiedersehen in einem Desaster. Zu Studienzeiten waren sie wie eine Familie füreinander, heute sind kaum noch Gemeinsamkeiten übrig.

Stefan hat Karriere bei Deutschlands größter Wochenzeitung DER BOTE gemacht, Theresa den Bauernhof ihres Vaters in Brandenburg übernommen. Aus den unterschiedlichen Lebensentwürfen sind gegensätzliche Haltungen geworden. Stefan versucht bei seiner Zeitung, durch engagierte journalistische Projekte den Klimawandel zu bekämpfen. Theresa steht mit ihrem Bio-Milchhof vor Herausforderungen, die sie an den Rand ihrer Kraft bringen.

Die beiden beschließen, noch einmal von vorne anzufangen, sich per E-Mail und WhatsApp gegenseitig aus ihren Welten zu erzählen. Doch während sie einander näherkommen, geraten sie immer wieder in einen hitzigen Schlagabtausch um polarisierende Fragen wie Klimapolitik, Gendersprache und Rassismuskritik. Ist heute wirklich jeder und jede gezwungen, eine Seite zu wählen? Oder gibt es noch Gemeinsamkeiten zwischen den Welten? Und können Freundschaft und Liebe die Kluft überbrücken? (Quelle: Verlag)

HINDENBURGER



Redakteur/in
 m/w/d (freie Mitarbeit)

Dein Herz schlägt für den Lokaljournalismus und Du möchtest den Menschen aus Mönchengladbach und der Region jeden Monat spannende, exklusive Geschichten aus ihrem und über ihr Lebensumfeld erzählen? Du möchtest Menschen und Macher vorstellen, Aktionen und Projekte redaktionell begleiten und mit Deiner journalistischen Arbeit Impulse geben, die dabei helfen, dass sich in Mönchengladbach und der Region etwas Positives entwickelt und langfristig festigt?

Dann komm ins **HINDENBURGER**-Team, denn das machen wir seit 2006!

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf
www.hindenburg.de/jobs.html



Wir freuen uns auf Dich!



»Volksverein Mönchengladbach«
 gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®

Möbel und geprüfte E-Geräte | Kleinfurnituren | Kleidung | Rapsöl | Glas Keramik Hausrat | Bücher Spiele CDs | Accessoires

second hand 6 mal in unserer Stadt

Möbelhalle: Geistenbecker Str. 107 41199 MG-Geistenbeck
Kleiderläden: Geistenbecker Str. 118 41199 MG-Geistenbeck
 St. Helena-Platz 7 41179 MG-Rheindahlen
 Eickener Str. 141-147 41063 MG-Eicken
 Roermonder Str. 56-58 41068 MG-Waldhausen
 Dünner Str. 173 41066 MG-Neuwerk

Geöffnet: Mo-Fr 9:30-18 h, Sa 9:30-13 h
Zentrale: 02166 671 16 00

Wir sind familienfreundlich!
Familienkarte
 Meine Stadt. Meine Familie.
 mg+ MÖNCHENGLADBACH

Wir sind Partner der Familienkarte!

teilen macht reich

www.volksverein.de



Foto: Matthias Stutte

Redaktion: Jessica Sindermann

Wir schreiben das Jahr 2040 – Die Digitalisierung ist weiter fortgeschritten, Smart-Home Systeme übernehmen alltägliche Aufgaben und künstliche Intelligenzen werden zu Lebenspartnern und Affären. Der ganz normale Wahnsinn, dessen Darstellungen in den meisten Dystopien nur so vor Tragik strotzen. Anders sieht es in Yeal Ronens und Dimitrij Schaads Theaterinszenierung „(R)Evolution“ aus, die auf der schwarzhumorigen Komödie Homo Deus basiert und im Februar erfolgreich seine Premiere auf der Bühne des Theaters Krefeld und Mönchengladbach feierte.

Auf eine humoristische Weise entführt das Stück die Zuschauer*innen in die digitale Welt der Zukunft, deren System fünf verschiedene Menschen zum Opfer fallen. Welche Rolle dabei die künstliche Intelligenz „Alecto“ spielt und was die futuristische Inszenierung sonst so zu bieten hat, erzählt mir Schauspielregisseur Christoph Roos im Interview!

Übrigens habe auch ich mir „(R)Evolution“ selbst angesehen und mein persönliches Fazit am Ende für Sie zusammengefasst!

HINDENBURGER: Erzählen Sie gerne etwas über das Stück.

Christoph Roos: Yeal Ronens ist eine österreichisch-israelische Theaterregisseurin und hat das Stück erst vor ein paar Jahren gemeinsam mit dem Schauspieler Dimitrij Schaad entwickelt. Es geht darin explizit um die Digitalisierung samt ihren Ge-

fahren, um die Chancen der künstlichen Intelligenz und die Vernetzung unserer Lebenswelt und Geräte untereinander. Das Ergebnis ist eine Abfolge von Szenen. Es gibt also nicht eine durchgehende Geschichte, sondern wir beobachten fünf Personen in verschiedensten Situationen, die locker miteinander verknüpft sind. Themen wie Smart Home, Überwachung und künstliche Intelligenz werden in dem Stück in die Zukunft projiziert. Im Grunde genommen ist es ein Versuch, wie unsere Zukunft in 20 Jahren vielleicht aussehen könnte.

HINDENBURGER: Was ist das Besondere an dieser Inszenierung?

Christoph Roos: Das Spannende ist, dass es sich um eine Komödie handelt. Es soll die Zuschauer*innen unterhalten, obwohl es doch zum Ende hin in eine beängstigende Richtung umschlägt. Die Übermacht der künstlichen Intelligenz wird nach und nach immer sichtbarer und gleicher-

maßen auch, in was sich der Mensch eigentlich hineinbegibt. Eine leichte Komödie über eine nicht ganz so leichte Zukunft. Bei der technischen Umsetzung arbeiten wir hauptsächlich mit Videoprojektionen, die das Ganze verfremden und eine Science-Fiction Atmosphäre erzeugen sollen.

HINDENBURGER: Warum fiel die Entscheidung auf dieses Stück?

Christoph Roos: Zum einen, weil ich es schon länger kannte und einfach selbst witzig fand, zum anderen soll es ein Versuch sein, auch andere Zuschauerschichten fürs Theater zu begeistern, indem wir ein so aktuelles Thema wie Digitalisierung und Smart Home auf moderne, aber verstehbare Art und Weise auf die Bühne bringen. Dadurch ist das Stück eigentlich für Jedermann geeignet, da es uns alle gleichermaßen betrifft. Ich denke, es gibt kaum noch jemanden, der nicht irgendwelche Berührungspunkte mit der digitalen Welt hat.

HINDENBURGER: Erzählen Sie gerne etwas über die einzelnen Charaktere.

Christoph Roos: Insgesamt geht es um fünf Menschen, die immer wieder im Wechsel auch die künstliche Intelligenz „Alecto“ spielen. Der Name „Alecto“ ist übrigens abgeleitet von Amazons Sprach Sprachassistentz „Alexa“. Mal handelt es sich dabei nur um eine Stimme, mal um einen Roboter und dann wiederum um einen Menschen, dem man kaum noch anmerkt, dass er eigentlich eine künstliche Intelligenz ist. Diese fünf Menschen sind Menschen wie wir – Ein Arzt, der positiv zum System steht und vor der Geburt eines Kindes dessen Genmaterial optimieren soll, jedoch privat Probleme mit seinem Ehepartner hat. Ein junges Paar, welches sich ein zweites Kind wünscht und diesen Arzt kontaktiert und außerdem eine erfolgreiche Geschäftsfrau, die in Bedrängnis gerät. Die Geschichten aller Figuren können in zwei bis drei Szenen verfolgt werden und in fast allen Fällen enden diese eher beunruhigend.

HINDENBURGER: Das klingt insgesamt nach einer guten Mischung aus witzig und spannend!

Christoph Roos: ... und genau das war auch auf jeden Fall das Ziel! Es handelt sich bei dem Stück nicht um etwas philosophisch so Tiefgehendes, das vollkommen neue Erkenntnisse liefert. Aber es ist eben die besondere Art, mit der es jeden anspricht, für Diskussionspotenzial sorgt und Denkanstöße gibt. Die Frage ist ja, wie weit wir vielleicht sogar bereits in dieser Welt leben und ob diese künstliche Intelligenz UNS irgendwann beherrscht, nicht umgekehrt.

HINDENBURGER: Welche Zielgruppe spricht „(R)Evolution“ Ihrer Meinung nach an?

Christoph Roos: Das Stück ist wirklich für jeden gleichermaßen geeignet, da es nicht voraussetzt, dass man irgendeinen bestimmten Bildungshintergrund hat oder besonders viel über Theater weiß. Ziel ist, dass sowohl Jugendliche, als auch Menschen bis ins hohe Alter angespro-

chen werden und sich durch die aktuelle Thematik mit dem Stück identifizieren können.

HINDENBURGER: Ist die Inszenierung Ihrer Meinung nach ein beispielhaftes Abbild unserer Zukunft in 20 Jahren?

Christoph Roos: Nein. Das wird auch im Prolog augenzwinkernd gleich deutlich gemacht! (lacht) Es ist nicht der Anspruch zu zeigen, wie genau die Zukunft aussehen wird. Wie in jedem guten Science-Fiction-Klassiker reden wir eigentlich nur über die Gegenwart, indem wir die Dinge, wie sie heute sind, überzeichnen und uns mit der heutigen Welt auseinandersetzen. Es geht darum, dass das Publikum sich mit dem auseinandersetzt, was aktuell unserer Realität entspricht.

HINDENBURGER: ... und was wird dann aus dem Theater? Was muss Theater in der Zukunft leisten?

Christoph Roos: Das Stück bildet ja auch eine Zukunft des Theaters ab, in der keine richtigen Schauspieler mehr auf der Bühne stehen und jeder das Stück ansehen kann, was er am jeweiligen Tag gerade für angemessen hält. Ich denke, Theater muss weiterhin Geschichten erzählen, die die Menschen heute betreffen und mit unserer Lebensrealität zu tun haben. Das ist das, worauf Theater sich besinnen und dabei selbstbewusst mit altmodischen Mitteln arbeiten sollte. Ich bin der festen Überzeugung, dass das Theater vor allem über die Schauspieler*innen läuft. Je mehr diese sich selbst entfalten können, umso mehr wird das Publikum in den Bann des Bühnengeschehens gezogen.

HINDENBURGER: Lieber Herr Roos, herzlichen Dank für das Gespräch und auf dass sich Menschen jeden Alters mit dem Ensemble auf eine Reise in unsere Zukunft einlassen!



Fotos: Matthias Sturte



Hindenburger Redakteurin Jessica Sindermann bei der Aufführung von (R)Evolution im Theater Rheydt. (Foto: privat)

Mein Fazit:

Meine Erwartungen an das Stück waren insbesondere nach dem Interview hoch. Ich war gespannt, wie die Science-Fiction Thematik umgesetzt werden und inwiefern technische Hilfsmittel zur Erzeugung dieser Atmosphäre beitragen

würden. Und ich wurde nicht enttäuscht! Lichteffekte in den verschiedensten Farben sowie Videoprojektionen ließen mich schnell in die Welt unserer Zukunft eintauchen und die fünf Schauspieler*innen glänzten in ihren unterschiedlichen Rollen. Viele Szenen brachten mich zum Lachen, andere zum Nachdenken und manche schockierten mich sogar durch ihre sehr direkte Wortwahl. „(R)Evolution“ zeigt deutlich, dass Komik und Ernsthaftigkeit nah beieinander liegen können. Insgesamt ein gelungenes, wirklich unterhaltsames Stück wie ich finde, das sich mit einer Thematik auseinandersetzt, die uns alle gleichermaßen betrifft. Denn die Digitalisierung verändert unsere Welt zweifelsohne. Aber am besten – Sie sehen es sich selbst an!



MÄRZ
17.





**Ateliereröffnung
Frollein Suomi
Malte Sonnenfeld**

Gesucht und Gefunden
am 17. März eröffnen wir unser neues Atelier in der Lindenstrasse 9 im Wasserturmviertel in Mönchengladbach. Unsere Freunde, Bekannten, WeggefährInnen, NachbarInnen, KollegInnen und alle Neugierigen sind herzlich eingeladen vorbeizuschauen und mit uns das Atelier einzuweihen.
Am 17. März um 18h in der Lindenstrasse 9, MG

ES WAR NICHT ALLES
PUNK



KÜNSTLERPAAR SONNENFELD/SUOMI ERÖFFNET ATELIER AM WASSERTURM



Der bekannte deutsche Neo-Popart Künstler Malte Sonnenfeld und die Mönchengladbacher Konzeptkünstlerin Frollein Suomi eröffnen am 17. März offiziell ihr gemeinsames Atelier im Viertel am Wasserturm.

Malte Sonnenfeld ist seit 2010 als bildender Künstler in der Öffentlichkeit unterwegs und gilt als ein Hauptvertreter der deutschen Neo-Pop Art.



Fotos: Künstler

Es war nur eine Frage der Zeit bis sich die beiden Künstler - natürlich - auf einer Vernissage begegneten und von da an zusammen blieben - sowohl beruflich, als auch privat.

Frollein Suomi ist virtuell als Lyrikerin mit finnischen Wurzeln einer großen Leserschaft bekannt. Aber auch als Konzeptkünstlerin wächst ihr Bekanntheitsgrad stetig. Ihre befüllten Zigarrenboxen - meist mit autobiografischem Inhalt - sind bereits bei vielen Kunstliebhaber/-Innen ein Begriff.

Löwenkinder[®]
Verein zur Unterstützung krebskranker Kinder e.V.



Helfen Sie krebs- und chronisch kranken Kindern!

BRAUCHEN SIE HILFE?
Sprechen Sie uns an oder geben Sie unsere Adresse an betroffene Familien weiter!

WIR KÖNNEN HELFEN ...
... Ihnen Kontakte zu vermitteln, damit Sie schnellstmöglich Unterstützung erhalten.

WIR UNTERSTÜTZEN ...
... und betreuen krebs- und chronisch kranke Kinder, deren Eltern und Familien.

... regionale Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen, die erkrankte Kinder und Jugendliche behandeln.
... ausgesuchte Krebsforschungsprojekte.

Spendenkonto: Sparkasse Krefeld
IBAN DE 7832 0500 0000 1300 1300

Große Bruchstraße 36 • 41747 Viersen
Tel. +49 (0) 21 62-153 20
info@loewenkinder-viersen.de
www.loewenkinder-viersen.de

Jetzt auch mit **PayPal** spenden!




„Wir freuen uns sehr darauf in Mönchengladbach unser neues Atelier zu eröffnen. Eine tolle Nachbarschaft, eine zentrale Lage, alles Beste Voraussetzungen für einen gelungenen Start in einer neuen Stadt. Zumal ich ja schon in den vergangenen Jahren hier ausstellen durfte.“, meint der renommierte Künstler.

„Um das ganze abzurunden haben wir uns entschlossen Mönchengladbachs ältestem Kunstverein, Spektrum 88, beizutreten und sind ebenfalls froh um diese Entscheidung.“, fügt Frollein Suomi hinzu.

Die Ateliereröffnung findet statt am 17. März 2023 um 18 Uhr in der Lindenstrasse 9 im Wasserturm-Viertel.

Weitere Informationen zum Künstlerpaar:

Die Zigarrenkisten der Frollein Suomi:

<https://www.youtube.com/watch?v=MxxbMSGJXYQ>

Kunstdoku Malte Sonnenfeld „Malen Sie doch mal was Schönes“

<https://www.youtube.com/watch?v=sSGNh19xY6E>

www.maltesonnenfeld.de



NUR FÜR KURZE ZEIT IM ODYSSEUM KÖLN

JURASSIC WORLD: THE EXHIBITION

DEUTSCHLANDPREMIERE AB 31. MÄRZ 2023

Erlebe Dinosaurier so nah wie nie zuvor in **Jurassic World: The Exhibition!** Die immersive Erlebnisausstellung basiert auf einem der größten Blockbuster der Filmgeschichte. In ihr können Besucher:innen aller Altersgruppen in Szenen eintauchen, die von dem berühmten Film inspiriert wurden. So wird der Park, der bisher nur ein Versprechen war, jetzt lebendig ... und das direkt vor Deinen Augen.

Auf einer Ausstellungsfläche von rund 2.500 qm² erwacht das einzigartige Filmfranchise Jurassic World zum Leben. Reise als VIP-Gast zur geheimnisvollen Isla Nublar und entdecke Jurassic World. Bestaune einen **riesigen Brachiosaurus**, begegne einem **Velociraptor** und erlebe den gefährlichsten aller Dinosaurier, den **Tyrannosaurus Rex**, aus nächster Nähe.

Bist du bereit für Dein *Jurassic World*-Abenteuer?

Tickets sind jetzt erhältlich!



www.jurassicworldexhibition.de

ODYSSEUM - Das Abenteuermuseum

Corintostr. 1 | 51103 Köln | www.odysseum.de

VORBEREITUNG AUF DIE FAHRRADSAISON ADAC NORDRHEIN BIETET PEDELEC-TRAININGSKURSE

Im Frühling und Sommer sind zunehmend mehr Menschen mit dem Zweirad unterwegs. Vor allem die Nutzung von Pedelecs nimmt seit Jahren stetig zu.

Die Fahrräder mit elektrischer Tritterunterstützung sind gerade auf kurzen Strecken zwischen drei und zwölf Kilometern eine gute Alternative zum Auto. Allerdings steigen auch die Unfallzahlen rapide. In Nordrhein-Westfalen starben im ersten Halbjahr 2022 laut NRW-Innenministerium 27 Menschen bei Pedelec-Unfällen und damit mehr als doppelt so viele wie im gleichen Zeitraum des Vorjahres (12). Im Jahr 2021 verunglückten insgesamt 4758 Menschen mit einem Pedelec - fast ein Viertel mehr als 2020!

Oftmals unterschätzen gerade ältere Fahrer das höhere Gewicht und die stärkere Beschleunigung des Pedelecs im Vergleich zum herkömmlichen Fahrrad. Der ADAC Nordrhein empfiehlt deswegen, den sicheren Umgang mit dem Pedelec regelmäßig zu üben. So lassen sich nicht nur Stürze, sondern auch viele gefährliche Situationen im Straßenverkehr vermeiden.

Im Rahmen seiner Verkehrssicherheitsarbeit bietet der ADAC Nordrhein von März bis Oktober Pedelec-Kurse an. Von einem zertifizierten Radfahrtrainer erhalten die Teilnehmer Tipps zum Anfahren, Bremsen, Ausweichen und Verhalten in heiklen Verkehrssituationen. Die jeweils dreistündigen Praxis-Kurse finden u.a. in Viersen-Grefrath auf dem Parkplatz am Eisstadion statt, gehen von 11 bis 14 Uhr und kosten 29 Euro. Eine Anmeldung ist telefonisch unter 0221 47 27 626 oder per Mail an vku@nrh.adac.de möglich.



Foto: Thomas Schubert

Das eigene Pedelec/E-Bike, festes Schuhwerk und ein Helm müssen zum Kurs mitgebracht werden.

Termine in Grefrath:

1.4./22.4./13.5./10.6./19.8.

Parkplatz am Eisstadion,
Stadionstr.161 | 47929 Grefrath

ANZEIGE



FINLANTIS-DEAL-AKTION:

SAUNA-TICKETS ZUM SONDERPREIS

Wer nicht nur den Frühling, sondern auch den Sommer in der Saunalandschaft Finlantis genießen will, und dabei noch sparen möchte, sollte jetzt zugreifen. Bei einem Aktionsverkauf bis zum 1. Mai erhalten Saunafans vor Ort oder online zum Preis von 32 Euro einen ermäßigten Tageseintritt für nur 18 Euro und ein Guthaben im Wert von 14 Euro zum Einsatz in Gastronomie oder Wellness.

Einlösbar sind die Deal-Tickets vom 15. Mai bis einschließlich 30. September 2023, auch an Wochenenden und Feiertagen. Nach Ablauf der Gültigkeit ist das Ticket als Wertgutschein in Höhe von 32 Euro einsetzbar.

Alle Informationen unter www.finlantis.de.



FINLANTIS | Buschstr. 22 | 41334 Nettetal | www.finlantis.de

FRAUEN IM FOKUS

DAS FOORMAT FEIERT DEN WELTFRAUENMONAT

Redaktion: Marc Thiele



Die speziell zusammengestellte und gestaltete Barkarte zum Weltfrauenmonat im Foormat

Marco Raspe, Inhaber der Mönchengladbacher Bar Foormat, erinnert sich noch genau: „Es war Mittwoch der 14. Dezember 2022. Auf der Waldhausener Straße fand zum zweiten Mal die Veranstaltung „Alle Lampen an“ statt und es herrschte eine entspannte, wunderbare Stimmung, mit tollen Menschen und ebenso tollen Gesprächen. Unter anderem wurde von einem privat veranstalteten Cocktailabend erzählt, bei dem das Cocktailbuch „Free the Tripple“, in dem 60 durch ikonische Frauen inspirierte Cocktails beschrieben werden, die Rezepte lieferte. Ein großartiges Konzept. Sofort fingen wir im Team, an die Köpfe zusammenzustecken und schnell waren auch viele Frauen in die Idee involviert. Das Ergebnis war eine Eventidee rund um das Thema Cocktails, Frauen, die zu Vorbildern wurden, Künstlerinnen und Kulturschaffende und auch etwas Dauerhaftes, das an Gleichberechtigung und Empowerment erinnern soll.“

Schnell war auch ein passender Zeitraum gefunden, denn am 8. März wird der Weltfrauentag gefeiert und bald war klar, dass der gesamte März unter das Motto Frauentag respektive Frauenmonat gestellt wird.

Für diesen Anlass entwickelte das Foormat-Team eine besondere Cocktailkarte in Heftform, die durch internationale und lokale Powerfrauen, die zu Vorbildern wurden, inspiriert ist. Zu jeder dieser weiblichen Vorbilder gibt es zudem weiterführende Informationen und eine Erklärung, wieso gerade sie ausgewählt wurden. Natürlich ist es dem Foormat-Team wichtig, dass mit dem Begriff Frauen alle FLINTA (Frauen, Lesben, Intersexuelle, Nichtbinäre, Trans, Agender) mit eingebunden sind.

Neben den internationalen Vorbildern Frida Kahlo, Vivienne Westwood und Lady Gaga gibt es auch drei lokale Powerfrauen, denen Cocktails gewidmet werden:

Sina Ebert, Projektleiterin des Köntges,

Laura Heyer, Künstlerin, Musikerin, Autorin und Gründerin der Kunst-, Theater- und Kulturinitiative „Schrei Auf e.V.“ und

Iris Frenzen, Gastronomin (Frenzen)

Selbstverständlich fehlt auch der Charityaspekt nicht und so wird von jedem im März verkauften Cocktail der Aktionskarte je 1 Euro an einen Verein gehen, der sich aktiv mit den Themen gegen Gewalt an Frauen, Gleichberechtigung und Selbstbestimmung beschäftigt.

Damit aber nicht genug.

Unter dem Motto „**Frauen auf die Bühne**“ wird es an jedem Mittwoch im März im Foormat Konzerte, Ausstellungen und Performances von FLINTA Künstlerinnen geben. (Siehe Infokasten).

Aber auch das ist noch nicht alles, was Marco Raspe und sein Team vom Foormat geplant haben, denn was ihnen bei all den geplanten Aktionen fehlt, ist die Nachhaltigkeit des Projektes und die permanente Begleitung dieses komplexen Themas. Was kommt also eher in Frage als das Foormat selber passend umzugestalten, einen Ort an dem junge Menschen ihre Freizeit verbringen, Spaß haben und sich auch austauschen. Zukünftig soll der stark frequentierte Entertainmentbereich der Altstadtbar umgestaltet werden und

durch fünf dauerhaft tapezierte und durch Spotbeleuchtung besonders in Szene gesetzte Plakatsymbole symbolisch an Frauen*rechte, Selbstbestimmung, Gleichberechtigung und den Weltfrauentag erinnern.

Das März-Programm im Foormat

Mittwoch, 01.03.2023, 20 Uhr

LIL' LIL' - Deuschrapp. Provokant. Feministisch
SIMAH - Deuschrapp. Ehrlich. Female Power

Mittwoch, 08.03.2023, 20 Uhr

Theater MÄDCHEN WIE DIE
Feministisch. Gruppenzwang. Feigheit. Sexuelle Diskriminierung

Mittwoch, 15.03.2023, 20 Uhr

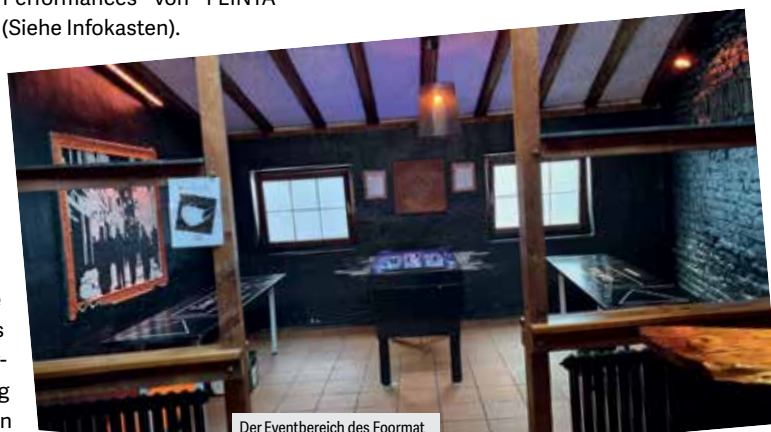
DAFNI + VANESSA - Hutkonzert

Mittwoch, 22.03.2023, 20 Uhr

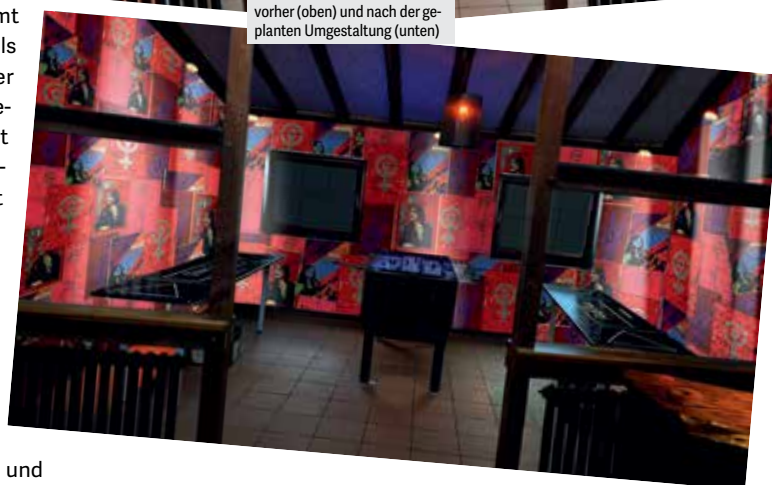
KUNSTAUSSTELLUNG
Vernissage. Midisage. Finissage mit mehr als 10 FLINTA Künstlerinnen, musikalisch begleitet von /m DJ Kassenpatient

Mittwoch, 29.03.2023, 20 Uhr

DRAG SHOW - Bunt. Wild. Laut.
MINI CHERRY ON TOP mit
/m Gravitea, Ophelia Amok u. Aria Viderci



Der Eventbereich des Foormat vorher (oben) und nach der geplanten Umgestaltung (unten)



Fotos: Foormat

Foormat

Waldhausener Straße 8
41061 Mönchengladbach
www.foormat.com



Biersommelière Gracia Sacher

Gracias Bierliebe

Bierkultur in anderen Ländern: Island

Text + Fotos: **Gracia Sacher**

Bevor wir bei uns den Frühling begrüßen, würde ich euch gerne noch mal kurz mit ins Kalte nehmen - und zwar nach Island. Ich habe mir überlegt, in Zukunft hin und wieder auch mal über die Bierkultur in anderen Ländern zu berichten. Und da es in Island am 1. März etwas „Bieriges“ zu feiern gibt, starten wir dort.

Der jährliche Bierfeiertag nennt sich „Bjórdagurinn“ (übersetzt „Tag des Bieres“). Er hat seinen Ursprung in der Aufhebung des Bierverbots im Jahr 1989, welches seit 1915 in Island in Kraft war. Bis 1989 war der Konsum von Bier in Island illegal, sodass die dortige Bierkultur tatsächlich als sehr jung bezeichnet werden kann. Das Bierverbot wurde ursprünglich im Zuge der Prohibition erlassen, die den Verkauf und Konsum alkoholischer Getränke einschränkte. Während der Verkauf von Wein (im Jahr 1922) und Schnaps (im Jahr 1935) wieder legalisiert wurde, kam es erst am 1. März 1989 wieder zur Legalisierung von Bier, da es als unpatriotisch angesehen war. Zudem wurde das Verbot auf Druck der Prohibitionisten aufrechterhalten, die der Meinung waren, dass Bier als billiges, süßiges Getränk zu Alkoholmissbrauch führen würde.

Natürlich gab es während der Zeit verschiedene Versuche, das Bierverbot aufzuheben, aber sie waren alle erfolglos. Erst in den späten 80er Jahren setzte sich eine wachsende Zahl von Isländern für die Aufhebung ein. Die Bierlobby argumentierte, dass Bier nicht anders als Wein oder Schnaps behandelt werden sollte und dass das Verbot überholt und unfair war. Recht hatten sie! 1989 war dann also endlich Schluss damit. Und seit der Aufhebung des Verbotes wird dieser Tag Jahr für Jahr zelebriert. Die Is-

länder feiern die Freiheit, Bier zu trinken. Dabei gibt es in der Hauptstadt auch eine offizielle Zeremonie, bei der der Bürgermeister der Stadt ein Fass Bier ansticht und den Beginn des Feiertags einläutet (der Bürgermeister macht ein Fass auf - das wäre doch auch was Schönes für unsere Stadt, oder?). In vielen Brauereien wird zudem ein spezielles Bjórdagurinn-Bier gebraut, welches am 1. März ausgeschrieben wird.

Mittlerweile kann man in Island von einer blühenden Bierindustrie sprechen, die viele lokale Brauereien hervorgebracht hat. Wenn ihr mal in die isländische Bierkultur hineinschnuppern möchtet, findet ihr beispielsweise Biere von der Brauerei Einstök (einfach mal online schauen). Auf dem Foto zu sehen ist das Winter Ale mit tollen Karamellnoten und einem Hauch von roten Früchten - es gibt aber auch noch viele weitere interessante Stile.

Grundsätzlich wird die isländische Bierkultur stark von den Jahreszeiten beeinflusst. Das Pendant zum winterlichen Vertreter wäre das Midnight Sun Ale, welches bei der Mitternachtssonne gebraut wird. Während das Winter Ale klassischerweise angeboten wird, um den Winter einzuläuten, nutze ich es jetzt einfach mal, um mich von diesem zu verabschieden. Wird Zeit für Frühlingsgefühle! In diesem Sinne „botninn upp!“ - und einen zauberhaften Start ins Frühjahr!



*Cheers,
Gracia*

Gracias Bierblog
„Bierliebe und moodpairing“ auf
www.hopfenmaedchen.com



DIE REDAKTIONSBAR

Neben Produktempfehlungen rund um das Thema Genuss, Kulinarik und Hausbar versorgen wir Sie in dieser Rubrik mit interessanten Branchenneuigkeiten, Fachwissen, spannenden Rezepten und - jetzt da Veranstaltungen wieder problemlos möglich sind - aktuellen Genusssterminen.

Selbstverständlich sind unsere lokalen Anbieter von Genussprodukten, wie schon in den letzten Jahren, herzlich eingeladen, uns kostenlos ein Produkt ihrer Wahl zur Vorstellung in dieser Rubrik zuzusenden.

Kontakt: redaktion@hindenburger.de

Redaktion: **Marc Thiele** | Produktfotos: **Hersteller**

GenussTermine

MESSEN, TASTINGS & CO.

10.03. - 12.03.2023

Tastefest 2023

Messe Dortmund / Westfalenhallen

<https://www.tastefest.de>

11.03.2023

Kochkurs „Markttag / Vegetarisch“

Kult + Genuss

<https://www.kultundgenuss.de>

18.03. - 19.03.2023

Weinsalon Natürel 2023

Balloni Köln

<https://www.weinsalonnaturel.com/>

19.03. - 21.03.2023

ProWein 2023

Messe Düsseldorf

<https://www.prowein.de>

01.04.-02.04.2023

Whisky Fair Rhein Ruhr 2023

Classic Remise Düsseldorf

<https://www.whisky-messe-rheinruhr.de/>

05.05. - 06.05.2023

Rhein Gin Festival

Zeughaus Neuss

<https://www.rheinginfestival.de>

GRAN PATRÓN BURDEOS AÑEJO TEQUILA



Tequila, die meistverkaufte Spirituose der Welt, bietet viele hochwertige Qualitäten und findet auch hierzulande mehr und mehr Anhänger. Der zweifach aus der im Hochland von Jalisco wachsenden blauen Weberagave destillierte Gran Patrón Burdeos Añejo Tequila ist eine solche Premiumqualität, die aber mit um die 390€ pro 0,7l Flasche auch ihren Preis hat. Das Destillat wird zuerst in amerikanischen und französischen Eichenfässern ausgebaut, bevor es dann in alten, gebrauchten Rotweinfässern aus Bordeaux zur Perfektion gereift wird und seine strahlende Farbe von dunklem Bernstein entwickelt. Hier entstehen auch die Aromen von Trauben, Vanille, Rosinen und Agaven mit einem Hauch von Beeren, die diese Spirituose zu einem komplexen und fein ausbalancierten Weltklasse-Tequila machen, den man wirklich nur pur bei Zimmertemperatur genießen sollte.

Flasche 0,7l, 40% vol.

NO-ABV ALKOHOLFREI

ABSTINENCE CAPE CITRUS



Aromen verschiedener Zitrusfrüchte und Noten von Buchu, Pfeffer, Fenchel und weiterer Gewürze prägen das Geschmacksprofil dieser alkoholfreien Gin-Alternative aus Südafrika, die zudem frei von Zucker, Farb- und künstlichen Süßstoffen ist.

Flasche 0,75 l, alkoholfrei

Tatsächliches Alkoholvolumen kann bis zu 0,01% vol. betragen!



ISH CARIBBEAN SPICED SPIRIT

Zur Herstellung dieser alkoholfreien Rum-Alternative wird echter Rum in einem aufwändigen Verfahren entalkoholisiert und im Anschluss mit Vanille, Muskatnuss und Bratapfel wieder angereichert.

Die alkoholische Schärfe entsteht durch Beimischung eines Destillats aus Chiliasamen.

ISH Caribbean Spiced Spirit ist eher dazu gedacht, den klassischen Rum in Cocktails wie dem Daiquiri, dem Cuba Libre oder dem Mojito zu ersetzen, als ihn pur zu trinken.

Flasche 0,5 l, alkoholfrei

Tatsächliches Alkoholvolumen kann bis zu 0,01% vol. betragen!

Lesestoff

GENÜSSLICHE FACHLITERATUR



Autor Peter Jauch ist leidenschaftlicher Gin-Enthusiast, Mitinitiator des Projektes „about Gin/Tonic“ sowie Mitbegründer des „About Spirits“ Festivals und somit eine bekannte und renommierte Größe in der deutschsprachigen Gin- und Spirituosenszene. Jemand, der weiß, wovon er spricht, oder in diesem Fall schreibt.

In seinem Buch gibt Peter Jauch Menschen, die täglich im Namen des Gins unterwegs

sind, ein Gesicht. Der Autor hat Destillateure, Barkeeper, Aufwischer und Köche getroffen, um alles Wissenswerte rund um den Gin in dieses Buch zu packen. Von der Herstellung über die Geschichte bis hin zum Flaschensign und den aufregendsten Ginsorten – alles ist dabei. Entdecken Sie über 300 Gin-Marken, 50 Tonics und finden Sie Ihren perfekten Gin! Mittlerweile ist bereits die zweite, überarbeitete und aktualisierte Auflage mit vielen neuen Marken erschienen.

Gin - Das Buch. Herstellung Genuss Kultur. | Autor: Peter Jauch
AT-Verlag | ISBN: 978-3-03902-152-9 | 432 Seiten | 65.- €

WIE MACHT MAN EIGENTLICH EINEN GIN & TONIC?

Wie ist das eigentlich, wenn Sie sich in einer Bar oder einem Restaurant einen Gin & Tonic bestellen? Kommt dieser dann fertig gemixt im Glas oder bekommen Sie den Gin auf Eis im Glas und eine kleine Flasche (oder Dose) Tonic separat dazu? Letzteres wäre natürlich die wünschenswerte Variante, denn dann können Sie sich den Drink nach Ihrem Geschmack mischen.

Der eigene Geschmack ist auch beim Gin & Tonic immer das wichtigste Kriterium, manche mögen es klassisch, mit dem Gin klar im Vordergrund, andere mögen es lieber, wenn das Tonicwater den Alkohol beinahe überdeckt. Aber es gibt auch ideale Mischungsverhältnisse, so dass der Geschmack des Gins und der des Tonics ausgewogen sind, ohne dass eine Seite wirklich dominiert. In Deutschland tendieren wir leider dazu, ein volles Glas mit möglichst wenig Eis als Maß aller Dinge anzusehen, denn „da bekommen wir ja auch was für unser Geld“. Bei Cocktails und auch beim Gin & Tonic ist diese Sichtweise - wenn es denn um den Genuss geht - grundsätzlich falsch.

Das ideale Verhältnis von Gin zu Tonic liegt je nach Geschmacksintensität des Gins zwischen 1:2 bis 1:4 (1 Teil Gin, 2-4 Teile Tonic). Bei 30 - 50 ml Gin sind dies also maximal 200ml Tonic. Als Gläser finden der Tumbler, das Longdrink bzw. Highball Glas und das oft in Spanien verwendete Ballon- oder Copaglas Verwendung. Der Tumbler ist dabei aufgrund seiner Größe eher für das Mischungsverhältnis 1:2 geeignet, schließlich gehören auch noch Eiswürfel (bitte kein crushed ice) sowie die Garnierung (Garnish) mit ins Glas.

Als Garnierung tendieren viele dazu, egal bei welchem Gin, Gurke zu verwenden. Eine Unsitte, die sich irgendwann, als Gin & Tonic trendy wurde, etabliert hat. Nur wenige Gins sind von ihrem Aromaprofil her kompatibel mit Gurken, der klassische Hendricks Gin ist wohl der bekannteste. Traditionell kommen frische Limetten oder Zitronen zum Einsatz, aber dies stammt noch aus Zeiten, als es auch nur klassische wacholderdominierte Gins gab. Heute ist die geschmackliche Bandbreite unüberschaubar und entsprechend groß sind die Möglichkeiten passender Garnierungen. Oft genutzt werden heute Orangen, Blaubeeren, Rosmarin aber auch viele exotische Früchte und Gewürze. Was auch immer Sie im Glas haben möchten, bitte immer mit Augenmaß. Vieles, was auf Insta-Fotos gut aussieht, hat so nichts in einem Gin & Tonic zu suchen und trägt auch nichts zum Genuss bei.

Die ideale Komposition eines Gin & Tonic nennt sich übrigens „Perfect oder Best Serve“. Auf den Webseiten vieler Ginhersteller finden sich Rezepte und darunter meistens auch eben diese perfekte Mischung. Probieren Sie es doch mal mit Ihrem Lieblingsgin. Cheers!



Foto: getty images on unsplash.com

SŪPĀSAWĀ

Aus Belgien kommt ein absolutes Must-Have für die Bar, ein wahrer Problemlöser mit einem PH-Wert von 1.95. Extrem sauer und darum einfach perfekt zum Mixen, ohne dabei die Frische von Limetten oder Zitronen vermissen zu lassen. Der ausgeklügelte Mix verschiedener in destilliertem Wasser gelöster Säuren und einer Prise Salz macht die Herstellung von Cocktails einfacher und auch nachhaltiger, da man eben keine Zitronen oder Limetten mehr benötigt.

Flasche 0,7l, alkoholfrei



QUARANTINI RED GIN

Der Red Gin ist der mittlerweile achte Gin aus der Social Gin Reihe. Ursprünglich als Unterstützung der Gastronomie in der Coronapandemie entwickelt, unterstützt man mit den diversen Gins heute das Projekt „Viva con Aqua“. Granatapfel, Holunderblüten, Pfirsich, Zitronengras, Zitronen, Gewürze und Kirschblüten kommen als Botanicals und werden zu einem Gin komponiert, der optisch als auch aromatisch heraussticht. Perfekt dazu passt ein mediterranes Tonic.

Flasche 0,5l, 42% vol.

Foto: Redd F on unsplash.com

GenussShopping

DIE BESTEN ADRESSEN VON A-Z

ARISTA Kaffeerösterei und Feinkost

Albertusstraße 6 | 41061 MG

<https://arista-kaffeeoesterei.de/>

Eskaro Kaffee

Broicher Str. 13 (Werksverkauf) | 41179 MG

www.eskaro.de

etepeteete

Hauptstr. 20 | 41236 MG

www.etepeteete.de

feine Kost - Inh. Heike Runkehl

Quadtstr. 4 | 41189 MG

www.feinekost.com

Jacques Weindpot MG-Mitte

Am Kämpchen 9-13 | 41061 MG

<https://www.jacques.de/depot/104/moenchengladbach-mitte/>

Jacques Weindpot MG-Neuwerk

Krefelder Str. 485-487 | 41066 MG

<https://www.jacques.de/depot/42/moenchengladbach-neuwerk/>

KULT & GENUSS

Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG

www.kultundgenuss.de

La Casa de Tabaco

Rheydter Str. 2 | 41065 MG

www.lacasadetabaco.de

La Cava - Wein, Spirituosen, Feinkost

Hauptstraße 135 | 41747 VIE

www.lacava-weinhande

La Tienda Weine und Feinkost

Urfstr. 99 | 41239 MG

www.la-tienda.de

Leonhard Redle Weine & Spirituosen

Berliner Platz 1 | 41061 MG

<https://leonhard-redle.enfore.com>

Olive & more - Feines aus Kreta

Sophienstraße 25b | 41065 MG

<https://olive-more.business.site>

Unsere Schnapsidee

Steinstraße 10 | 41352 Korschenbroich

<https://welt-der-lebenswasser.de>

Weinhaus Menrath

Herrenshofer Str. 60 | 41352 Korschenbroich

www.wine-online.de

Adresse fehlt?

Senden Sie uns gerne eine E-Mail an:

redaktion@hindenburger.de

Hohe Erwartungen erfüllen

Bei Zahnverlust sind Implantate die erste Wahl. Die dentale Implantologie hat sich als eine flexible und komfortable Lösung etabliert, bei der Patienten hohe Ansprüche an die Ästhetik, den Komfort und die Erfolgsaussichten stellen können. Wir sprachen im Menge Haus mit den beiden zertifizierten Implantologen Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel darüber, was implantatgetragene Lösungen Patienten bieten.

Hindenburger: Welche konkreten Wünsche haben Patienten bei Zahnersatz?

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Bei älteren Patienten steht an erster Stelle der Wunsch nach sicher sitzendem Zahnersatz. Patienten, die eine klassische, herausnehmbare Prothese tragen, wünschen sich verlässliche, festsitzende Zähne. Sie möchten endlich wieder schmerzfrei kauen, essen worauf sie Lust haben, ohne Scham sprechen und einfach herzlich lachen können, ohne an die zu locker sitzende Prothese denken zu müssen.

Jörg Weyel: Sicher auf Implantaten fixierte Prothesen ersparen Patienten die Nachteile der klassischen Lösungen. Fester Sitz und ein natürliches Geschmacksgefühl. Dank gaumenfreier Gestaltung der Prothese sind Vorteile von implantatgetragenen Lösungen, die Sicherheit und neue Lebensqualität im Alltag bieten. Relativ neu sind so genannte Mini Implantate mit reduziertem Durchmesser. Diese Implantate können einfacher und minimal invasiver gesetzt werden. Trotz des kleineren Durchmessers bieten diese Implantate bei ausreichender Knochenhöhe einen sicheren Halt für eine Prothese. Die Mini Implantate erweitern besonders das Behandlungsspektrum für ältere Patienten.

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Für jüngere Patienten sind Ästhetik und natürliches Aussehen wichtige Kriterien. Die neuen Zähne sollen - neben guter Funktion - auch aussehen wie die eigenen und von diesen nicht zu unterscheiden sein. Implantatgetragene Kronen und Brücken fügen sich harmonisch in die restliche Bezahnung ein. Keramikimplantate ermöglichen uns und den überweisenden Kollegen, Patienten mit ansprechenden, metallfreien Zahnersatz zu versorgen. Keramikimplantate stellen eine neue Versorgungsmöglichkeit dar und zeichnen sich durch eine optimale Biokompatibilität, ausgezeichnete Gewebeverträglichkeit und biologische Neutralität aus.

Jörg Weyel: Ziel einer implantatgetragenen Variante ist, unseren Patienten einen Zahnersatz zu bieten, der die Funktionalität und die Ästhetik der eignen Zähne wieder herstellt. Ein weiterer Aspekt sind kurze Behandlungszeiten: Patienten wünschen sich schmerzfreie, möglichst kurze

Behandlungen. Die digitale, 3-dimensionale Behandlungsplanung ermöglicht uns schonendere, minimal invasive Implantationen. Für das Setzen eines Implantates brauchen wir nicht mehr wie früher den Knochen freizulegen, sondern können Implantate mit Hilfe einer Bohrschablone präzise, ohne oder mit nur minimalen Schnitten platzieren. Die OP-Zeit und die Belastung des Patienten werden deutlich reduziert. Dank der gewebeschonenden Implantation wird die Heilung beschleunigt.

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Mit der navigierten Implantologie können wir dem Wunsch nach verkürzter Operations- und Behandlungsdauer, minimalinvasiven Eingriffen und sicherer Implantologie gerecht werden. Voraussetzung für die navigierte Implantologie ist eine digitale, 3-dimensionale Diagnostik mit einem Volumentomographen. In bestimmten Fällen wird das Setzen der Implantate auf Basis dieser DVT Diagnostik und entsprechender prä-implantologischer Planung einfacher. Bei guten anatomischen Verhältnissen können wir eine Sofortversorgung der Implantate anbieten. Patienten verlassen die Praxis am Tag der Implantatinsertion mit festsitzenden Zähnen, die sich wie normale Zähne anfühlen, so aussehen und auch so funktionieren.

Jörg Weyel: Keine Schmerzen: Implantate werden bei uns im Menge Haus ambulant unter örtlicher Betäubung, in Dämmer Schlaf oder auf Wunsch auch unter Vollnarkose in den Kieferknochen eingesetzt. Dank präziser Schmerzausschaltung sind Implantationen für unsere Patienten schmerzfrei. Die Schmerzausschaltung wird exakt auf den Eingriff abgestimmt und von unserem Anästhesisten und seinem Team überwacht. Auch sensible Patienten können die Implantationen ohne Angst, entspannt und ruhig erleben.

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Patienten wünschen sich eine langlebige, sichere und verlässliche Lösung, die über Jahre einen festsitzenden Zahnersatz und eine gute Funktion verspricht. Implantate sind eine Investition für das Leben. Deshalb empfehlen wir nur so genannte Premiumimplantate von führenden Implantat-Herstellern, die weltweit Vertrauen erworben haben und für die eine qualitativ hochwertige klinische Dokumentation vorliegt.

Jörg Weyel: Um einen langfristigen Erfolg einer Implantatlösung zu sichern, ist die Mitarbeit jedes Patienten erforderlich. Regelmäßige Kontrollen mit professioneller Zahn- und Implantatreinigung in unserer Praxis oder bei dem überweisenden Kollegen sind unerlässlich. Implantate können so neue Lebensqualität bieten und an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr unbemerkt, effektiv und zuverlässig ihre Arbeit verrichten.

Hindenburger: Die wackelnde, schmerzende Prothese hat ausgedient. Der Weg zu implantatgetragenen Zähnen ist einfacher, als viele denken. Implantate übertreffen oft die Vorstellungen von Patienten. Hohe Funktionalität, lange Haltbarkeit, ansprechende Ästhetik und schonende, minimal invasive Implantationen sind gute Gründe, sich für eine moderne Implantatlösung zu entscheiden.



Fachärzte für Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie:
Jörg Weyel und Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange



DR. DR. LANGE & WEYEL

**Praxis für Mund - Kiefer -
Gesichtschirurgie,
plastische - ästhetische
Operationen
Dr. Dr. Lange Weyel**

Fliethstraße 64 (Menge Haus),
41061 Mönchengladbach,
Tel. 02161 - 46 66 666,
www.lange-weyel.de





Dr. Ljiljana Joksimovic (3.v.l.), Chefärztin, und Markus Presentin (2.v.l.), Ltd. Oberarzt des „LVR-Zentrum für psychosomatische Medizin und Psychotherapie Niederrhein“, freuen sich gemeinsam mit Dr. Andreas Tittel (l.), Ärztlicher Direktor Bethesda, und dem Vorstand der LVR-Klinik Mönchengladbach in Person von (v.r.n.l.) Pflegedirektor Jochen Möller, Kfm. Direktorin Dorothee Enbergs und Ärztlichem Direktor Dr. Stephan Rinckens auf die Eröffnung der psychosomatischen Tagesklinik an der Ludwig-Weber-Straße.

LVR ERÖFFNET PSYCHOSOMATISCHE TAGESKLINIK AM BETHESDA

Der Bedarf an psychosomatischen Hilfsangeboten steigt. Die LVR-Kliniken Viersen und Mönchengladbach haben deshalb ein tagesklinisches Angebot geschaffen, das unter anderem auch zehn Plätze in der Vitusstadt bietet.

Magen-Darm-Beschwerden vor einer Prüfung, Herzrasen beim ersten Date oder Kopfschmerzen bei zu viel Stress: Die Wirkung der Psyche auf unseren Körper hat wohl jeder selbst schon einmal gespürt. Wesentlich tiefgreifender können die körperlichen Symptome bei langanhaltenden seelischen Belastungen, Traumata, Konflikten oder Lebenskrisen sein. Andersherum belasten schwerwiegende körperliche Erkrankungen auch die Seele. Betroffene benötigen dann häufig die Hilfe psychosomatisch geschulter Mediziner, den Experten für die Wechselwirkungen von Körper und Psyche.

Die Nachfrage nach entsprechenden Angeboten steigt stetig, zuletzt durch die Belastungen im Zusammenhang mit direkten und indirekten Auswirkungen der Corona-Pandemie. Um den Bedarf in der Region zu decken, haben die LVR-Kliniken Mönchengladbach und Viersen gemeinsam das „LVR-Zentrum für psychosomatische Medizin

und Psychotherapie Niederrhein“ gegründet. Für die Menschen in Mönchengladbach bietet es ab dem 01.03.2023 zunächst zehn tagesklinische Plätze am Evangelischen Krankenhaus Bethesda an der Ludwig-Weber-Straße an.

Der Standort ist nicht zufällig gewählt: „Wir haben bewusst die räumliche Nähe zu einem somatischen Krankenhaus im Zentrum der Stadt gesucht, um unter anderem auch für diejenigen Menschen gut erreichbar zu sein, die unter psychischen Belastungsstörungen als Reaktion auf schwere und/oder chronische körperliche Erkrankungen leiden, wie beispielsweise Krebs- und Herzerkrankungen, Diabetes oder Rheuma. Unser Angebot unterstützt sie dabei, die körperliche Erkrankung besser zu bewältigen und stressassoziierte Symptome zu reduzieren“, so Dr. Stephan Rinckens, Ärztlicher Direktor der LVR-Klinik Mönchengladbach. „Eine ganzheitliche Medizin muss das Zusammenspiel körper-

licher und seelischer Aspekte berücksichtigen. Wir sind davon überzeugt, dass die enge und nun auch räumlich ganz nahe Zusammenarbeit zwischen dem evangelischen Krankenhaus Bethesda und der LVR-Klinik für die Menschen in Mönchengladbach einen echten Mehrwert bringen wird“, ergänzt Dr. Andreas Tittel, Ärztlicher Direktor am Bethesda.

„Den anderen großen Schwerpunkt bilden Erkrankungen, die durch Überforderung, Stress, Belastungen, Traumata und langfristig verdrängte emotionale Konflikte und Defizite ausgelöst werden“, erklärt Dr. Ljiljana Joksimovic. Zusätzlich zu ihrer Position als Chefärztin der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie an der LVR-Klinik Viersen ist sie Leiterin des neugegründeten Zentrums, das neben den zehn tagesklinischen Plätzen in Mönchengladbach weitere 20 tagesklinische Plätze in Kempen und 20 stationäre Betten in Viersen bietet. „Das tagesklinische Angebot ermöglicht unseren Patientinnen und Patienten, tagsüber vor Ort an den therapeutischen Angeboten teilzunehmen und die restliche Zeit in der gewohnten Umgebung zu verbringen. Dadurch werden sie nicht aus ihren sozialen Bezügen gerissen und können weiterhin kleine Kinder betreuen, einen Angehörigen pflegen oder ihre Haustiere versorgen“, erläutert Markus Presentin der als Ltd. Oberarzt gemeinsam mit Frau Dr. Joksimovic den Aufbau der Mönchengladbacher psychosomatischen Tagesklinik betreut.

Die breitgefächerte und individuell abgestimmte Behandlung erfolgt im multiprofessionellen Team aus Fachärztinnen und -ärzten, Psychologinnen und Psychologen, Sozialarbeiter*innen, Kunst- und Bewegungstherapeuten*innen sowie Mitarbeitenden aus der Pflege. Es werden Einzel- und Gruppentherapien angeboten sowie bei Bedarf auch Gespräche unter der Einbindung von Angehörigen und Bezugspersonen.

Daneben wird auch auf eine enge Zusammenarbeit mit Ärzt*innen, Psychologen, Beratungsstellen und ähnlichen Einrichtungen großer Wert gelegt. Diese können der Tagesklinik Patienten vorstellen. Betroffene haben aber auch selbst die Möglichkeit, sich für ein unverbindliches Erstgespräch anzumelden, in dem abgeklärt wird, ob und in welchem Ausmaß die individuellen Probleme behandlungsbedürftig sind. Kontakt unter Telefon des Sekretariats (02162) 96-4922 oder per E-Mail an kp0130@lvr.de

MEDIZIN + CO

Das Gesundheitsmagazin für Mönchengladbach

Alle drei Monate gedruckt, im Web und als Digitalausgabe



www.medizin-und-co.de

„Zwei Wahrheiten können sich nie widersprechen.“

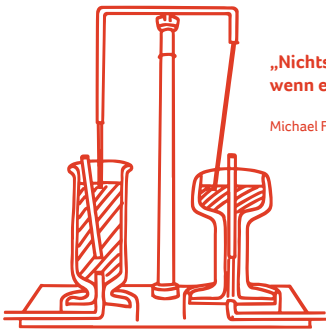
Galileo Galilei



MIT EINSTEIN, MARIE CURIE UND CO. BEIM **TAG DER OFFENEN TÜR** IN DER KLINIK FÜR STRAHLENTHERAPIE

„Nichts ist zu schön um wahr zu sein,
wenn es mit den Gesetzen der Natur übereinstimmt.“

Michael Faraday



Die abstrakte aber heilvolle Welt der Strahlentherapie einmal erleben? Wozu benötigt man Bilder vom „CT“ beim Bestrahlen und „wen oder was beschleunigt ein „Linearbeschleuniger“ mal erklärt bekommen?

An vielfältigen Stationen wird am 11. März die Bandbreite der Klinik gezeigt:

vom Berufsbild der Medizinisch-technischen Radiologieassistentin (MTRA) im Raum „Curie“, der Masken- und Mattenanfertigung im „Da Vinci“ und bis zur Technik im Behandlungsraum „Einstein“ und dem Bestrahlungs-demo im „Faraday“ – überall gibt es spannende Einblicke durch die Ärzt:innen, Physiker:innen, MTRAs und MFAs dieser Klinik beim Tag der offenen Tür.



Foto: Detlev Ilgner



Und alles geschieht tatsächlich unter den Augen bekannter Wissenschaftler. Denn: in der Klinik von Chefärztin Prof. Dr. med. Ursula Nestle finden diese sich mit Ihren Erfindungen und Weisheiten in Form von Wandbildern in der, in warmen Rot- und Orange-Tönen gehaltenen Gestaltung der frisch ausgebauten Klinik wieder.

Diese neue Gestaltung geht auf einen entsprechenden, vom Förderverein der Klinik an der Hochschule Niederrhein ausgeschriebenen Wettbewerb zurück. Gewonnen hatte diesen das am meisten auf's Wohlbefinden der Patienten ausgerichtete Konzept. Denn auch in der Strahlentherapie gilt, was schon Marie Curie früh im Rahmen ihrer physikalischen, wissenschaftlichen Arbeit erkannte: „Was man zu verstehen gelernt hat, fürchtet man nicht mehr.“

So wird es wohl auch „Jünger“ sehen, von dem es heißt, erließe sich blicken...

Wer nun einmal sehen und wissen möchte, was die Strahlentherapie therapeutisch so bedeutsam macht, ist herzlich eingeladen in eine der größten Kliniken für Strahlentherapie unseres Bundeslandes:

am 11. März 2023 von 11:00 bis 15:00 Uhr, zum
Tag der offenen Tür der Klinik für Strahlentherapie

Kliniken Maria Hilf,
Viersener Straße 450
41063 Mönchengladbach.



Foto: Detlev Ilgner





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

EINE SCHIENE GEGEN DAS SCHNARCHEN



Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc

Foto: Praxis



Foto: diet23f.com/profile_wavabreakmediamicro

Vielen fällt es erst auf, wenn jemand anderes sie darauf hinweist: Du schnarchst im Schlaf, heißt es dann. In der Regel ist das Schnarchen, außer für das Gehör des Partners oder der Partnerin kein Problem. In einigen Fällen kann es aber auch zu ernststen Problemen führen.

Oft sind es meist die Männer, die, während sie schlummern, lautstark schnarchen. Im Alter von 30 Jahre schnarchen bereits rund 30 Prozent der Männer und 10 Prozent der Frauen. Mit steigendem Alter steigt auch der Anteil der Schnarcher: Schaut man auf Männer und Frauen über 60, sind es 60 Prozent beziehungsweise 42 Prozent. Während das bei den meisten

Menschen kein Folgen hat, kann das Schnarchen bei immerhin 4 Prozent der Betroffenen problematisch werden.

Anhand einer Analyse in einem Schlaflabor wird bei Verdacht definitiv festgestellt, ob das Schnarchen einfach nur lästig, oder gefährlich ist. Wenn die Analyse zeigt, dass es während des Schlafs regelmäßig zu Atemaussetzern kommt, ist Vorsicht geboten! Die sogenannte Schlafapnoe kann ernsthafte gesundheitliche Folgen haben.

Bei den Betroffenen sind die Atemaussetzer durch die Apnoe im Durchschnitt länger als 10 Sekunden. Häufig sind die Aussetzer sogar bis zu 50 Sekunden lang. Dies kann in solchen Fällen bis zu 600-mal in einer Nacht auftreten.

Kürzere Tiefschlafphasen fördern Krankheiten

Stellen sie sich vor, sie gehen einhundertmal tauchen gehen. Dabei halten sie jeweils die Luft 30 bis 40 Sekunden an. Bei so einem Tauchgang wären sie sicherlich ziemlich gerädert. Genau das passiert auch, wenn Menschen unter der Schlafapnoe leiden. Sie hat zur Folge, dass die Tiefschlafphasen durch die Sauerstoffsättigung im Blut unterbrochen werden. Die Folge davon können ein erhöhtes Schlaganfallrisiko oder hoher Blutdruck sein. Die Ursachen des Schnarchens sind vielfältig. Übergewicht, Alkoholkonsum, Tabletten oder das zunehmende Alter können ausschlaggebend sein. Besonders gefährlich ist die Schlafapnoe, wenn die Zunge in den Rachen rutscht und somit die Atemwege verschließt.

Seit 2022 ist die „Schnarchschiene“ Kassenleistung

Genau hier setzt die Therapie der Krankheit an: Mit Hilfe eines speziellen Schnarchtherapiegeräts für Patienten kann der Apnoe effektiv entgegen gewirkt werden. Das Gerät ist eine transparente Schiene aus Kunststoff, in Fachsprache auch Protrusionsschiene genannt, die die Zunge daran hindert, in den Rachenraum zu wandern. Dies hat nicht nur zur Folge, dass das Risiko erheblich gemindert wird, auch das Schnarchen wird in den meisten Fällen deutlich reduziert. Dies kommt dadurch, dass das Schnarchen ein direktes Indiz für eine Apnoe ist.

Die sogenannte Protrusionsschiene wird individuell für jeden Patienten angefertigt, sodass der Tragekomfort hoch ist, denn für einen erholsamen Schlaf sollte die Schiene nicht als Fremdkörper wahrgenommen werden. Seit dem Jahresbeginn 2022 wird die Protrusionsschiene, wenn sie vom Schlaflabor und dem Zahnarzt diagnostiziert worden sind, von den Krankenkassen übernommen. Dies eröffnet vielen Patienten neue Möglichkeiten und kann Krankheiten wie die Schlafapnoe effektiv bekämpfen.

Praxis für Zahnheilkunde & Implantologie Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc & Kollegen

Krahnendonk 7 | 41066 Mönchengladbach | Tel. 0 21 61 - 66 63 60 | E-Mail: info@zahnarzt-drbongartz.de
Sprechzeiten: Mo.-Do. 8-19 Uhr, Fr. 8-15:30 Uhr und nach Vereinbarung | www.zahnarzt-drbongartz.de



HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

MEHR MÄRKTE

MEHR FESTE

MEHR KUNST

MEHR KONZERTE

MEHR THEATER

MEHR PARTIES

EINFACH MEHR (ER)LEBEN

termine.hindenburger.de



MI 1

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **der herzerfresser**
Von Ferdinand Schmalz.
19:30 | Theater MG

SONSTIGES

» **BDH-Sozialrechtsberatung**
(jeden Mittwoch)
Anmeldungen unter Tel. 02166 217810 oder info@bdh-moenchengladbach.de
14:30-17:30 | Geschäftsstelle des BDH-Kreisverbands MG | Gelderner Str. 30

» **Apéro Art – Töpfern für Einsteiger und Fortgeschrittene**
Anmeldung Tel. 02166 92890-0 oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

» **BIS-Kino – Mommy**
Kanada 2014, Regie: Xavier Dolan, 133 Min., FSK 12.
20:00 | BIS-Zentrum

DO 2

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Comedy in the Box**
In der neuen Comedy-Show-Reihe werden neben Newcomern, StandUpnern und Varietisten Zaubereiteler und Comedy-Musiker auf der Bühne stehen.
19:30 | Red Box

» **QUEEN's Last Night**
Songdrama von Frank Matthus und Jochen Kilian.
19:30 | Theater MG

» **Elke Winter – Queen of Comedy**
Entertainment pur – das steht für Elke Winter auch in ihrem nigelnagelneuen Programm.
20:00 | TiG

» **Michael Mittermeier – #13**
Das 13. Programm zum ersten Mal in Mönchengladbach.
20:30 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

KONZERTE

» **4. Meisterkonzert 2022/2023 – Goldmund Quartett**
Florian Schötz (Violine), Pinchas Adt (Violine), Christoph Vandory (Viola) und Raphael Paratore (Violoncello) spielen Werke von Johann Sebastian Bach, Dmitri Schostakowitsch und Ludwig van Beethoven.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **Sprechstunde im BiZ – Komm ins Team Polizei!**
Voraussetzungen, Bewerbungsmodalitäten, Auswahlverfahren, Verdienst- und Aufstiegschancen, Studium und alltäglicher Dienst. Anmeldung nicht erforderlich!
15:00-16:30 | Berufsberatungszentrum (BiZ)

» **Sprechstunde im BiZ – Mit Sicherheit sind Sie dabei!**

Ausbildung im allgemeinen Vollzugsdienst
Die Ausbildungsleiterin der JVA Willich, Frau Gotzes, berichtet über Zugangsmöglichkeiten und Perspektiven für junge Erwachsene. Anmeldung nicht erforderlich!
16:30-18:00 | Berufsberatungszentrum (BiZ)

FR 3

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **BIS Lounge-Theater – Stille Wasser**
Vergnüglicher Blick auf Freundschaft und moderne Partnersuche in Mönchengladbach.
19:00 | BIS-Zentrum

» **Nathan der Weise**
Dramatisches Gedicht von Gotthold Ephraim Lessing.
19:30 | Theater MG

» **Geht nicht? Gibt's nicht!**
Comedy mit Tan Caglar.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Break Free – The Best Of Queen**
„Break Free“ ist die ultimative Queen Tribute Show.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **VHS Makerspace**
Der VHS Makerspace öffnet seine Pforten und packt die Technik aus. Teilnahme kostenlos. Info/Anmeldung: www.vhs-mg.de, Tel. 02161 25-6400.
17:15-19:30 | VHS MG

SA 4

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **BIS Lounge-Theater – Stille Wasser**
Vergnüglicher Blick auf Freundschaft und moderne Partnersuche in Mönchengladbach.
19:00 | BIS-Zentrum

KONZERTE

» **Demon's Eye – No. 1 Deep Purple Tribute Show**
Deep Purple in Rock – sämtliche Songs des Klassikers endlich wieder live!
20:00 | TiG

SPORT

» **Fußball – Bundesliga**
BMG – SC Freiburg
15:30 | Borussia-Park

» **Handball – Oberliga Männer**
BMG – TV Lobbich
19:15 | Jahnhalde

FESTE / MÄRKTE

» **Trödelmarkt**
6:00-14:00 | Parkplatz SMS Businesspark | Blumenberger Str.

KIDS / JUGENDLICHE

» **Tarzan – Das Musical-Highlight für die ganze Familie**
15:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **Eröffnung der Ausstellung „MG+ Laura Heyer: Differenzen“**
(4.3.-2.4.2023)
Begrüßung: Klaus Schmitt.
19:30 | MIMMI Kunstverein e. V.

SO 5

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Nathan der Weise**
Dramatisches Gedicht von Gotthold Ephraim Lessing.
19:30 | Theater MG

SPORT

» **Fußball – Frauen-Regionalliga West**
FV Mönchengladbach 2020 – DSC Arminia Bielefeld
13:00 | Campuspark Rheydt

» **Fußball – Regionalliga West Frauen**
BMG – Bayer 04 Leverkusen II
13:00 | Grenzlandstadion

KIDS / JUGENDLICHE

» **4. Kinderkonzert 2022/2023 – Auf in die Märchenwelt!**
Für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Mit Werken von Maurice Ravel, Peter Tschaikowsky u. a. Mit Paula Emmrich als Konzertkobold Kiko.
11:00 | Theater MG

» **Radio Rabatz – die musikalische Radioshow für Kinder**
Release-Konzert der neuen Lila Lindwurm-CD.
15:00 | Rhe-er Eck

» **Leseföhlen – wortreich**
Rheydt liest vor, Sonntagsgeschichten
Für Kinder ab 4 Jahren. Mit Lesepatin Mechthild Poswa-Scholzen. Eintritt frei!
15:00 | Stadtbibliothek RY

» **Ein Fall für Grete**
Von Sabine Sanz für zwei Schauspieler und Puppen. Für Kinder ab 5 Jahren.
15:00 | Theater MG

SONSTIGES

» **Karnevalsmuseum**
Einblick in die historische Tradition des Mönchengladbacher Karnevals.
11:00-14:00 | Altes Zeughaus

» **Erster Sonntag – Führungen und Offene Malklasse**
Stündlich Führungen und Kunstgespräche zu den aktuellen Ausstellungen. Für Kinder und



Foto: © Dincer Gücyeter

9.3.2023 | 19:30 Uhr | Stadtbibliothek Rheydt
UNSER DEUTSCHLANDMÄRCHEN

Der Debütroman des Lyrikers Dincer Gücyeter, lässt nichts aus – kein Missverständnis, keinen Konflikt am Arbeitsplatz, ganz gleich, ob in der Fabrik, beim Bauern auf dem Feld oder in der eigenen Kneipe. Und dann ist da noch die Erwartung der Mutter an den heranwachsenden Sohn, der ihr als starker Mann zur Seite stehen soll, selbst jedoch eine gänzlich andere Vorstellung von einem erfüllten Leben hat. Gücyeter erzählt von archaischer Verwurzelung im anatolischen Leben, von der Herausforderung, als Gastarbeiterin und als deren Nachkomme am Niederrhein ein neues Leben zu beginnen...

www.stadtbibliothek-mg.de



Foto: © Grace Sohn

15.3. + 16.3.2023 | 20:00 Uhr | Theater MG + Kaiser-Friedrich-Halle
5. SINFONIEKONZERT 2022/2023 DER NIEDERRHEINISCHEN SINFONIKER – WILLIAM WEI

Als Gastdirigenten hat GMD Mihkel Kütson seinen ersten „Chef“ eingeladen: den gebürtigen Taiwaner Shao-Chia Lü. In seinen Konzerten blickt Shao-Chia Lü musikalisch zunächst in seine Heimat: Upsurge (Aufschwung), komponiert von Gordon Shi-Wen Chin. Es folgt das 3. Violinkonzert von Camille Saint-Saëns. Für diesen anspruchsvollen Solopart ist William Wei zu Gast. Nach der Konzertpause folgt eines der fesselndsten Werke der Musikgeschichte: die Symphonie fantastique von Hector Berlioz.

www.theater-kr-mg.de/niederrheinische-sinfoniker/



Foto: © Winfried Wachowius

18.3.2023 | 19:30 Uhr | BIS-Zentrum
BON SCOTCH – A TRIBUTE TO AC/DC

Im Jahr 2010 ist Bon Scott, der legendäre erste Sänger von AC/DC, schon 30 Jahre auf dem Highway to Hell, da beschließen fünf Mönchengladbacher, ihm und der größten Band auf dem Planeten zu huldigen. Nach zwölf Jahren und vielen Gigs in der Region Rheinland sind sie unterwegs, um die Botschaft des

Rock'n'Roll zu teilen, einfach Spaß und High Voltage zu verbreiten und Bon, Angus, Malcolm, Phil, Cliff und natürlich auch Brian Johnson und ihre größten Hits zu feiern. We salute you! Schweiß, Leidenschaft und manchmal auch Blut gehören dazu, If you want blood. Let there be Rock!

www.bis-zentrum.de



Foto: © Matthias Stutte

26.3.2023 | 18:00 Uhr | Theater MG
MATA HARI (PREMIERE)

Als Tänzerin für ihre geheimnisvolle Aura und erotische Ausstrahlung bewundert, als Spionin hingerichtet – Mata Hari (1876-1917) war schon zu Lebzeiten eine Legende. Mit exotischen Tanzkreationen wird sie zu einer gesellschaftlichen Attraktion, umschwärmt von spendablen und einflussreichen Gönnern. Doch als ihre Tanzkunst nicht mehr gefragt ist, braucht sie

andere Geldquellen. Während des 1. Weltkrieges verstrickt sie sich in politische Intrigen der Großmächte. Über diese schillernde Persönlichkeit kreiert Robert North einen neuen, visuell und musikalisch opulenten Ballettabend.

www.theater-kr-mg.de

Jugendliche von 5 bis 12 ist die Malklasse geöffnet. Eintritt frei!
11:00-18:00 | Museum Abteiberg



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **(R)Evolution**
Eine Anleitung zum Überleben im 21. Jahrhundert von Yael Ronen und Dimitrij Schaad.
19:30 | Theater MG

KONZERTE

» **Junges Podium**
Fortgeschrittene Kinder und Jugendliche musizieren. Eintritt frei!
19:30 | VHS Rheydt

VORTRAG / LESUNG

» **Leben in Deutschland – Arbeiten in den Niederlanden:**
Vortrag und Vermittlungsvorschläge im BiZ
Kostenloser Vortrag mit anschließenden Einzelgesprächen. Anmeldung nicht erforderlich!
10:00-12:00 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

KIDS / JUGENDLICHE

» **3. Krabbelkonzert – Frühlings-erwachen**
Für Kinder von 0 bis 2 Jahren.
10:30 | Theater MG (Studio)

SONSTIGES

» **Apéro Art – Lieblingssteine bemalen**
Anmeldung Tel. 02166 92890-0 oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

» **Just Lindy! – Social Dance zur Musik der 30er- und 40er-Jahre**
Einfach mal tanzen zur Swing-Musik – das kann man im „Rhe-er Eck“ in Rheydt. Eintritt frei!
19:00-22:00 | Rhe-er Eck
www.hot-peppers.de



VORTRAG / LESUNG

» **LesARTen**
Schreibkreative aller Altersgruppen haben hier die Chance, selbstverfasste Texte einem aufmerksamen Zuhörerkreis zu präsentieren. Eintritt frei!
20:00 | BIS-Zentrum



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Dat Rosi sieht rot**
Kabarett, Musik und Klamauk mit Sabine Wiegand.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **vino y musica...** mit „Shrimp City Slim“ alias Gary Erwin
Bereits zum dritten Mal kommt der Blues- und Boogiepianist Shrimp City Slim (alias Gary Erwin) zurück ins Kult+Genuss.
20:00 | Kult+Genuss

VORTRAG / LESUNG

» **TEXT | STATIONEN – Dincer Gücyeter liest aus „Unser Deutschlandmärchen“**
Der Debütroman des Lyrikers und Peter-Huchel-Preisträgers 2022 Dincer Gücyeter lässt nichts aus – kein Missverständnis, keinen Konflikt am Arbeitsplatz, ganz gleich, ob in der Fabrik, beim Bauern auf dem Feld oder in der eigenen Kneipe.
19:30 | Stadtebibliothek RY

» **Dr. Mark Benecke – Hitlers Schädel und Zähne**
Kriminalbiologie Dr. Mark Benecke widmet sich auf skurrile bis teilweise eklige Weise spannenden Fragen, die man manchmal lieber nicht beantwortet haben möchte.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **Sprechstunde im BiZ – Ausbildung und Studium bei der Bundespolizei**
Informationen rund um die Ausbildungs- und Studienberufe bei der Bundespolizei. Anmeldung nicht erforderlich!
15:00-17:00 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

» **onLeihe-Sprechstunde – für den ersten Einstieg und konkrete Fragen**
Für alle, die wissen wollen wie man eBooks, eAudios, eMagazines und ePaper mit eReader, Tablet und Smartphone ausleiht, ist die onLeihe-Sprechstunde die erste Anlaufstelle.
17:00 | Stadtebibliothek RY



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Rigoletto**
Oper von Giuseppe Verdi.
In italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 | Theater MG

» **Paul Panzer – Midlife Crisis... willkommen auf der dunklen Seite**
In seinem neuen Programm zeigt sich der Ausnahmekünstler in der Krise seines Daseins.
20:00 | Red Box

» **surREALITÄT**
Kabarett mit Jan Philipp Zymny.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Dosenbier meets Strafkanneisen**
Punkrock.
19:30 | BIS-Zentrum

» **Küchenkonzert – BUCKET BOYS „unplugged“**
Die BUCKET BOYS sind weit über die Grenzen Deutschlands bekannt für ihren ehrlichen Rock'n'Roll. Support: Gitarrenduo „If dogs run free“. Zwei Stimmen, zwei Gitarren. Reduziert und doch kraftvoll. Eintritt frei! Um Hutspenden wird gebeten.
19:30 | Kulturküche

SONSTIGES

» **VHS Makerspace**
Der VHS Makerspace öffnet seine Pforten und packt die Technik aus. Teilnahme kostenlos. Info/Anmeldung: www.vhs-mg.de, Tel. 02161 25-6400.
17:15-19:30 | VHS MG

» **Eröffnung der Ausstellung von Shamsudin Achmadov** (10.3.-26.3.2023)
19:00 | Galerie im Atelierhaus E71

» **Glendalough Irish Whiskey Tasting**
Zusammen mit Brand Ambassador Aoife Hand werden im Rahmen der „Irischen Woche“ sechs einzigartige Whiskeys von Glendalough verkostet.
19:00-22:00 | Kult+Genuss



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Damenbesuch – 4 Hochzeiten und 2 Todesfälle**
Zweites Programm von Michèle Connah, Stefanie Görtemöller und Claudia Wölfel de Mejia.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Metal Charity Slam – Blind Age meets Way Too Far**
Ein Abend ... zwei Bands ... eine Live Album Release Party ... eine Kunstausstellung von Sarah Link ... und eine Spendenaktion für einen guten Zweck!
19:30 | BIS-Zentrum

» **ABBA GOLD – The Concert Show**
Wundervolle Lieder, unvergessene Melodien und das Lebensgefühl einer ganzen Generation – die Show ABBA GOLD feiert die schwedischen Superstars mit einer einzigartigen Hommage.
20:00 | Red Box

SPORT

» **Fußball – Regionalliga West Männer**
BMG U23 – SC Wiedenbrück
14:00 | Grenzlandstadion

» **Handball – Oberliga Männer**
TV Geistenbeck – TSV Kaldenkirchen
19:30 | Sporthalle Mülfort

FESTE / MÄRKTE

» **Trödelmarkt**
6:00-14:00 | Parkplatz SMS Businesspark | Blumenberger Str.

KIDS / JUGENDLICHE

» **Theaterspatzen – Als Stummfilmstar auf dem Sunset Boulevard**
Workshop für Kinder von 6 bis 12 Jahren mit Mezzosopranistin Susanne Seefing.
10:00-13:00 | Theater MG

SONSTIGES

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

» **Schnuppertag für alle** – Tag für Instrumente, Gesang und Tanz
Musik erleben, Instrumente kennenlernen und ausprobieren, informieren! Mit Präsentationskonzert. Teilnahme kostenfrei!
14:00-17:00 | Musikschule

» **Biertasting im Bunker Gütterath**
Tasting mit Biersommelière Gracia Sacher. Reservierung: info@bernhardpetz.de oder Tel. 02166 912485.
18:00-20:00 | Bunker Gütterath

» **Kochkurs „Markttag/Vegetarisch“**
Es werden regionale und saisonale Zutaten von höchster Qualität verarbeitet, die mit einigen „unverzichtbaren Komponenten“ aus der mediterranen Küche kombiniert werden.
19:00 | Kult+Genuss



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **THEATER EXTRA – Matinee zu „Mata Hari“ (Uraufführung)**
Ballett von Robert North. Musik von Christopher Benstead. Um 10:30 Uhr öffentliches Training für Besucher der Matinee.
11:15 | Theater MG

» **Veni, Vidi, Witzig – Er kam, er sprach, sie lachten**
Stand-up-Comedy mit Sascha Korf.
20:00 | TiG

FESTE / MÄRKTE

» **Trödelmarkt**
11:00-18:00 | Edeka Endt (Parkhaus) | Mittelstr. 5

KIDS / JUGENDLICHE

» **Zwerg Nase**
Von Sabine Sann nach Wilhelm Hauff für zwei Schauspieler und Puppen. Für Kinder ab 6 Jahren.
11:00 | Theater MG (Studio)

SONSTIGES

» **Niederrheinische Sammlerbörse**
Die Briefmarkenfreunde 1924 e. V. Mönchengladbach laden Briefmarken-, Münz- und Briefesammler ein. Eintritt frei!
9:00-14:00 | Krahnendonkhalle Neuwerk

» **Offene Führung im Schloss Rheydt für Erwachsene**
Treffpunkt für die kostenlose Führung ist der Arkadengang vor dem Herrenhaus.
15:00-16:00 | Schloss Rheydt



SONSTIGES

» **VHS-Programmkinos – „The Son“**
USA/Frankreich/Großbritannien 2022, 123 Min. Hugh Jackman, Vanessa Kirby und Laura Dern in einem Film von Florian Zeller.
20:00 | Comet-Cine-Center



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Procedure Ada 2.0**
Von Katharina Kurschat. Mit Katharina Kurschat sowie Che Rin Na (Klavier), Violetta Gaul (Querflöte) und Ana Paola Alarcon (Geige).
20:00 | Theater MG (Studio)

SONSTIGES

» **Kräuterglück – Schloss Rheydt kräuternd neu entdecken**
In Vergessenheit geratene Wildpflanzen werden neu entdeckt.
17:00 | Schloss Rheydt (Brücke an der Schutzhütte)



KONZERTE

» **Debüt-Konzert**
Es spielen Schülerinnen und Schüler der Städtischen Musikschule. Eintritt frei!
19:00 | Theater MG

» **5. Sinfoniekonzert 2022/2023 der Niederrheinischen Sinfoniker**
Mit Werken von Gordon Shi-Wen Chin, Camille Saint-Saëns und Hector Berlioz. Solist: William Wei (Violine), Dirigent: Shao-Chia Lü.
20:00 | Theater MG

SONSTIGES

» **Das neue Gesicht der Altstadt – After-Work Kultur & Kulinarik**
Mit dem Stadtführer die #kunst-routestadt entdecken.
18:00 | Treffpunkt: Frenzen Restaurant | Waldhausener Str. 89

» **BIS-Kino – Deutschstunde**
Deutschland 2019, FSK 12. Regie: Christian Schwochow, 125 Min.,
20:00 | BIS-Zentrum



SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Novecento – Die Legende vom Ozeanpianisten**
Von Alessandro Baricco.
20:00 | Theater MG (Studio)

KONZERTE

» **Tangokonzert**
Das Akkordeonorchester und Gäste laden zu einem bunten Konzertabend. Leitung: Lena Kolo.
19:00 | Musikschule

» **5. Sinfoniekonzert 2022/2023 der Niederrheinischen Sinfoniker**
Mit Werken von Gordon Shi-Wen Chin, Camille Saint-Saëns und Hector Berlioz. Solist: William Wei (Violine), Dirigent: Shao-Chia Lü. Konzerteinführung um 19:15 Uhr.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **Sprechstunde im BiZ – Karriere bei der Bundeswehr**
Möglichkeiten für Jugendliche und junge Erwachsene im Bereich Ausbildung und Studium. Anmeldung nicht erforderlich!
15:00-16:30 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

» **Online-Veranstaltung – Psychologie studieren**
Dr. Verena Wockenfuß von der Studienberatung der Universität Duisburg-Essen informiert in ihrem Video-Seminar über Studiengang, Zugangsvoraussetzungen und Berufsperspektiven. Anmeldung unter moenchengladbach.biz@arbeitsagentur.de
16:00-18:00 | ONLINE



KONZERTE

» **Tom & Crawford – An acoustic tribute to THE BEATLES**
Thomas Wimmer (Gitarre/Bass/Gesang), Dirk Kraforst (Gitarre/Gesang).
19:30 | BIS-Zentrum

» **4. Schlosskonzert 2022/2023 – Duo [døbas]**
Didier Jacquin (Bassklarinette) und Holger Busboom (Bassklarinette) spielen Werke von Joseph Bodin de Boismortier, Georg Philipp Telemann, Willem de Fesch, Sebastián Tozzola sowie Eigenkompositionen.
20:00 | Schloss Rheydt

SPORT

» **Fußball – Bundesliga**
BMG – SV Werder Bremen
20:30 | Borussia-Park

PARTY

» **Tonspuren**
Party-Serie von und mit Dj.rocka
(„Rolle“).
21:00 | Messajero

SONSTIGES

» **VHS Makerspace**
Der VHS Makerspace öffnet
seine Pforten und packt die
Technik aus. Teilnahme kosten-
los. Info/Anmeldung: www.vhs-mg.de, Tel. 02161 25-6400.
17:15-19:30 | VHS MG

» **Kochkurs Fleisch & Gar-
methoden**
Von geräucherten Hähnchen bis
zum halbgegartem Rind.
19:00-23:00 | Kult+Genuss

SA 18

KONZERTE

» **Tapetenwechsel**
„Wirbelwind“ und „ConMoto“
zu Gast in der Friedenskirche.
Eintritt frei! Es wird um eine
Spende für die Sanierung der
Orgel gebeten.
16:00 | Ev. Friedenskirche

» **Weltklassik am Klavier –
Chopin und der Traum vom
Regen, Paganini und die Hexen-
variationen!**
Kaan Baysal spielt Werke von
Sergei Rachmaninow, Frédéric
Chopin, Maurice Ravel, Franz
Liszt und Johannes Brahms.
17:00 | KunstSignal – Alter Bahn-
hof Geneicken

» **Bon Scotch – A Tribute to
AC/DC**
Harry Gerresheim (Bon & Brian/
Vocals), Andreas Gruhn (Angus/
Gitarre), Lothar Kuß (Malcolm/
Gitarre), Sascha Strömer (Phil/
Drums), Kai Viehof (Cliff/Bass).
19:30 | BIS-Zentrum

» **The Spirit of Freddie Mercury**
Eine ausgefallene Bühnenshow
mit Ledershorts, barocken
Kostümen und Fantasieuniformen,
ergänzt durch Tänzer und
internationale Top-Sänger.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SPORT

» **Megamarsch – 50 km durch
Mönchengladbach**
50 km in 12 Stunden zu Fuß
wandern.
7:00 | Start/Ziel: Messegelände
Nordpark
www.megamarsch.de

» **Trabrennen**
13:00 | Trabrennbahn

» **Handball – Oberliga Männer**
BMG – TSV Aufderhöhe
19:15 | Jahnhalde

FESTE / MÄRKTE

» **Trödelmarkt**
6:00-14:00 | Parkplatz SMS Busi-
nesspark | Blumenberger Str.

SONSTIGES

» **Singen für Anfängerinnen und
Anfänger**
Stimmbildung für alle, die
gerne singen oder das Singen
lernen wollen. Leitung: Monika
Hintsches.
10:00-16:00 | Musikschule

» **ProWein – Weinprobe**
KULT+GENUSS – die Faszination
der Vielfalt
Außergewöhnliche Weinreise
mit Weiß- und Rotweinen aus
Nah und Fern.
19:00-22:00 | Kult+Genuss

SO 19

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Nathan der Weise**
Dramatisches Gedicht von Gott-
hold Ephraim Lessing.
19:30 | Theater MG

» **Die Nacht der Musicals**
In einer zweieinhalbstündigen
Show werden Highlights aus
den bekanntesten Musicals ein-
drucksvoll und stimmungstark
präsentiert.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

KONZERTE

» **Tapetenwechsel**
„Wirbelwind“ und „ConMoto“
zu Gast in der Friedenskirche.
Eintritt frei! Es wird um eine
Spende für die Sanierung der
Orgel gebeten.
16:00 | Ev. Friedenskirche

SPORT

» **Fußball – Frauen-Regional-
liga West**
FV Mönchengladbach 2020 –
FSV Gütersloh 2009 II
13:00 | Campuspark Rheydt

» **Fußball – Regionalliga West
Frauen**
BMG – 1. FC Recklinghausen
13:00 | Grenzlandstadion

KIDS / JUGENDLICHE

» **Zwerg Nase**
Von Sabine Sanz nach Wilhelm
Hauff für zwei Schauspieler und
Puppen. Für Kinder ab 6 Jahren.
11:00 | Theater MG (Studio)

SONSTIGES

» **Eröffnung der Ausstellung
„Laser – Zeichnungen – Skulp-
turen“** (19.3.-2.4.2023)
Rainer Plum hat sich mit seinen
Laserinstallationen einen
Namen gemacht.
11:30-16:00 | [Kunstraumno. 10]

DI 21

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **6. Komische Nacht Mönchen-
gladbach**
Comedy-Marathon mit Benni

Stark, Herr Schröder, Ill-Young
Kim, Jonas Greiner, Laura
Brümmer und Passun Azhand in
6 Locations.
19:30 | Kaiser-Friedrich Halle
(Restaurant ninety-nine) / Res-
taurant Hasenbände im Hensen
/ Rosenmeer / TiG / Wickrather
Brauhaus / Messajero
www.komische-nacht.de

VORTRAG / LESUNG

» **Literatur-Treff in der Bücherei
Lürrip**
(Hobby-)Autoren lesen eigene
Texte vor: Kurzgeschichten,
Kurzprosa, Romankapitel.
Anmeldung unter Tel. 0157
53587420.
18:00-20:00 | KÖB – Kath. Öffent-
liche Bücherei (im Pfarrheim
Neusser Str. 220)

KIDS / JUGENDLICHE

» **Hast du ein Bild von dir? Ge-
chattet – verliebt – vermisst**
Gastspiel Niederheintheater.
Für Jugendliche der Klassen
7 bis 9.
9:30 + 11:30 | Theater MG

MI 22

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Dave Davis – Ruhig, Brauner!
Demokratie ist nichts für
Lappen.**
Dave Davis, der „Sunshine-
Generator“ der deutschen
Kabarett- und Comedy-Szene,
hat sein als Liveshow getarntes
Soforthilfepaket für Deutsch-
land bis oben hin pickepackevoll
geschnürt.
20:00 | KUNSTWERK – das rote
Krokodil

» **Cancel Culture**
Comedy mit Salim Samatou.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Solisten und Orchester der
Welt in Mönchengladbach –
David Fray**
Der Franzose David Fray pendelt
am Klavier zwischen leiden-
schaftlichem Sturm und Drang
und träumerischer Versunken-
heit. Sein Spiel ist ebenso
intelligent wie eigensinnig und
verückt.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

KIDS / JUGENDLICHE

» **Gleich = / Gleich**
Ein Theaterstück für Jugend-
liche über Geschlechterrollen,
Gleichberechtigung und
Klischees von Raoul Biltgen.
9:30 + 11:30 | Theater MG

DO 23

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Atze Schröder – Echte Gefühle**
Atze mal wieder in Bestform. Nie
war er wichtiger als heute, denn

in seinem neuen Programm
spricht der Beichtvater der Emo-
tionen über Wahrhaftigkeit.
20:00 | KUNSTWERK – das rote
Krokodil

» **Procedure Ada 2.0**
Von Katharina Kurschat. Mit
Katharina Kurschat sowie Che
Rin Na (Klavier), Violetta Gaul
(Querflöte) und Ana Paola
Alarcon (Geige).
20:00 | Theater MG

» **Überragend**
Comedy mit David Kebekus.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Junges Podium**
Fortgeschrittene Kinder und
Jugendliche musizieren. Eintritt
frei!
19:00 | Musikschule

» **YES WE JAM!**
Impro Live Concert.
20:30 | Messajero

SONSTIGES

» **Apéro Art – Deko und kleine
Geschenke zu Ostern**
Anmeldung Tel. 02166 92890-0
oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

FR 24

KONZERTE

» **Rockstreicher in Concert**
Es spielen die Rockstreicher der
Musikschule. Leitung: Francis
Norman.
18:30 | Musikschule

» **Köster & Hocker**
Gerd Köster und Frank Hocker
mit ihrem nunmehr neunten
Bühnenprogramm „Wupp“.
20:00 | TiG

KIDS / JUGENDLICHE

» **Jim Knopf und Lukas der
Lokomotivführer**
Das märchenhafte Familien-
musical nach dem Roman von
Michael Ende.
18:30 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» **VHS Makerspace**
Der VHS Makerspace öffnet
seine Pforten und packt die
Technik aus. Teilnahme kosten-
los. Info/Anmeldung: www.vhs-mg.de, Tel. 02161 25-6400.
17:15-19:30 | VHS MG

» **Biertasting im Bunker
Güdderath**
Tasting mit Biersommelière
Gracia Sacher. Reservierung:
info@bernhardpetz.de oder Tel.
02166 912485.
19:00-21:00 | Bunker Güdderath

» **Kochkurs „Tapas“**
Tapas sind kleinere Gerichte
oder „Häppchen“ und wesentli-
cher Bestandteil des spanischen
Lebensstils.
19:00-22:30 | Kult+Genuss

SA 25

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Rigoletto**
Oper von Giuseppe Verdi.
In italienischer Sprache mit
deutschen Übertiteln.
19:30 | Theater MG

SPORT

» **Handball – Oberliga Männer**
Borussia Mönchengladbach –
DJK Unitas Haan
18:00 | Jahnhalde

PARTY

» **DJ Helldriver meets DJ Konvex**
House Session mit Gabriel
Kasaboglu und DJ Konvex.
19:30 | BIS-Zentrum

FESTE / MÄRKTE

» **Trödelmarkt**
6:00-14:00 | Parkplatz SMS Busi-
nesspark | Blumenberger Str.

SONSTIGES

» **Cajon selber bauen**
In diesem Workshop baut sich
jeder Teilnehmende unter be-
währter Anleitung sein eigenes,
qualitativ hochwertiges Cajon.
10:00-13:00 | Musikschule

» **Rund ums Münster: Myster-
ien, Historie und Kirchenkunst**
Lassen Sie sich entführen in die
Welt des dunklen Mittelalters
und ergründen Sie die Mysterien
rund um das Münster.
11:00 | Treffpunkt: Edmund-Er-
lemann-Platz

» **Cajon spielen für Einsteiger
und Erfahrene**
In diesem Workshop zeigt
Martin Hesselbach, erfahrener
Instrumentalist und Pädagoge,
was man mit dem universellen
Instrument alles anstellen kann.
13:30-16:00 | Musikschule

» **Pure Peat Whisky Tasting –
„Give Peat a Chance“**
ISLAY – das ist für Whisky-Lieb-
haber der Inbegriff und die
Königsklasse des schottischen
Whiskys.
19:00-22:00 | Kult+Genuss

SO 26

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **THEATER EXTRA – Matinee
zu „Vögel“**
Von Wajdi Mouawad.
11:15 | Theater MG (Theaterbar)

» **Mata Hari (Uraufführung) –
Premiere**
Ballett von Robert North. Musik
von Christopher Benstead.
Anschließend öffentliche Pre-
mierenfeste, unterstützt von
der Gesellschaft für Ballett und
Tanz e. V.
18:00 | Theater MG

» **Tantra, Tupper & Tequila**
Kabarett mit Maria Vollmer.
20:00 | TiG

KONZERTE

» **Kulturfrühstück – Monika
Hintsches und Janek Wilholt**
Nach Veröffentlichung des
neuen Albums „Ins Blaue“ sind
Monika Hintsches und Janek
Wilholt wieder einmal als Duo
unterwegs.
11:00 | BIS-Zentrum

» **4. Kammerkonzert 2022/2023
– Rhythmus. Bläserquintette
des 20. Jahrhunderts**
Das Holzbläserquintett NR5
spielt Werke von Jean Françaix,
Pavel Haas, Steve Reich, Henri
Tomas und Bill Whelan arr. Jens
Singer.
11:00 | Theater MG

» **CANTICA VOBIS**
Benefizkonzert des Mönchen-
gladbacher Vokalensembles
mit Chormusik von John Rutter,
Camille Saint-Saëns, Maurice
Durufle und Knut Nystedt.
Eintritt frei! Spenden kommen
der Sanierung des Kirchturms
zugute.
17:00 | Kirche Wickrathberg |
Berger Dorfstr. 55

SPORT

» **Fußball – Frauen-Regional-
liga West**
FV Mönchengladbach 2020 –
Borussia Bocholt
13:00 | Campuspark Rheydt

SONSTIGES

» **Eröffnung der Ausstellung
„Julia Scher – Hochsicherheits-
gesellschaft“** (26.3.-20.8.2023)
12:00 | Museum Abteiberg

MO 27

SONSTIGES

» **Öffentliche Führung im
Theater Mönchengladbach**
Einzigartige Blicke hinter die
Kulissen.
18:00 | Theater MG

DI 28

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Farid – Magic Unplugged Live**
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

KIDS / JUGENDLICHE

» **Erinnern für morgen – Eine
Spurensuche bei Borussia
Mönchengladbach**
Workshop im Rahmen der Son-
derausstellung „Verantwortung
in Fußballschuhen“ für Jugend-
liche von 12 bis 18.
8:00-14:00 | Fohlenwelt

SONSTIGES

» **Sprechstunde im BiZ: Komm zur Feuerwehr Mönchengladbach – Ein starkes Team**
Es werden Fragen zu den Voraussetzungen für die verschiedenen Ausbildungswege beantwortet. Anmeldung nicht erforderlich!
13:00-15:00 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

» **Apéro Art – Frühlingskränze binden**
Anmeldung Tel. 02166 92890-0 oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

MI 29

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Sixx Paxx: „SIXX in the City Tour 2021/22“**
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SPORT

» **ADFC-Afterwork-Sporttour**
Für Touren-, Mountain-, oder Gravelbiker. Nicht fürs Rennrad oder gemütliche Pedelecs/E-Bikes! 35 km in und um Mönchengladbach mit ca. 22 km/h.
18:00-20:00 | Treffpunkt: Borussia-Park (Fansteinraute)

SONSTIGES

» **BIS-Kino – Melancholia**
Dänemark/Schweden/Frankreich/Deutschland 2011, Regie: Lars von Trier, 135 Min., FSK 12.
20:00 | BIS-Zentrum

DO 30

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Torsten Sträter – Schnee, der auf Ceran fällt**
Es geht um epische Exkursionen über Moral und Verstand, wie immer einem strengen roten Faden folgend.
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

KIDS / JUGENDLICHE

» **Erinnern für morgen – Eine Spurensuche bei Borussia Mönchengladbach**
Workshop im Rahmen der Sonderausstellung „Verantwortung in Fußballschuhen“ für Jugendliche von 12 bis 18.
8:00-14:00 | Fohlenwelt

FR 31

MÄRZ

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» **Mata Hari (Uraufführung)**
Ballett von Robert North. Musik von Christopher Benstead.
19:30 | Theater MG

KONZERTE

» **Jazz Circle Viersen e. V. – Das Kondensat**
Gebhard Ullmann (Saxophon, Bassklarinette, Flöte), Oliver Potratz (Kontrabass) und Eric Schaefer (Schlagzeug).
20:00 | Weberhaus Viersen-Süchteln | Hochstraße 10a

SONSTIGES

» **VHS Makerspace**
Der VHS Makerspace öffnet seine Pforten und packt die Technik aus. Teilnahme kostenlos. Info/Anmeldung: www.vhs-mg.de, Tel. 02161 25-6400.
17:15-19:30 | VHS MG

Sie möchten einen Termin melden?

Redaktionsschluss Terminkalender:
15. des Vormonats oder der vorhergehende Werktag.

Bitte senden Sie eine E-Mail mit folgenden Informationen:

Name, Datum und Uhrzeit der Veranstaltung, Veranstalter, Veranstaltungsort und Adresse sowie Eintrittspreise und Website der Veranstaltung. Für den Onlinekalender zusätzlich einen Beschreibungstext und Bildmaterial / Flyer an:

termine@hindenburger.de

ADRESSEN

ADFC Stadtverband Mönchengladbach e. V.
Eickener Str. 72 | 41063 MG
www.adfc-mg.de

Altes Zeughaus
Weiherstr. 1-6 | 41061 MG
www.altes-zeughaus.de

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

BiZ – Berufsinformationszentrum
Lürriper Str. 56 | 41065 MG
www.arbeitsagentur.de

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

Bunker Güdderath
Güdderath 29 | 41199 MG
www.bunkerfuehrungen.de

Campuspark Rheydt
Jahnplatz 10 | 41236 MG
Comet-Cine-Center
Viersener Str. 8 | 41061 MG
www.comet-cine-center.de

Evangelische Friedenskirche
Margarethenstr. 20 | 41061 MG

Fohlenwelt
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG
www.museum.borussia.de

Galerie im Atelierhaus E71
Eickener Str. 71 | 41061 MG
www.co-mg.de

Grenzlandstadion
Seminarstr. 20 | 41236 MG

Jahnalle
Volksgartenstr. 165 | 41065 MG

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

Krahnenonkhalle Neuwerk
Gathersweg 55 | 41066 MG

Kult+Genuss
Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG
www.kultundgenuss.de

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

[Kunstraumno. 10]
Matthiasstr. 10 | 41063 MG
www.raum-fuer-kunst.de

KunstSignal – Alter Bahnhof Geneicken
Otto-Saffran-Str. 102 | 41238 MG
www.kunstsignal.de
KUNSTWERK – das rote Krokodil
Wickrathberger Str. 18b | 41189 MG
www.kunstwerk-krokodil.de

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

Messegelände Nordpark
Gladbacher Str. 511 | 41179 MG
MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2 | 41061 MG
www.mgm.de

MIMI Kunstverein e. V.
Rudolf-Boetzelen-Silo | Künkelstr. 125 | 41063 MG
www.mimii.de

Monforts Quartier
Monforts Quartier 1 (vormals Schwalmstr. 301) | 41238 MG
www.monforts-quartier.de

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

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG
www.musikschule-moenchengladbach.de

Pfarrkirche St. Helena
St. Helena-Platz 9 | 41179 MG
www.helenamusik-rheindahlen.de

Red Box
Am Nordpark 299 | 41069 MG
www.redbox-mg.de

Rhe-er Eck
Odenkirchener Str. 29 | 41236 MG

Schloss Rheydt
Schlossstr. 508 | 41238 MG
www.schlossrheydt.de

Stadion im Borussia-Park
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG

Stars of the Galaxy
Berliner Platz 10 | 41061 MG
www.starsofthegalaxy.de

Stadtteilbibliothek Rheydt
Am Neumarkt 84 | 1236 MG
www.stadtbibliothek-mg.de

TextilTechnikum
Schwalmstr. 301 | 41238 MG
www.textiltechnikum.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78 | 41236 MG
www.theater-kr-mg.de

TiG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88 | 41061 MG
www.dein-tig.de

Trabrennbahn an der Niersbrücke
Am Flughafen 5 | 41066 MG
www.mgtrab.de

Volkshochschule
Am Sonnenhausplatz | 41061 MG
www.vhs-mg.de

Weberhaus Viersen-Süchteln
Hochstr. 10a | 41749 Viersen

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT



Jeden Monat neu.
Gedruckt, online und
als Digitalausgabe



www.hindenburger.de

IMPRESSUM

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach 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, UStID: DE247211801
PhG: Marktimpuls Verwaltungs GmbH
Anschrift wie oben, Amtsgericht Mönchengladbach, HRB 11530

HERAUSGEBER UND CHEFREDAKTEUR:
Marc Thiele (V. i. S. d. P.)

KONTAKT REDAKTION:
E-Mail: redaktion@hindenburger.de

TERMIKALENDER:
Martin Huth, E-Mail: termine@hindenburger.de,
Redaktionsschluss Terminkalender: 15. des Vormonats

REDAKTIONELLE MITARBEIT:
Jessica Sindermann, Gracia Sacher, RA Peter Kolb
COVERFOTO: de.123rf.com/profile_vadymvdrobot (# 116701708)
GRAFIK: Marktimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,
DRUCK: Senefelder Misset, Doetinchem (NL)

ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:
Marion Freier, Tel. 02161/68695-20, E-Mail: media@marktimpuls.de

AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE
werden auf Wunsch zugeschickt.

Vertrieb in ausgewählten Verteilstellen und Stadtteilen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Wegberg, Viersen, Willich und Schiefbahn

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. Kontakt s. o.



LÜCKENLOS IST EINFACH SCHÖNER.

IMPLANTATE – UM LÜCKEN ZU SCHLIESSEN.

Implantologie · Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie
Oralchirurgie



Dr. Dr. Lange & Weyel

Praxis für Mund - Kiefer - Gesichtschirurgie · Plastische - Ästhetische Operationen
Fliethstraße 67 · 41061 Mönchengladbach · Tel. 02161 / 4666666

www.lange-weyel.de