

NOVEMBER 2010 · 4. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

HINDENBURGER

DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHENGLADBACH UND RHEYDT

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

**KULINARISCH
HERBSTLICH
KÖSTLICHES**

**POETRY SLAM
DEBBIE
SCHEFOER**

**NACHTLEBEN
DIE BESTEN
PARTYS**

GUTE GESCHÄFTE

**FEINE KOST, DEKORATIVE INSPIRATIONEN UND
SCHMUCKE LIEBLINGSSTÜCKE**

GOLDANKAUF

seriös, kompetent und transparent

Rein Gold



WEIHNACHTS

Bargeld



Münzen



Zahngold



Goldschmuck



www.reingold.eu info@reingold.eu

MG - Rheydt, Marktstraße 13 • Erkelenz, Aachener Str. 2 (Markt) • Brüggen, Klosterstraße 53

☎ 0 21 66 - 14 71 55 8

☎ 0 24 31 - 97 45 08 0

☎ 0 21 63 - 94 99 53 0

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10:00 - 13:00 Uhr u. 14:00 - 18:00 Uhr • Sa. 10:00 - 14:00

SONNE, MOND UND STERNE ...

Liebe Leserinnen und Leser,

falls Sie zu denjenigen zählen, die ihre Weihnachtseinkäufe bisher in der letzten Minute, respektive Heiligmorgen um fünf vor zwölf getätigt haben, sind Sie bei uns an der richtigen Adresse: Wir verraten Ihnen nämlich schon in dieser Ausgabe, welche Geschäfte die besten Deko- und Geschenkideen parat haben. Vielleicht bietet auch unser vierseitiges Schmuck- und Uhren-Spezial eine gewisse Inspiration, entweder zum Verschenken oder als subtile Anregung, die Sie auf dem Nachttisch Ihres Partners drapieren können. Als Anregung für Ihre vorweihnachtliche Dekoration stellen wir Ihnen zwei besonders schöne Exemplare an Adventskränzen vor, die Sie sogar gewinnen können, schließlich beginnt die Adventszeit in diesem Jahr bereits im November und mit ihr auch die Fastenzeit. Falls Sie es mit dem Fasten nicht so genau nehmen, sind die Feinkostgeschäfte, die wir Ihnen in diesem Heft vorstellen, bestimmt die richtige Anlaufstelle für Sie.

Eine schöne spätherbstliche Tradition sollte trotz vorweihnachtlicher Aktivitäten und steigender Halloween-Begeisterung keinesfalls in Vergessenheit geraten: Das Fest des Heiligen Martin von Tours, das vor allem die Kinder anlässlich seines Todestages mit Liedern und selbst gebastelten Fackeln begehen. Wenn Sie also noch nicht zu erwachsen sind, informieren Sie sich bei uns, wo Sie am besten in Kindheitserinnerungen schwelgen, Martinsfeuer bestaunen und Weckmänner knabbern können. Lesen Sie außerdem, welche besonderen Veranstaltungen es gibt und wo Sie die perfekt knusprige Martinsgans bekommen.



Sascha Broich und Marc Thiele, Herausgeber.

Aller Feierei zum Trotz beginnt für die erfolgreichen Grundschulabsolventen im kommenden Sommer ein neuer Lebensabschnitt und es gilt schon jetzt, den bevorstehenden Schulwechsel vorzubereiten. Wir erläutern, was Sie beim Wechsel auf die weiterführende Schule beachten sollten und welche Kriterien bei der Wahl der richtigen Schule für Ihren Nachwuchs wichtig sind.

Wussten Sie, dass Mönchengladbach in der Kategorie der Städte mit mehr als 200.000 Einwohnern die dritt-sicherste in Deutschland ist? Polizeipräsident Hans-Hermann Tirre äußert sich im Stadtgespräch zur Kriminalitätsentwicklung.

Viel Spaß beim Lesen, Entdecken und Feiern wünschen

Sascha Broich und Marc Thiele
sowie die HINDENBURGER-Redaktion

GROSSE ROLL-UP & POSTER-AKTION!!!

nur **79,90€**

inkl. MwSt.

Heute bestellen → Heute abholen!!!

Eventuell anfallende Satz und Layoutarbeiten werden extra berechnet. Preis gilt für druckfertige Daten.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer



60 x 40 cm
70 x 50 cm
80 x 60 cm
100 x 70 cm

IDEAL FÜR
IHRE URLAUBSERINNERUNGEN

nur **8,50€**
nur **9,00€**
nur **9,50€**
nur **14,50€**

Bismarckstrasse. 74 • 41061 Mönchengladbach
Tel. 02161 - 183 999 • Fax 02161 - 20 92 30
info@kss-mg.de • www.kss-mg.de
Mo.-Fr. 10⁰⁰ - 18³⁰ Uhr • Sa. 10⁰⁰ - 14⁰⁰ Uhr



Kopieren • Drucken • Werben

Heute bestellen → Heute abholen!!!

INHALT



11

STADTGESCHICHTE
Der Schillerplatz



14

STADTGESPRÄCH
Polizeipräsident Hans-Hermann Tirre



18

SCHMUCK
Lieblingsstücke



22

GUTE GESCHÄFTE
Von Feinkost bis Deko



42

GESUNDER SCHLAF
Wie Sie richtig gut schlafen



48

DIE WELT DES TEES
Vom Teestrauch in den Beutel



50

WEIHNACHTSFEIERN
Klettern, bowlen, schießen, kochen



52

NACHTLEBEN
Die besten Partys der Stadt

MG INSIDE

- 6 STADTGEFLÜSTER
Märchen auf Rollschuhen
Kabarettist Stefan Verhasselt
Premiere: neuer Sports-Tourer
- 8 UMFRAGE
Lieblingsläden der Mönchengladbacher
- 8 LEBENSWEISHEITEN
In Mönchengladbacher Platt
- 9 GLOSSE
Andrea Peters hat keinen Platz für angeberische Küchenmaschinen
- 10 STADTGEFLÜSTER
Rheydter Martinsmarkt
Jochen Busse in Wegberg
Jahresgaben des Museumsvereins
Reuter Hoffest
- 11 STADTGESCHICHTE
Der Schillerplatz
- 12 EIN TAG IM LEBEN VON ...
Verkäuferin Stephanie Weichert
- 13 TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE
Schäferhund-Mischling John
- 13 TIPP VOM TIERARZT
Hundeschnupfen
- 14 STADTGESPRÄCH
Polizeipräsident Hans-Hermann Tirre
- 16 GLADBACHER AUTOREN
Rubina Schäfer alias Debbie Schefoer
- 17 BUCHTIPP
Mönchengladbach – so wie es war

- 26 DER ADVENTSKRANZ
Schöne Exemplare zum Gewinnen
- 27 TECHNIK-TRENDS
- 28 DIE EXPERTEN
Reformhaus Haas
Einrichtungshaus Tellmann

FREIZEIT

- 30 TIPPS FÜR KIDS
Theaterfestival Spielarten
Pippi und Aschenputtel
Der Fluch des Bergzaubers
Kunsthandwerkermarkt auf Schloss Rheydt
- 32 LITERATUR
Abenteuerlich, kulinarisch und schauerhaft
- 32 CDS UND DVDS
Von politisch über spirituell bis federleicht
- 34 WEITERFÜHRENDE SCHULEN
Die Qual der Wahl nach der Grundschulzeit

WIRTSCHAFT

- 36 AUSBILDUNG
Eine Chance für die Zukunft

SPORT

- 38 BORUSSIA
Wichtigeres als Fußball
- 39 SKI-CLUB MG

LIFESTYLE

- 18 SCHMUCKE LIEBLINGSSTÜCKE
Glamour-Ringe, Mops-Anhänger, ausdrucksstarke Uhren u. v. m.
- 22 GUTE GESCHÄFTE
Von Feinkost bis Deko



BEAUTY & GESUNDHEIT

- 40 FITNESS-STUDIOS TEIL 3
Ideal
McFit
Elan-Sports
Body-Fit
- 42 GESUNDER SCHLAF
Wie Sie richtig gut schlafen
- 44 ADLER APOTHEKE
Medikamentendosierung
- 44 NATURHEILKUNDE
Wenn jede Bewegung schmerzt
- 45 Glänzendes Haar
- 45 Herbstdepression?

KULINARISCHES & NACHTLEBEN

- 46 ST. MARTIN KULINARISCH
Gänsebraten und Weckmann
- 48 DIE WELT DES TEES
Vom Teestrauch in den Beutel
- 50 WEIHNACHTSFEIERN
Klettern, bowlen, schießen oder selber kochen
- 52 NACHTLEBEN
Urban Culture Society, Funky Saturday, Modern 80s Party, Zu House im Glück und Ü-35-Party
- 53 Ausgeh-Tipp: Mezcalito

NACHTLEBEN

- 54 HIGHLIGHTS
2. Meisterkonzert
Florian Schröder
Me and my girl
- 54 KONZERTE
- 55 AUSSTELLUNGEN
- 55 SPORT
- 56 TERMINE & EVENTS
im November
- 62 ADRESSEN
- 63 AUSLEGESTELLEN
Hier erhalten Sie den
HINDENBURGER

UND SONST?

- 64 IMPRESSIONEN
De Maizière gegen Islam-
schule, Cityfest, Bleichwiese,
Pelzboykott und Making-of
- 66 BISSMARC
Bissmarc und die gute
alte Zeit
- 66 IMPRESSUM

Bolksbuscher Str. 50
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 3939-144

JM Technical Textiles

Junkers & Müllers Fabrikverkauf

**Vielfältige Auswahl zu
Top-Preisen**



| | |
|----------------------|----------|
| Dekostoffe | ab 2 €/m |
| Flächenvorhangstoffe | ab 4 €/m |
| Tischdecken | ab 4 €/m |
| Duschvorhangstoffe | ab 4 €/m |
| Rollstoffe | ab 5 €/m |
| transparente Stoffe | ab 5 €/m |

Unsere Öffnungszeiten:
Mi., Do. und Fr.: 10 - 18 Uhr
Sa.: 10 - 14 Uhr

www.jm-techtext.com

USM - immer offen für neue Ideen.



Die Klassiker,
die Modernen,
die Originale.

It's Showtime
USM Sonderausstellung
verlängert bis Ende
November 2010

Es gibt wenige Dinge, die ein Leben und noch weit darüber hinaus halten. USM gehört dazu. Ein System mit nahezu unendlichen Erweiterungsmöglichkeiten - immer offen für Veränderungen. Jetzt in einer Sonderausstellung bei uns: Schauen Sie doch gleich mal rein!

USM
Möbelbausysteme

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

www.tellmann-einrichten.de

TELLMANN

+++ TICKER +++



SPIELZEUG FÜR ARME FAMILIEN

Haben Sie kaputtes oder altes Spielzeug zuhause? Dann bringen Sie es zur AOK-Geschäftsstelle auf der Rathenaustraße 4-5. Die AOK unterstützt damit eine besondere Aktion der DEKRA Soziale Dienste gGmbH. Diese sammelt altes oder kaputtes Spielzeug und gibt es nach der Reparatur an bedürftige Familien oder soziale Einrichtungen unentgeltlich weiter. Repariert werden die Spielsachen von Profis der TOYS Company aus Krefeld.



ZUMBA-FITNESS MIT SPASS

Die „Zumba® Fitness-Welle“ hat TOMMYs Tanzstudio in Willich-Schiefbahn erreicht: „Wir bieten viele Kurse an. Das gilt auch für Kinder. Es macht allen so viel Spaß, dass man die Anstrengung kaum merkt“, sagt Tanja Schlagenhauf, sie ist lizenzierte Instructorin. Das Zumba® Fitness Workout basiert auf dem Prinzip „Fun and easy to do“. Für Zumba® muss man nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur lateinamerikanischen Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben.

Info unter www.tommys-tanzstudio.de

FASHION-OUTLET

Markenmode direkt vom Hersteller



Wer nach qualitativ hochwertiger Mode zu einem tollen Preis-Leistungsverhältnis sucht, ist beim Fashion-Outlet genau richtig. Herren – und neuerdings auch Damen – finden hier bezahlbare (Marken-) Mode, umfangreichen Service und kompetente Fachberatung. Ganz

gleich, ob ein neues Outfit für den Berufseinstieg bzw. für eine besondere Festlichkeit oder eine lässige Freizeit-Kombination gesucht wird: Die Auswahl ist groß und in angenehmer Atmosphäre können sich die Dame und der Herr gut neu einkleiden. Ausgefallene Accessoires runden das Angebot ab.

Fashion-Outlet, Barbarossastr. 35, 41061 MG
Tel. 02161/4623650, www.mastexgmbh.de

MÄRCHEN AUF ROLLSCHUHEN

27.+28. NOV.

Am 27. und 28. November führt der Gladbacher Roll- und Schlittschuhclub (GRSC) in der Dünnerfeldhalle in Neuwerk wieder sein beliebtes Märchen auf Rollschuhen auf. In diesem Jahr „Der Zauberer von Oz“, angelehnt an den bekannten Hollywoodfilm, in dem das Mädchen Dorothy in einen Wirbelsturm gerät und aus dem heimischen Kansas im bunten, märchenhaften Land Oz landet. Gemeinsam mit ihren drei neuen Freunden – der Vogelscheuche, dem Blechmann und dem Löwen – sucht sie einen Weg zurück nach Hause. Dabei erleben sie spannende und lustige Abenteuer. Rund 45 schauspielernde Rollschuhläufer im Alter von fünf bis 46 Jahren werden die kleinen und großen Zuschauer verzaubern. Los geht's am Samstag um 17 Uhr und am Sonntag um 16:30 Uhr. Die Karten kosten im Vorverkauf 4,50 € für Erwachsene und 2,50 € für Kinder.

GRSC MG, Dünner Str. 36, 41066 MG, Tel. 02161/630116, www.grsc.de



DER NEUE SPORTS TOURER

Unter dem Slogan „Ein Athlet zeigt sich seinen Fans – Anfassen erwünscht!“ lädt das Autozentrum West zur Auto-Premiere: Der neue Opel Astra Sports Tourer ist am 13. November in allen Autozentrum West-Standorten zu sehen. „Erleben Sie den neuen Athleten in der Kompaktklasse, dabei ist Anfassen ausdrücklich erwünscht“, so Rainer Palm, Teamleiter Verkauf in Mönchengladbach: „Der neue Sports Tourer profitiert von den bewährten Opel-Innovationen, die ein besonderes Gefühl von Komfort und Sicherheit vermitteln. Mit den ergonomischen AGR-Vordersitzen, dem flexiblen neuen Kofferraum sowie den leicht zu klappenden Rücksitzen setzt er neue Maßstäbe in der Kompaktklasse!“ Nicht nur in der Seitenansicht erweckt der neue Wagen eher den Eindruck eines kraftvollen eleganten Coupés, als den eines Kombis. Er unterscheidet sich damit von der nüchternen Zweckmäßigkeit, die sonst in der Kompaktklasse weit verbreitet ist. Eine effiziente Kofferraumgestaltung und erstklassige Funktionsdetails lassen ihn zu einem wahren Raumwunder werden.



„DAT NEUE NIEDERRHEIN-PROGRAMM“

„Der Niederrheiner ist ein Assoziations-Prakesierer“, stellt Kabarettist Stefan Verhasselt fest und ergänzt: „Er ist in der Lage, erstaunliche Verbindungen herzustellen zwischen Gott und der Welt und findet Erklärungen für Dinge, die man eigentlich gar nicht erklären kann.“ Es sind die scheinbar unspektakulären Anekdoten, die aufmerksamen Beobachtungen, der ganz normale Wahnsinn, den Verhasselt, geboren im niederrheinischen Straelen, beim Blick auf die



13. NOV.

Stefan Verhasselt erklärt uns den Niederrheiner live im TIG.

Heimat mit Charme, Spielwitz und einer Prise schwarzem Humor preisgibt. So erzählt er von Erlebnissen mit seinen Tanten Lisa, Anna und Agnes, er beleuchtet die niederrheinische Spargelkunde von „Polders Gret“ und den letzten Weg von „Lüffgens Willi“. Ganz im Stile von Niederrheinkabarett-Vater Hanns Dieter Hüsch präsentiert Stefan Verhasselt sein neues Niederrhein-Programm am 13. November 2010 im TIG.

TIG Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88, 41061 MG
Tel. 01577/3035077, www.tig-mg.de
und www.stefan-verhasselt.de

The top half of the poster features a green background with a white, textured illustration of a building facade. Red and orange autumn leaves are scattered around the edges. The text 'Reuter Badshop' is written in a bold, black, sans-serif font.

Reuter Badshop

Hof-Fest

***Sa 13.11. &
So 14.11.10***

**Sa 09-18 Uhr
So 13-18 Uhr**

**Kühlenhof 2
Mönchengladbach**

Ein Fest für alle Sinne...

Floristik | Kaffee & Gebäckspezialitäten | Keramik
Fotografie | Mode & Accessoires | Design-Leuchten
Schmuck | Wein & Delikatessen | Malerei



reuter-badshop.de

LIEBLINGSLÄDEN UND GEHEIMTIPPS

Die Einkaufsempfehlungen
der Mönchengladbacher.

Die aktuelle Ausgabe des HINDENBURGER enthält einmal mehr viele nützliche Tipps rund ums Einkaufen in Mönchengladbach, Rheydt und Umgebung. Passend dazu haben wir in unserer Umfrage Passanten auf der Hindenburgstraße nach ihren Einkaufsempfehlungen, Lieblingsläden und Geheimtipps in der Vitusstadt befragt.

Insgesamt waren diesmal Kritik, überschwängliches Lob und klare Empfehlungen gleichberechtigt nebeneinander vertreten. Ganz vorne in der Gunst der Befragten: Die kleinen Fachgeschäfte sowie gut sortierte Buchhandlungen. Mit die wichtigsten Kriterien waren dabei – neben einem ansprechenden Sortiment – ein freundlicher Umgangston, kompetente Beratung und ein ehrliches Interesse am Kunden.

Text: Annika Neidhöfer · Fotos: Sandra Ophei



Christa G. und Monika D.

Wir bevorzugen kleine feine Fachgeschäfte im Boutique-Stil, die es hier aber leider nicht mehr gibt. Es ist einfach nicht mehr so, wie es früher war – oder unsere Ansprüche haben sich mit der Zeit verändert. Auch die Mode scheint nicht mehr so anspruchsvoll zu sein.



Karin Simons

Mein Lieblingsladen? Marco Schuhe! Da komme ich gerade her, die sind spitze. Es gibt aber in der Innenstadt noch mehr Geschäfte, die wirklich nett sind, z. B. auf der Wallstraße. Für gute Weine fahren wir zu Jacques' Wein-Depot auf der Krefelder Straße.



Josef Anstötz

Wo ich gerne einkaufe? Da müssten Sie eigentlich meine Frau fragen, denn ich bin nur ihr Begleiter. Bei Barrique auf der unteren Hindenburgstraße habe ich allerdings schon mal einen Rotwein gekauft. Dort hat man mich sehr zuvorkommend und kompetent bedient.



Barbara Boecker

Ich lese sehr gerne und mein persönlicher Lieblingsladen ist die Mayersche Buchhandlung in Mönchengladbach. Dafür komme ich extra aus Rheydt, denn hier ist das Sortiment größer. Das schönste Geschäft ist eigentlich La Casa, aber die sind recht teuer.



Katrin Brock

Meine Mutter hat mir gerade erst ganz begeistert erzählt, dass sie in Rheydt einen kleinen Antiquitäten- und Deko-Laden entdeckt hat. Er liegt etwas versteckt in der Harmoniestraße und heißt Fesslers-Selection. Geschenke kaufe ich gerne bei Tee Gschwendner.



Klaus Preußing

Geheimtipps gibt es hier ja nicht wirklich. Platten, CD's und Klamotten weitab vom Mainstream findet man nur noch bei Nightmare Records in der Altstadt. Ein Tipp für Männer auf Geschenkssuche: Schatzinsel Silberschmuck auf der Wallstraße. Die beraten sehr gut.

LEBENSWEISHEITEN IN MÖNCHENGLADBACHER PLATT



Im November gibt es mit Allerheiligen, Allerseelen, Volkstrauertag und Totensonntag eine Reihe von Gedenktagen für die Toten. Darum befassen wir uns mit dem Tod in unserer platten Sprache.

War jemand nach schwerer Krankheit wieder gesund geworden sagte man **Dä ös d'r Du-et van de Schöpp jespronge** – Er ist dem Tod von der Schaufel gesprungen. Über einen Menschen, der todkrank

war hieß es: **Dämm kiik d'r Du-et uut de Oore** – dem schaut der Tod aus den Augen. Oder auch: **Dä steet môt eene Pu-et em Jraav** – er steht mit einem Fuß im Grab. War ein Mensch verstorben, hatte er die (lange) Reise angetreten – **Hä hat de Rees jedonn.**

Wurde auffällig und überzogen am Grab getrauert, sagten unsere Vorfahren: **Je hatter jejri-ene, je i-er verrijä-ete** – je härter geweint, je eher vergessen. Eine Trauerfeier musste auch nicht immer zwin-

gend traurig sein: **Vräut mot senn bei de Liik, söös jeet kenner mött** – Freude muss beim Begräbnis sein, sonst geht keiner mit. Zum Schluss: **Em Du-et send alle Mänsche jliik** – im Tod sind alle Menschen gleich. Dieser Spruch hat irgendwie etwas beruhigendes, denn ob arm oder reich, niemand kann dem Tod ausweichen.

Zusammengestellt von Helmut Schrammel, Sprüche entnommen aus: **Oss platte Schprock – wi di Alde kallde** – von Kurt Paul Gietzen

ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

Ab in die Küche!

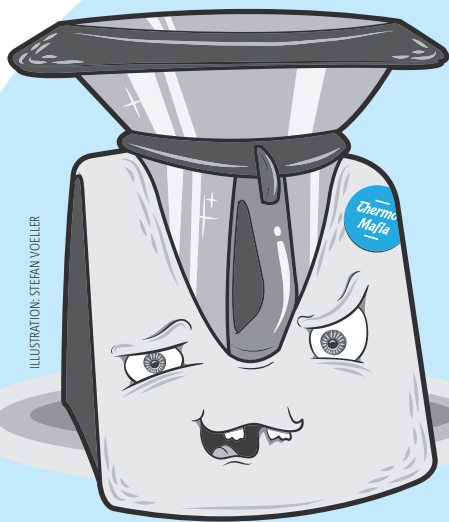


ILLUSTRATION: STEFAN VOELLER

Ich war auf dieser privaten Verkaufsveranstaltung. Nicht, dass ich etwas kaufen wollte. Nein, ich gebe zu – ich war aus reiner Neugierde dort. Man denkt ja bei so etwas immer gleich an dicke Frauen, die in Privatwohnungen unter Anleitung zu knappe Dessous probieren. Es war aber für ein Küchengerät. Vor mir stand eine Frau und betonte fortlaufend, wie toll sie dieses wirklich einzigartige Gerät fände – „es ist so unglaublich, dass ich möglichst vielen Menschen davon erzählen will, alle sollen davon erfahren, alle sollen es wissen“, praise the lord, praise the lord! Ich dachte: Auf jeden Fall, aber hundert pro, steht da jemand von der Küchenmaschinenmafia im Nebenraum und zwingt sie dazu, solche Sachen zu sagen. „Ich bin so begeistert und nutze es jeden Tag, ich weiß gar nicht mehr, wie ich ohne auskommen konnte! Es kann fast alles und das unglaublich schnell: Wiegen, hacken, mixen, rühren, schneiden, schroten, mahlen, pulverisieren, kneten, emulgieren und: Es kocht, gart und spült sich fast von selbst und das alles akzentfrei in drei Sprachen. Hallelujah! ... und es kostet auch nur tausend Euro. Yeah! Praise the lord! Ich brauche das alles nicht.

Neulich erst habe ich in einem Artikel gelesen, dass ein Großteil der elektronischen Küchengeräte aus einem kurzlebigen Impuls heraus gekauft wird und dann irgendwann im Küchenschrank verschwindet. Ich ergänze: Erstens, es ist nicht ein Großteil, es sind alle Geräte, die verschwinden. Zweitens, nicht alle verschwinden, manche stehen auch einfach nur herum. Das steht zum Beispiel seit zehn Jahren diese wirklich große, teure, handbetriebene Schneidemaschine in meiner Küche. Als die Schneidemaschine neu war, habe ich fünf Tage lang jeden Morgen und jeden Abend hauchdünne Schinkenscheibchen auf noch dünneren Brotscheibchen gegessen. Fünf weitere Tage lang aß ich Brot mit Geraspelttem vom Käse und einem Hauch von Gurke. Nach drei Wochen der

Andrea Peters hat keinen Platz für angeberische Küchenmaschinen.

Begeisterung kam in mir das Gefühl auf, dass es für das meiste, was ich esse, keine allzu große Rolle spielt, ob es nun zwei Millimeter oder fünf Millimeter dick ist. Einen halben Tag nach dem Ende der Garantiezeit ging die Schneidemaschine kaputt. Die Reparatur kostete 500 Euro, der Restwert betrug 499 Euro. Ich dachte: „Ich kann doch nicht eine Schneidemaschine mit 499 Euro Restwert wegwerfen, das macht man doch nicht. Bei so einer teuren Maschine, da ist die Firma vielleicht kulant und repariert sie trotzdem – ich werde mal nachfragen“ oder: „Bestimmt kennt einer jemanden, der sowas reparieren kann. Man sollte sich mal umhören.“ Das tut man dann aber nie und seitdem muss ich jedes Mal, wenn ich an meine Tischsets will, erst die zentnerschwere Schneidemaschine beiseiteschieben.

Dann ging die Kaffeemaschine kaputt. Der Verkäufer sagte: „Kaufen Sie besser gleich einen Kaffeevollautomaten mit integriertem Milchaufschäumer, Touchscreen, höhenverstellbarer Ablagefläche und eigener Rösterei. Kaffee pads benutzen nur noch die ewig Gestrigen!“ Ich besitze noch eine Filtermaschine aus den Achtzigern mit Nena-Frisur und drei Milchaufschäumer, einer davon solarbetrieben. Ich werde also niemals in eine Milchschaumnotlage geraten, solange die Sonne scheint. Dennoch habe ich mir den Kaffeevollautomaten gekauft; man kann sich aufs Wetter nicht mehr verlassen. Auf dem neuen Kaffeeautomaten stehen jetzt die alte Kaffeemaschine und das kaputte Senseogerät der Urahnen. Daneben steht die Schneidemaschine. 499 Euro. Das Regal ist voll mit Aufschäumern, Kaffeefiltern und Kaffee pads. Und dann habe ich noch den Sandwichtoaster, den 6-fach Toaster, den halb kaputten alten Toaster, die Brotbackmaschine, die zwei Eierkocher, die Fritteuse und das Schokoladenfondue. Wiegen, hacken, mixen, rühren – ich brauche keinen Alleskönner für tausend Euro. Ich habe alles ja schon. Bloß in Einzelgeräten. Also die tausend Euro quasi in hunderttausend Centstücken. Und das Beste: Selbst bei länger andauerndem Stromausfall kann ich jederzeit Milchschaum trinken!



Plakette fällig?

Keine Sorge, wir kleben Ihnen eine.*



Kfz-Prüfstelle
Tomphecke 18
41169 Mönchengladbach
Gewerbegebiet Hardt
☎ 021 61/57 69 69-2

Mo & Mi
09:00 - 13:00 Uhr
15:00 - 19:00 Uhr

Di, Do & Fr
09:00 - 13:00 Uhr
15:00 - 18:00 Uhr

jeden ersten & letzten Samstag im Monat
09:00 - 13:00 Uhr

ohne Voranmeldung

*im Auftrag der KUS

www.fahrzeugpruefung.de

Eine Werkstatt - alle Marken



IHR VW UND AUDI SPEZIALIST

VON OKTOBER BIS OSTERN



WIR HABEN DIE ADAC TESTSIEGER

Firestone Winterhawk 44,80 €
165 / 70 R 13 81 T

Pirelli Snowcontrol 59,00 €
185 / 60 R 14 82 T

Dunlop Winter Sport 3D 69,90 €
195 / 65 R 15 91 T

Conti TS 830 74,90 €
195 / 65 R 15 91 T

Der VW und Audi Spezialist
wilbertz

Autohaus Wilbertz GmbH · Oppelner Straße 25
41199 Mönchengladbach · Tel.: 021 66 / 9 63 80-0
www.autohaus-wilbertz.de

+++ TICKER +++

STUDENTEN BEFRAGEN LESER

Im November werden Studenten des Fachbereichs Wirtschaftswissenschaften der Hochschule Niederrhein eine Marktforschungsstudie zum Thema „Leserverhalten von Stadtzeitschriften in Mönchengladbach“ durchführen. Sollten auch Sie am Alten Markt, an der Theatergalerie, am Kaufhof, am Marktplatz in Rheydt oder auf der Harmoniestraße von einem der Teams angesprochen werden, bitten wir Sie auch im Namen des HINDENBURGER um Ihre freundliche Unterstützung. Die erhobenen Daten sind anonymisiert und werden ausschließlich zum Zweck dieser Studie erhoben.



RHEYDTER MARTINSMARKT FÜR DIE GANZE FAMILIE

Der erste Martinsmarkt des Rheydter City-Managements lockt am Sonntag, 7. November in die Rheydter Innenstadt. Von 13 bis 18 Uhr sind Kunsthandwerkermarkt und Läden geöffnet, gegen Abend startet der Martinszug. „Wir freuen uns, eine neue Veranstaltung geschaffen zu haben, die Besucher ansprechen wird und zeigen, welches Potenzial Rheydt hat“, betont Peter Homann, Vorstandsmitglied beim Rheydter City-Management. Harmonieplatz und Markt verwandeln sich von 13 bis 18 Uhr in ein buntes Marktviertel, das zum Schlendern, Stöbern und Shoppen einlädt. Die Aussteller zeigen ihre Bandbreite rund um das Kunsthandwerk: Ob hochwertige Krippen, Kunst aus dem Erzgebirge oder Wintergestecke, Perlenschmuck, Seidentücher oder Holzspielzeug – der Martinsmarkt bietet eine gute Chance, erste adventliche Geschenke zu erstehen. Apropos „erstehen“: Die Geschäfte in der Rheydter Innenstadt laden zum verkaufsoffenen Sonntag ein. Von 13 bis 18 Uhr können Interessierte gucken und bummeln, sich über die Herbst- und Wintertrends informieren und sogar schon den einen oder anderen Weihnachtseinkauf erledigen. Auf den beiden Bühnen (Markt und Harmonieplatz) gibt es Live-Musik, z. B. „Miss Joy“ und „Querbeat Unlimited“. Neben den typischen Leckereien wie Bratwurst und Bier sind Spezialitäten im Angebot, wie Flammkuchen, Süßes und Kaffee-Köstlichkeiten. Im Sinne des Rheydter City-Managements soll der Martinsmarkt vor allem ein Fest zu Ehren St. Martins werden. Deshalb startet um 17:30 Uhr vom Markt aus ein Umzug. Fackelträger der Feuerwehr und Musikkapellen sind neben den Kleinen auch dabei, wenn auf dem Markt das große Feuer entzündet wird. Alle Kinder bekommen eine Martinstüte.

SATIRISCHE SPITZEN

... und pointierte Sketche präsentieren Jochen Busse und Henning Venske in ihrem aktuellen Programm „Inventur“. Der eine cholerisch-verspielt, der andere nüchtern-sarkastisch – die zwei Senior-Kabarettisten ergänzen sich perfekt. Von der Demokratieverdrossenheit der alten Griechen über die Besteigung aller Krisen-Gipfel bis zu den Wahlschlachten 2009 lassen sie nichts aus. Unnachgiebig, unkonventionell und absolut unentschuldig zeigen sie, wie prickelnd politisches Kabarett sein kein. Am 16. November stellen sie ihr Können im Forum Wegberg unter Beweis. Los geht's um 20 Uhr. Die Karten kosten im Vorverkauf 19,- € (zzgl. VvK-Gebühr).

Infos bei der Burg Wegberg Catering GmbH

Tel. 02161/00000, www.burg-wegberg.de

Die Burg Wegberg verlost 5 x 2 Karten für die Veranstaltung. Schicken Sie einfach eine E-Mail mit Stichwort „INVENTUR“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Einsendeschluss ist der 11. November 2010.



FOTO: © KIPLING PHILIPPS

Henning Venske und Jochen Busse.



EXKLUSIVE UNIKATE

Geschäftsführer Dr. Christian Krausch vom Museumsverein Mönchengladbach stellt am 7. November die Jahregaben 2010 im Museum Abteiberg vor. Auch in diesem Jahr sind wieder faszinierende Unikate darunter, aktuell sind dabei: Arbeiten von Joel Fisher, K. O. Götz, Klaus Merkel (s. Foto) und Mathilde Rosier. Von 10 bis 15 Uhr wird Krausch Auskünfte über die einzelnen Exemplare geben. Für den Museumsverein haben die Jahregaben eine lange Tradition: Seit rund 30 Jahren trifft er eine Auswahl von Kunstobjekten, die exklusiv zuerst von Mitgliedern erworben werden können. „Für manchen

Kunstinteressierten ist ihr Erwerb ein Einstieg in eine eigene Sammlung“, weiß der Kunsthistoriker. Die Jahregaben haben stets einen engen Bezug zum Museum Abteiberg: Alle Künstler sind hier vertreten oder haben hier ausgestellt. Eine Broschüre informiert über die einzelnen Angebote. (sos)

Informationen unter www.museumsverein-moenchengladbach.de.

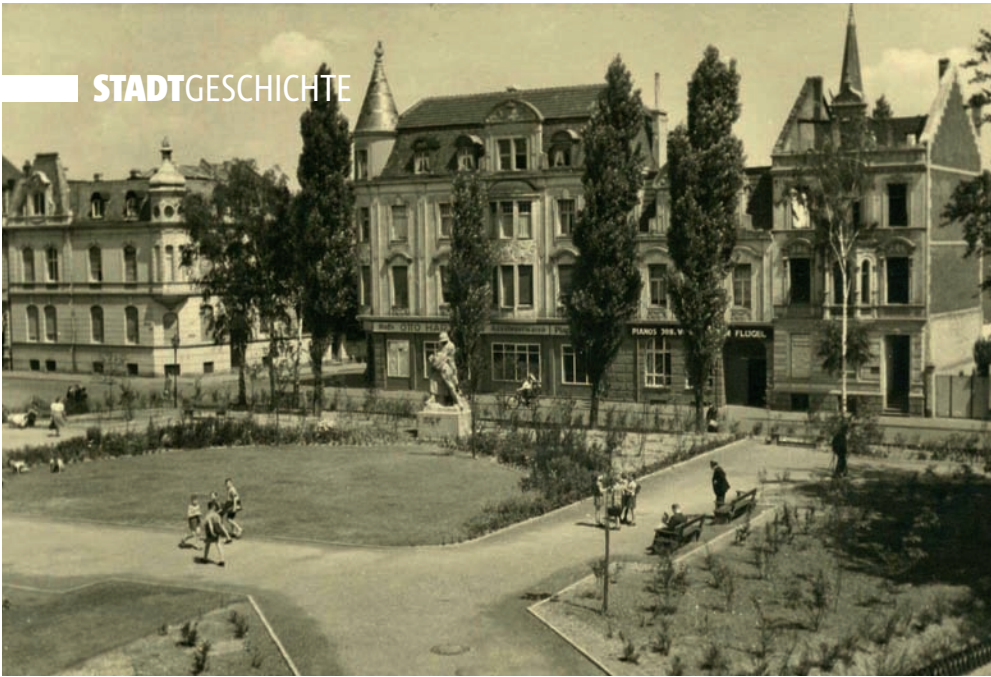


REUTER HOF-FEST

Der Reuter Badshop lädt am 13. und 14. November zum zweiten großen Hof-Fest ein. Im stilvollen Ambiente des denkmalgeschützten Kühlenhof in Hardt zeigen über 20 Aussteller, was den Herbst zur Genießer-Saison macht. Freuen können sich die Besucher u. a. auf spanische Weine von La Tienda, Kaffees und Trinkschokoladen von Coffee-In, exquisite Marmeladen und Soßen von Löffelweise sowie delikate Schokoladen, Liköre und Öle von feineKost. Zudem präsentieren die Modelabels

Kleiderwerkstatt und Lucybell ihre aktuellen Kollektionen, Mario Wegerl und Wolfgang Rabe ihre Kunstwerke und Hermann W. Grates dekorative Skulpturen für Haus und Garten. Passend zur Vorweihnachtszeit bietet auch der Reuter Badshop zahlreiche Inspirationen für originelle Geschenkideen: die neuesten Trends renommierter Bad-Hersteller und eine große Auswahl an Wohnaccessoires, Badtextilien, Taschen und edlen Design-Leuchten.

Reuter Badshop, Kühlenhof 2, 41169 MG, Tel. 02161/3089200, www.reuter-badshop.de



Der Schillerplatz nach dem **Zweiten Weltkrieg**, um 1955.

DER SCHILLERPLATZ

Ein Platz, der kaum wahrgenommen wird.

Nachdem der Stadtbauplan der Stadt Mönchengladbach 1863 verabschiedet war, wurde die Bebauung des heute Gründerzeitviertel genannten Areals in Angriff genommen. Auf seine Kosten und weitgehend auf seinen Grundstücken baute der Unternehmer Franz Niessen hierbei die heutige Schillerstraße aus. Dieser wurde 1875 deshalb der Name Franzstraße gegeben. Seine Nachfahren verkauften 1899 der Stadt das Grundstück Margarethenstraße 44, damit an dieser Stelle ein Platz angelegt werden konnte. Hinzu kamen weitere vier Grundstücke, die die Stadt von verschiedenen Eigentümern ebenfalls 1899 erwarb.

In der Folge wurde ein Platz angelegt, welcher vorerst offiziell keinen Namen hatte, aber schon bald sprach man im Vorgriff vom Schillerplatz. Die formelle Benennung erfolgte erst 1909, als die Franzstraße in Schillerstraße umbenannt wurde. Zu diesem Zeitpunkt stand auf dem Platz bereits ein Kiosk und erste öffentliche Grünflächen waren angelegt. An der Stelle der 1966 errichteten Sparkassenfiliale stand damals die Schillerapotheke.

Im Juli 1914 wohnte Oberbürgermeister Hermann Piecq der Grundsteinlegung für ein Welterhäuschen bei. Dieses Kleinod wurde 1941 abgebrochen. Nachdem die Anlagen während des Ersten Weltkriegs vernachlässigt worden waren, erfolgte Anfang der 20er-Jahre eine Neuanlage des Platzes. Zusätzlich wurde ein Kinderspielplatz eingerichtet und zum Schutz der Kinder durch eine Einfriedung vom sonstigen Verkehr getrennt.

Anlässlich der am 14. August 1931 stattgefundenen feierlichen Einweihung des Ehrenmals für die Gefallenen des 99. Oberrheinischen Infanterieregiments zwischen 1914 bis 1918 wurde der Schillerplatz 1932/33 neugestaltet. Das von Fritz Coubillier geschaffene und von den

Veteranen des Regiments mitfinanzierte Denkmal überstand den Zweiten Weltkrieg weitgehend unversehrt. In den ersten Nachkriegsjahren wurde der Platz in der alten Form wieder ansehnlich hergerichtet. Im Rahmen der Umgestaltung des Platzes Ende der 70er-Jahre, zugunsten der Errichtung eines Brunnens und der Neugestaltung des Spielplatzes, wurden die Grünflächen zurückgedrängt.

Text: Dr. Christian Wolfsberger · Fotos: Stadtarchiv MG



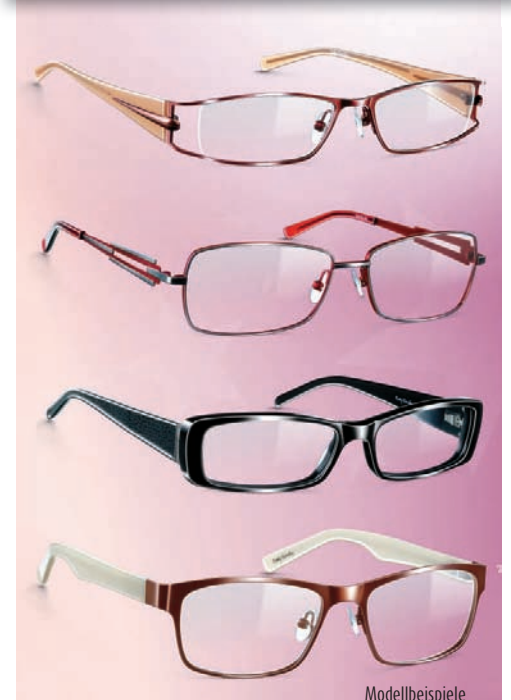
Der Schillerplatz mit dem **Ehrenmal**, um 1935.



Der Schillerplatz, **1982**.



Brille inkl. entspiegelter
Einstärkengläser-Kunststoff
★ 169,-€



Modellbeispiele

Brille inkl. entspiegelter
Gleitsichtgläser-Kunststoff
★ 269,-€



Aachener Straße 156 Hoistener Str. 58
41061 Mönchengladbach 41466 Neuss
Tel.: 0 21 61/83 14 01 Tel.: 02131/949206



EIN TAG IM LEBEN VON ... STEPHANIE WEICHERT

Die 25-jährige alleinerziehende Mutter ist eine wahre Expertin in Sachen Denim. Seit fünf Jahren arbeitet sie als Verkäuferin bei Jeans Point.

„Der Kontakt mit den unterschiedlichsten Menschen macht mir wahnsinnig viel Spaß und meine Arbeit so abwechslungsreich“, schwärmt die Verkäuferin, die ihre Karriere bei Jens Point 2005 als Aushilfe startete, sich zwei Jahre lang erfolgreich zur Verkäuferin ausbilden ließ und heute als Teilzeitkraft ein fester Bestandteil des Teams ist.

10:00 Ihr Arbeitsalltag beginnt um kurz vor zehn mit dem Aufschließen des Ladenlokals auf der Hindenburgstraße. Bei einer schnellen Tasse Kaffee wird im Team besprochen, was heute neben der Bedienung und Beratung der Kunden auf dem Plan steht, z. B. Ware bestellen oder das Geschäft umdekorieren. „Hinter dem Beruf Verkäuferin steckt viel mehr, als man denkt“, so Stephanie Weichert.

10:30 Die ersten Kunden betreten das Geschäft auf der Suche nach Jeans, Shirts und Co. 80 Prozent von ihnen machen das ganz gezielt und regelmäßig. Neben der Qualität und großzügigen Auswahl schätzen sie bei Jeans Point die freundliche Bedienung und kompetente, ausführliche Beratung. Vielen von ihnen kann Steffi Weichert nicht nur den Namen, sondern auch die passende Jeansgröße zuordnen. Aber auch neuen Kunden sucht sie mit nur einem Blick auf die Figur die richtige Größe und das passende Modell raus. Die Folge: verblüfft-begeisterte Gesichter. „Ich liebe Jeans und deren Vielfalt“, so die 25-Jährige. Darin besteht kein Zweifel, wenn man erlebt, mit welcher Begeisterung sie über die Hosen aus Denimstoff spricht.

11:30 Der erste Kundenansturm ist vorbei. Steffi Weichert widmet sich mit einer Kollegin der

neu eingetroffenen Ware. Diese wird auf Fehler überprüft, ausgezeichnet, nach unterschiedlichen Größen und Modellen sortiert und in die Regale oder ins Lager geräumt. Damit sie nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch weiß, wovon sie redet, probiert sie neue Modelle und Passformen selbst an. Zusätzlich nimmt sie regelmäßig an Schulungen teil, z. B. zu neuen Jeansmodellen.

13:00 Zeit für eine kleine Auszeit.

14:00 Nach stärkender Mittagspause geht's weiter. „Unsere Kundschaft ist bunt gemischt – von der Oma bis zu ihrem Enkel. Jeder Tag ist anders, weil jeder Kunde anders ist“, so Weichert. Manche Kunden wissen genau, was sie wollen. Sie öffnen ihren Gürtel und zeigen aufs Etikett ihrer Hose: „Genau die will ich haben.“ Andere brauchen etwas länger bis sie ihre Lieblings-Jeans gefunden haben. Geduldig hilft die 25-Jährige ihnen dabei. Sie ist nicht so leicht aus der Ruhe zu bringen. Selbst wenn ihre sorgfältig zusammengelegten Textilien zum zehnten Mal auseinander gezubbelt werden und andere spätestens jetzt genervt wären, hat sie immer noch ein Lächeln auf den Lippen. Zwischendurch hat die Verkäuferin ein bisschen Luft und erledigt die am Morgen besprochenen Aufgaben: Sie überprüft den Warenbestand, bestellt neue Ware, schickt fehlerhafte Ware zurück, gibt Änderungsarbeiten in Auftrag ...

16:15 Am Nachmittag wird es nochmal voller. Trotzdem nimmt sich Steffi Weichert für jeden Kunden Zeit. „Viele bleiben eine Stunde oder länger, freuen sich über einen leckeren Kaf-



fee und auf das ein oder andere Plüschchen“, so Weichert. Genauso wichtig wie eine ausführliche Bedienung ist ihr eine ehrliche Beratung. „Ich würde nie sagen, dass einem die Jeans passt oder steht, wenn das nicht der Wahrheit entspräche. Vielleicht hätte ich in dem Moment eine Hose mehr verkauft, aber der Kunde würde wahrscheinlich nie wieder kommen“, erklärt die 25-Jährige.

19:00 Die letzten Kunden verlassen das Geschäft. Zusammen wird noch ein wenig aufgeräumt und dann Feierabend gemacht. Erst jetzt merkt Steffi Weichert, wie kaputt sie ist. Den ganzen Tag auf den Beinen zu sein, schlaucht ganz schön. „Das gehört dazu. Ich könnte mir nie vorstellen, den ganzen Tag im Büro zu sitzen“, so die Verkäuferin, die ihren Job liebt und unheimlich gerne zur Arbeit geht. Dafür mitverantwortlich sind ihre Kollegen. „Wir sind wie eine große Familie. So etwas findet man nicht nochmal“, schwärmt Weichert.

TIERE SUCHEN EIN ZUHAUSE



FOTOS: DONNA SCHMELZER

GEMÜTLICHER RIESE

Seit Ende August wohnt Schäferhund-Mischling John im Tierheim am Hülserkamp. Eingewiesen wurde er vom Ordnungsamt aufgrund schlechter Haltung. Er ist 64 Zentimeter groß und geschätzte fünf Jahre alt. Obwohl er in der Vergangenheit ziemlich schlechte Erfahrungen mit Menschen gemacht hat, sucht er den Kontakt zu ihnen, ist unheimlich lieb, freundlich und zutraulich. Der aufgeweckte Vierbeiner freut sich über jede Aufmerksamkeit, die ihm entgegengebracht wird. Besonders gerne nimmt er Streicheleinheiten entgegen. Er liebt es, zu spielen und spazieren zu gehen. John ist auf der Suche nach Zuwendung und Sicherheit, nach einem liebevollen Zuhause, am liebsten mit Garten.

Tierschutz Mönchengladbach e. V., Hülserkamp 74, 41065 MG
Tel. 02161/602214, www.tierschutz-moenchengladbach.de

TIERARZT TIPP

HUNDE UND SCHNUPFEN

Eine laufende Nase, ständiges Niesen und Husten – nicht nur wir Menschen, sondern auch Hunde sind, besonders jetzt in der kalten Jahreszeit, anfällig für Schnupfen und Erkältung. Hat es einen von beiden erwischt, heißt es: Abstand halten. Denn Menschen können Hunde mit Schnupfen anstecken und umgekehrt. Die häufigsten Symptome sind Niesen, Nasenausfluss, häufiges Pfötchen-Wischen an der Nase, rasselnder Atem, Schläppigkeit, Fieber und reduzierter Appetit. Handelt es sich um einen einfachen Schnupfen, klingt dieser in wenigen Tagen von selber ab. Kommt es allerdings zu eitrigem, dickflüssigem Nasenausfluss oder zu besonders intensivem Husten mit Schleim-Hochwürgen, sollte der Tierarzt aufgesucht werden. Letzteres könnte ein Symptom für eine infektiöse Tracheobronchitis sein. Der so genannte „Zwingerhusten“ ist eine Erkrankung der Luftröhre und Bronchien und hochansteckend. Deshalb unbedingt den Kontakt zu anderen Vierbeinern vermeiden.



FOTOS: DONNA SCHMELZER

Infos bei Dr. Susanne Matthei, Kleintierpraxis Dr. Pilliar
Roermonder Str. 76, 41068 MG, Tel. 02161/890018

Handfeste Premium Qualität

Laminatboden - Die Optik macht den Unterschied.



z.B. LC50 mit Trittschalldämmung
in Räuchereiche Schiffsboden
14,99 Eur/qm.

10% Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie
10 % Rabatt auf alle Meisterböden!

 **HOLZFINIS**
STOLZ AUF HOLZ

2010 MARKTIMPULS.DE

Holz Finis
Luisental 61
41199 Mönchengladbach

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

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

FENSTER · HAUSTÜREN · ROLLÄDEN · GARAGENROLLTORE · MARKISEN
JALOUSIEN · SONNENSCHUTZ · WINTERGÄRTEN · FLIEGENGITTER

BILLIGE FENSTER BEKOMMEN SIE WOANDERS



QUALITÄT AUS EINER HAND
EIGENE FERTIGUNG + EIGENE MONTAGE

Mehr erfahren: www.rolladen-muellers.de

Trompeterallee 200-208 · 41189 Mönchengladbach-Wickrath · Tel. 02166 / 550550



Wenn ich früher einen **Berufswunsch** hätte äußern müssen, hätte ich gesagt: **Polizeipräsident**.

HANS-HERMANN TIRRE

Polizeipräsident Hans-Hermann Tirre im Gespräch mit dem HINDENBURGER über seinen Quereinstieg bei der Polizei und die Kriminalitätsentwicklung in Mönchengladbach.

Können Sie uns Ihren Werdegang und die typischen Aufgaben eines Polizeipräsidenten beschreiben?

Ich bin kein typischer Polizeipräsident. Mein Werdegang ist nicht in der Polizei verwurzelt, sondern ich war fast 30 Jahre lang als Dezernent im Rhein-Erft-Kreis zuständig für die Bereiche Recht, Ordnung, Katastrophenschutz, Veterinärwesen, Gesundheit, Wasser, Abfall und Verkehr. Als Leiter des Krisenstabes war ich auch zuständig für Dinge wie Katastrophenschutz, große Schadenslagen und die nicht-polizeiliche Gefahrenabwehr.

Aus meiner bisherigen Berufserfahrung kann ich hier vieles einbringen, wie z. B. das Verständnis für städtische Strukturen und Problembereiche, die aus der politischen Arbeit der Stadt erwachsen. Auch wenn ich eine Landesbehörde verrete, haben wir innerhalb dieser Stadt hervorragenden Kontakt, den im übrigen mein Vorgänger geschaffen hat, aber eine solche Zusammenarbeit ist immer von Personen abhängig, und mit den Personen dieser Stadt komme ich ausnehmend gut zurecht. Die Sicherheitskonferenz mit dem Oberbürgermeister und mit

dem leitenden Oberstaatsanwalt ist ein hervorragendes Beispiel für diese gut funktionierende Zusammenarbeit zwischen den Behörden, und darin besteht eine meiner Aufgaben. Die andere richtet sich in die Organisation und Verwaltung dieser Behörde hinein, da habe ich in den vergangenen Jahrzehnten schon das eine oder andere mitbekommen. Und das umzusetzen in eine Landesverwaltung, die ein bisschen anders tickt als eine Kommunalverwaltung, ist auch eine große, freudige Aufgabe.

„Jede einzelne Beschwerde gegen die Polizei geht über meinen Tisch.“

Wie gestaltet sich die Arbeit hier im Vergleich zu anderen Städten?

Es kommt nicht darauf an, ob man Polizeipräsident in einer Millionenstadt wie Köln mit 5.000 Behördenangehörigen oder einer mittleren Behörde wie bei uns ist. Als ich hier vor zwei Jahren mit meiner Arbeit begonnen habe, habe ich meine Ohren natürlich überall aufgehört, auch bei den Kolleginnen und Kollegen in vergleichbar großen Polizeipräsidenten, der kollegiale Zusammenhalt ist da sehr gut. Aber eine Stadt mit ähnlicher Größenordnung z. B. im Ruhrgebiet hat nicht unsere Probleme. Unsere Probleme

hier am Niederrhein sind gerade in Grenznähe völlig andere, auch einmalige, wenn ich auf die deutsch-holländische Zusammenarbeit eingehe, das teilen wir mit Aachen, aber schon nicht mehr mit Gelsenkirchen. Von daher sind solche Vergleiche schwer zu treffen.

Können Sie die Kriminalitätsentwicklung in Mönchengladbach während der vergangenen Jahre skizzieren?

Wir verzeichnen einen stetigen Rückgang der Kriminalitätsentwicklung, aktuell sind wir wieder auf dem Niveau von 1997, darauf können wir stolz sein. Wir sind jetzt bei einem Stand von 22.000 bis 23.000 Fällen, wir waren schon mal bei weit über 30.000. Mit dieser Entwicklung stehen wir unter den Städten mit mehr als 200.000 Einwohnern bundesweit auf Platz drei. Dabei spielt Prävention natürlich eine wichtige Rolle, allerdings lässt sich ihr Erfolg nur schwer an bestimmten Zahlen festmachen. Die hervorragende Arbeit und die Präsenz der Mönchengladbacher Polizei haben dazu beigetragen, dass die Kriminalität gesunken ist. Ob die Maßnahmen im subjektiven Empfinden der Bevölkerung oder im Täterkreis als Prävention oder Repression aufgefasst werden, kann man nur vermuten – aber man kann begründet vermuten, dass Prävention eine große Rolle spielt. Im präventiven Bereich sind wir in der Videobeobachtung tätig, da ist der Effekt aus meiner Sicht deutlich spürbar. Jede Tat, die präventiv verhindert wird, ist für uns ein Erfolg.

Worin bestehen aus kriminalistischer Sicht die größten Probleme in Mönchengladbach?

Als drittbeste Stadt in ihrer Kategorie hat Mönchengladbach keine herausragenden kriminalistischen Probleme, das muss man einfach mal sagen. Wir sind hier nicht in einem Gebiet, das besondere Ausschläge bei bestimmten Straftaten verzeichnet. Wenn man das so überbringt, bekommt man vielleicht das subjektive Sicherheitsgefühl wieder ein klein wenig mehr hin.

Worauf führen Sie den trotz rückläufiger Verbrechensentwicklung in der Bevölkerung „gefühlten“ Kriminalitätsanstieg zurück?

Zum einen haben die Medien daran einen großen Anteil, in der Art, wie sie eine Sicherheitslage darstellen oder nicht. Auf diese subjektive Wahrnehmung gehen wir selbstverständlich auch ein. Wir wissen in Mönchengladbach ja auch, wo es ruhigere oder weniger ruhige Orte gibt und welche Zeiten besonders arbeitsintensiv sind. Natürlich ist an einem Samstagabend in der Altstadt mehr los als dienstags. Gleichwohl kann das Sicherheitsempfinden der Bürger dort auch an einem Dienstagabend berührt sein. Die meisten Menschen fühlen sich abends alleine auf dem Friedhof, gerade jetzt in der dunklen Jahreszeit, weniger sicher, als auf einer beleuchteten Straße, obwohl die objektive Bedrohung die gleiche ist. Wir reagieren auf die gefühlte Sicherheitslage, indem wir auch Streifen und Polizei insbesondere auf der Straße

sichtbar machen. Auf gar keinen Fall wollen wir das Gefühl zulassen, es gäbe irgendwo rechtsfreie Räume. Da bedarf es schon einer gewissen Feinfühligkeit, sie wird nur von der Bevölkerung nicht immer so anerkannt.

Aber wir haben sie, wir gehen darauf ein und wollen schon im Vorfeld Sicherheit als Rahmen in Mönchengladbach bieten. Wir werden nie ein hundertprozentiges Sicherheitsgefühl erzeugen können, das hieße nämlich: allgegenwärtige Polizeipräsenz. Dann hätten Sie genau das Gegenteil. Wir bekommen, so glaube ich, in Mönchengladbach die Balance gut hin.

Gibt es Verbrechen, die Sie faszinieren, oder Fälle, bei denen Sie als Mensch hoffen, dass ein Täter nicht gefasst wird bzw. Verständnis entwickeln?

Als Mensch hoffen, dass ein Täter nicht gefasst wird, kann man gar nicht. Ich bin gerne Polizeipräsident, aber nicht aus der Faszination an Verbrechen oder Tätern heraus, sondern eigentlich eher anders herum. Es ist mir wichtig, den Fokus nicht auf die Täter, sondern auf die Opfer zu legen. Deswegen gibt es, das Tatverhalten betreffend, keine Faszination, sondern eigentlich nur die Aufgabe und die Verpflichtung, den Täter schnellstmöglich dingfest zu machen und darüber hinaus das Opfer nicht zu vergessen. Man sieht bei vielen Fällen, dass sich die Berichterstattung hinterher um die Täter rankt und nicht um die Opfer. Wer kennt beispielsweise heute noch die Namen der Opfer von Winnenden? Was mich allerdings fasziniert, dass es Fälle gibt, bei denen es nach urlanger Zeit aufgrund neuer Untersuchungsmöglichkeiten gelingt, Spu-

ren zusammenzuführen und Täter zu ermitteln, die sich das in ihrem Leben nicht mehr hätten vorstellen können. Mord verjährt nicht, die wirklichen Fälle bekommen wir über die Jahre mit einer hohen Aufklärungsrate hin. Diese Botschaft geben wir gerne weiter.

Gibt es Fälle, die Sie besonders beschäftigen?

Ich bin noch nicht so lange dabei und nehme man-

che Dinge wahrscheinlich auch anders wahr als altgediente Polizeibeamte. Für mich sind die Fälle, die wir jetzt haben, immer etwas Besonderes. Im Fall Mirco schaue ich reihum in die Augen und nehme in der ganzen Behörde eine massive Betroffenheit wahr. Wir haben Tausende von Polizeibeamten gehabt, die durch die Maisfelder gegangen sind, und da war keiner bei, der das nicht aus voller Überzeugung getan hat. Das bleibt schon als herausragend hängen. Aktuell wird der Fall des auf der Aachener Straße tödlich verunglückten Fahrradfahrers verhandelt. Dieser hätte gerettet werden können, wenn der Unfallverursacher angehalten hätte. Das ist auch ein Fall, der mich sehr berührt, weil es jeden von uns betreffen könnte.

Gibt es ein besonderes Ziel, das Sie sich für Ihre Tätigkeit hier gesteckt haben?

Ich möchte gerne noch während meiner Amtszeit den Neubau eines Präsidiums erleben. Die Arbeitssituation der Polizei hier ist seit langem durch einen Raumbedarf geprägt. Dieser Bedarf muss gedeckt werden und der aktuelle Standort ist nur mit hohem Aufwand aufrechtzuerhalten und entfernt sich immer weiter von dem, was wir als Polizei brauchen.

„Unsere Aufgabe ist es, nicht die Faszination der Täter zu beleuchten, sondern das Leid der Opfer.“



Das Interview führten Sascha Broich und Natascha Oberste (Text).
Fotos: Sandra Ophei

Weihnachtsspecial

GOLFCLUB



WILDENRATH e.V.



Jetzt Platzreifekurs verschenken!

- Freie Terminwahl.
- Gruppen- und Einzelstunden.
- Ausrüstung wird gestellt.
- Ganz in Ihrer Nähe.

Kosten: Bei anschließender Mitgliedschaft nur 120,- Euro (regulär 420,- Euro).

Gratis: Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie bei der Anmeldung Putter und 3 Golfbälle als zusätzliches Geschenk!

Infos zum Weihnachtsspecial erhalten Sie bei Club-Manager Ulli Staeger, Golfclub Wildenrath e.V., Am Golfplatz 1, 41844 Wegberg, Tel. 0 24 32 / 8 15 00.

GCW_Anz_10_HIND

GUTSCHEIN

FOR YOUR SIZE ONLY

HERRENMODE.
FÜR JEDEN ANLASS.
FÜR ALLE GRÖSSEN.
FÜR JUNG & ALT.



Unser Größenspektrum: 44-76 (normal) · 94-130 (schlank) · 22-38 (untersetzt) · 25,5-34,5 (halb untersetzt) · 49-85 (Bauchgrößen) · 53,5-63,5 (halbe Bauchgrößen)

Edler von F. Herrenmoden GmbH · Neuhofstraße 40 · 41061 Mönchengladbach
Tel.: 02161 - 2418226 · www.herrenmode-moenchengladbach.de
Öffnungszeiten: Mo-Fr 10-18 · Sa 10-16 Uhr

GUTSCHEIN gültig bis 30. November 2010

15 % Nachlass auf alle Sakkos (ausgenommen: reduzierte Ware)
Pro Person und Einkauf kann nur ein Gutschein eingelöst werden!
Den Gutschein bitte an der Kasse abgeben.



La Forchetta
Trattoria

ITALIENISCHE KOSTBARKEITEN

**SILVESTER
GROSSES
BUFFET**

RESERVIERUNG ERBETEN
BIS 20.12.2010



WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH

Gladbacher Straße 67 · 41179 Mönchengladbach
Tel. 021 61 - 5705 86 · Fax 021 61 - 5705 14

WWW.LA-FORCHETTA.NET

PT2

adoro
café - restaurant - lounge



MUSIC & DINNER
Mi. 24. Nov. '10 PT2
DIE PREMIERE GEHT WEITER



LIVE ON STAGE
FAIZ & AKAY MIT SEVEN FACES

NACH DEM ERSTEN ERFOLGREICHEN ABEND GEHT ES
NUN ENDLICH AB 18UHR WIEDER WEITER!
KULINARISCHES BUFFET, MEDITERRANE FINGER FOODS,
LIVE BAND & ZUM ABSCHLUSS EIN EXTRAVAGANTES
CLUBEVENTI

ENTRANCE 15€ PP. INKL. LIVE KONZERT,
BUFFET & AFTERSHOWPARTY!
UM VORRESERVIERUNG WIRD GEBETEN

adoromio.de

WEBSCHULSTR. 40 / 41065 MG
02161/294 0 784 / AN DER HOCHSCHULE

DEBBIE SCHEFOER

Poetischer Schlagabtausch mit Wörtern.



Unter ihrem Pseudonym Debbie Schefoer hat sich Rubina Schäfer, so ihr richtiger Name, schon weit über die Grenzen Mönchengladbachs als erfolgreiche Poetry Slammerin einen Namen gemacht. Als Poetry Slam (aus poetry engl. Dichtung und slam engl. zuschlagen) bezeichnet man einen Dichterwettbewerb in vortragender Form mit gleichzeitig schauspielerischen Komponenten. Er entstand vor ca. 25 Jahren in den USA und ist seit den 90er-Jahren auch in Deutschland bekannt.

**„Ein Poetry Slam ist ein Format,
bei dem man rauslassen kann,
was man möchte.“**

Im Gegensatz zu einer traditionellen Lesung stehen die Teilnehmer eines Poetry Slams untereinander im Wettbewerb, und das ausschließlich mit eigenen Beiträgen. Genau das ist die Welt der 19-jährigen Debbie Schefoer. „Hier darf alles zu Gehör gebracht werden“, erzählt die Gymnasiastin, „egal ob Lyrik, Prosa, Kabarett, Comedy oder sogar Rezepte, Hauptsache die Texte sind selbst verfasst und überschreiten beim freien Vortragen nicht das vorgegebene Zeitlimit.“ Dabei darf nach Herzenslust geflüstert, geschrien, gegrölt, gejault oder gekeucht werden, der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Requisiten, Kostüme oder Musikinstrumente sind generell nicht erlaubt. Zwischen den Vorträgen sorgen oft DJs oder Musiker für Stimmung. Bewertet werden die Vorträge, die in der Regel maximal fünf Minuten lang sein dürfen, entweder von einer Jury oder durch das Publikum. Debbie Schefoer entdeckte vor über einem Jahr das Format Poetry Slam für sich. Motiviert wur-

de sie hierbei durch erfahrene Slammer, bei denen sie sich so einiges abschaut. „Bei einem Slam geht es nicht unbedingt ums Gewinnen, sondern im Vordergrund steht der Vortrag mit dem Rauslassen von Gefühlen und Emotionen. Man entscheidet selber, wie weit man dabei geht“, so die 19-Jährige, die sich momentan im Lernstress befindet und sich auf die Abiturprüfungen 2011 vorbereitet.

Lampenfieber kennt Debbie Schefoer nicht, die Tatsache, vor vielen Zuhörern zu stehen und Texte frei vorzutragen, bereitet ihr keinerlei Schwierigkeiten. Mimik und Gestik sind übrigens sehr wichtige Komponenten. Mit dem spröden Rezitieren, beispielsweise von Gedichten, hat ein Poetry Slam nichts zu tun, denn hier wird Literatur und Sprachkunst richtig lebendig.

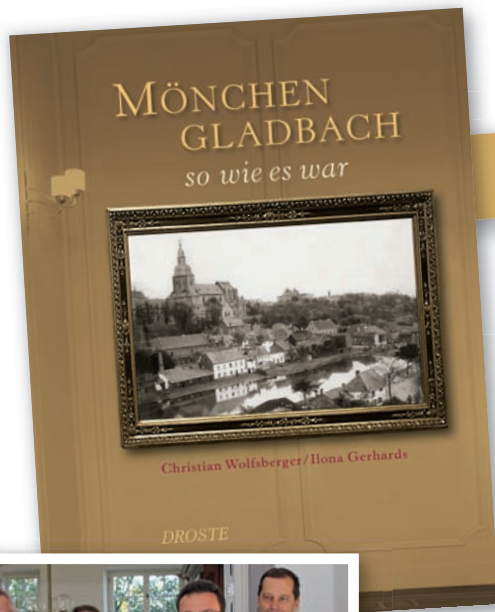
Durch das Beobachten von Menschen, die Aufnahme von Gesprächsfetzen sowie den regen Kontakt zu anderen Slammern bekommt Debbie Schefoer die Inspiration für ihre Texte. Dass sie dennoch das Zeug zum Gewinnen hat, bewies sie unlängst, als sie sich für die Ruhr-Meisterschaften der unter 20-Jährigen am 10. November qualifizierte. Sollte sie in dieser Altersklasse unter die besten Vier kommen, darf sie sogar an den deutschen Meisterschaften teilnehmen.

Auch als Organisatorin und Gastgeberin wird das Mönchengladbacher Vortragstalent demnächst in Erscheinung treten. Im Dezember dieses Jahres veranstaltet Debbie Schefoer im Blauen Haus des Offenen Ateliers ihren eigenen Poetry Slam. Dabei werden nicht nur, wie allgemein vermutet, junge Zuhörer zugegen sein, zunehmend finden ebenfalls ältere Generationen Gefallen an Worten, die regelrecht ins Publikum „geknallt“ werden.

Text: Martin Huth · Hanan H.

TERMINE

- **Di. 16.11.2010, 18:00 Uhr:**
Poetry Night in der Hochschule Niederrhein
- **Do. 25.11.2010, 20:30 Uhr:**
PIP 42 – Poeterey im Projekt 42,
Waldhausener Str. 40-42
- **Sa. 11.12.2010, 20:00 Uhr:**
„Kissenschlacht im Blauen Haus –
der AtelierSlam“,
Offenes Atelier Mönchengladbach,
Waldhausener Str. 14-16
Weitere Informationen über
Debbie Schefoer gibt es auch unter
www.offenes-atelier-mg.net



MÖNCHENGLADBACH SO WIE ES WAR

Ein Ausflug durch 200 Jahre Stadtgeschichte

Einen reich bebilderten Streifzug durch die Geschichte des heutigen Mönchengladbach bietet die Neuveröffentlichung der Autoren Dr. Christian Wolfsberger und Ilona Gerhards. Auf 174 Seiten erhält der Leser Einblicke in die Vergangenheit der drei ehemals eigenständigen Gemeinden Mönchengladbach, Rheydt und Wickrath, deren Gebietsentwicklung durch Kartenskizzen veranschaulicht wird. „Mönchengladbach – so wie es war“ ist kein Neuaufguss

altbekannter Anekdoten und immer wiederkehrender Kalenderbilder, sondern eine herausragende Darstellung mit vielen bislang unveröffentlichten Fotos und vereint leichtfüßig historische Kompetenz mit einer optisch ansprechenden Aufmachung. In sechs Kapiteln, beginnend mit den landwirtschaftlichen Wurzeln, über die Geschichte der heimischen Textilindustrie und den Aufstieg zur Großstadt bis hin zu mehr oder weniger modernen Transportmitteln und besonders bewegenden Momenten der Stadtgeschichte, erhält der Leser einen umfassenden und fundierten Überblick der vergangenen zwei Jahrhunderte. Auf dieser spannenden Zeitreise wird der Betrachter auf Interessantes, Amüsantes und auch Denkwürdiges stoßen und ganz im Vorbeigehen widerlegen die Autoren auch einige Vorurteile und Gerüchte, unsere Stadtgeschichte betreffend. Ergänzt wird die Darstellung durch knapp gehaltene Infokästen auf jeder Seite, die auch dem weniger geschichtskundigen Leser die chronologische Einordnung erleichtern. Für moderate 22,95 Euro hält das Buch wirklich mehr, als es verspricht und ist somit auch ein lohnender Geschenkipp für das unweigerlich herannahende Weihnachtsfest.

tilindustrie und den Aufstieg zur Großstadt bis hin zu mehr oder weniger modernen Transportmitteln und besonders bewegenden Momenten der Stadtgeschichte, erhält der Leser einen umfassenden und fundierten Überblick der vergangenen zwei Jahrhunderte. Auf dieser spannenden Zeitreise wird der Betrachter auf Interessantes, Amüsantes und auch Denkwürdiges stoßen und ganz im Vorbeigehen widerlegen die Autoren auch einige Vorurteile und Gerüchte, unsere Stadtgeschichte betreffend. Ergänzt wird die Darstellung durch knapp gehaltene Infokästen auf jeder Seite, die auch dem weniger geschichtskundigen Leser die chronologische Einordnung erleichtern. Für moderate 22,95 Euro hält das Buch wirklich mehr, als es verspricht und ist somit auch ein lohnender Geschenkipp für das unweigerlich herannahende Weihnachtsfest.

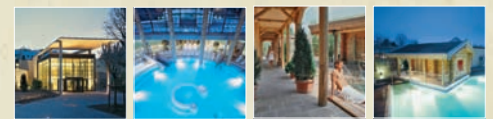
Text: Natascha Oberste - Foto: Sascha Broich



Die Autoren **Ilona Gerhards** (vorne l.) und **Dr. Christian Wolfsberger** (vorne r.) präsentierten ihr Werk im Rathaus Abtei zusammen mit OB **Norbert Bude** (l.) und Verleger **Felix Droste**.



**TU DIR
WAS
GUTES!
DIE THERMEN**



**Ruhe erleben. Den Alltag vergessen.
Carolus Thermen Bad Aachen.**

- original Bad Aachener Thermal-Mineralwasser aus der Heilquelle „Rosenquelle Bad Aachen“
- 10 verschiedene Innen- und Außenbecken
- 15 Saunen u. Dampfbäder (mit Damensauna)
- eigenes Parkhaus
- kostenlose Angebote wie Aquagymnastik, Meditationen, Aufgüsse u.v.m.
- 3 Gastronomiebereiche
- Luxus-Spa-Bereich



THERMALBAD • SAUNA • SPA • GASTRONOMIE
Täglich von 9:00 bis 23:00 Uhr
Passestraße 79, 52070 Aachen
WWW.CAROLUS-THERMEN.DE

**CAROLUS THERMEN
BAD AACHEN**

Schmucke Lieblingsstücke

Vielmehr als eine dekorative Verzierung ist Schmuck Ausdruck der Persönlichkeit, Zeichen der Liebe, Statussymbol, kostbares Erinnerungsstück u.v.m. Jedes Schmuckstück hat eine andere Bedeutung. Ob verspielte Frosch-Ohringe, aufwändig verzierte Taschenspiegel, extravaganter Mops-Anhänger, glamourös-glitzernde Ringe, schimmernde Süßwasserperlenkette oder kantig-ausdrucksstarker Zeitmesser – auf den folgenden Seiten finden sie eine Menge ausgefallener Inspirationen, vielleicht schon für das ein oder andere Weihnachtsgeschenk.

Text: Esther Hürter



FOTO: KONPLOTT MÖNCHENGLADBACH



Swivel von PUR – ein variables Ringsystem aus vielseitig kombinierbaren Formtypen und Farbsteinen (ab 125,- €).
Juwelier Hartung, Hindenburgstr. 35
41061 MG, Tel. 02161/12888
www.juwelier-hartung.de



Eine Hommage an den Maler Mondrian: Ring aus 750/Gold mit Prasiolith, Lemoncitrin und Tsavoriten (2.280,- €).
Juwelier Freisfeld
Hindenburgstr. 128
41061 MG, Tel. 02161/23055
www.freisfeld.com



Verspielt-glitzernde Frosch-Ohringe mit Prasiolith und Tsavoriten (Juwelier Freisfeld, ab 2.280,- €).



Vintaged-Bronze: sportlich-schicke Herrenuhren mit ikonischen Styles vergangener Zeiten (Fossil, 139,- €, 129,- €, 129,- €).



Männersache: mehrteilige Armbänder aus geflochtenem oder glattem Leder mit Metall-Ringen (Fossil, 39,90 €, 39,90 €, 49,90 €).



Aufwändig verzierte Taschenspiegel aus der „JingleMerryCheer“- Kollektion von Fossil (je 19,95 €).

Detailverliebt: lange Silberkette mit blumigem Eiskristall-Anhänger, umrandet von glitzernden Zirkonia-Steinchen (Esprit, 99,90 €).

Sportlich-feminine Damenuhr von DKNY aus hochwertigem Ceramic und mit Zirkonia-Steinen besetzter Lünette (275,- €). Etienne, Galerie am Marienplatz 41236 MG, Tel. 02166/997770



Kette und Armband aus massiv-gedrehtem Sterling-Silber mit Ring-Stab-Verschluss (Kette 329,- €, Armband 198,- €). Schatzinsel, Wallstr. 8, 41061 MG, Tel. 02161/206605 www.schatzinsel-moenchengladbach.de



Cooler Digitaluhr in Tiefschwarz mit Mesh-Armband und Edelstahlgehäuse. Rote LED-Leuchten zeigen auf Knopfdruck die Zeit an (Diesel, 199,- €).



Glamourös: winzige Zirkonia-Steinchen in Silber, Rosa und Schwarz funkeln um die Wette (Esprit, je 149,- €).

Margit Hoppen
Perlengarten
mh



Entdecken Sie die Welt der Heilsteine
Großes **Fachgeschäft** für die eigene
Schmuckgestaltung

Margit Hoppen Perlengarten · Schloß-Dyck-Straße 93 · 41238 MG-Schelsen
Tel.: 0 21 66 / 8 17 12 · Mobil: 01 62 / 7 86 57 64 · E-Mail: margithoppen@t-online.de
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 14.30-19.00 Uhr · Samstag 10.00-14.00 Uhr
www.perlengarten-margithoppen.de

JUWELIER
th. hartung

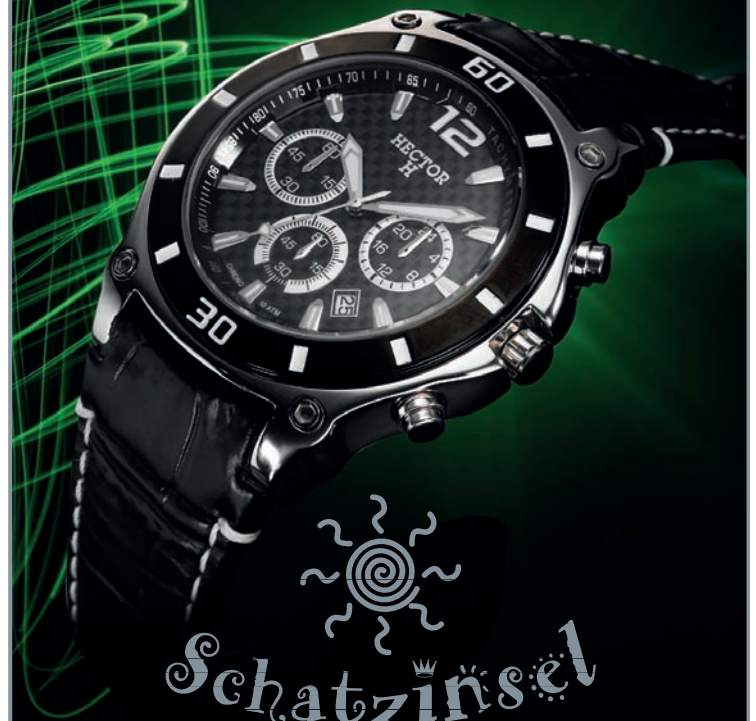


www.traut-euch-jetzt.de

Hindenburgstr.35
Mönchengladbach
0 21 61-1 28 88

Ihr Trauringspezialist

HECTOR H
DIE NEUE UHRENMARKE FÜR HERREN



Schatzinsel
SILBERSCHMUCK

WALLSTRASSE 8 · MG
INH. JUTTA KAISER · TEL. 20 66 05



Edle Damenuhr mit champagnerfarbenem Ziffernblatt und schmuckartigem Band mit ineinander verwobenen Gliedern aus glänzendem Gold und Schildpatt-Imitat (Michael Kors, 149,- €).



Edelstahl-Collier mit Rauchquarz, Achat, Holz, Jade und Kristallglas (Fossil, Kette 79,90 €, Armband 55,90 €).



Sportlich-edle Zeitmesser aus Ceramic und mit glänzenden Kupfer-Akzenten (Fossil, 219,- €).



Schlicht aber doch besonders: Hängeohrringe mit braunem Stein. (Fossil, 39,90 €)



Zeitlose Eleganz: goldene Uhr mit Gliederarmband, (Fossil, 99,90 €).



Glamrock: Lederarmbänder mit Nieten besetzt und eingestanzten Mustern (Fossil, 99,90 €, 79,90 €, 79,90 €).



Kraftvoll: Herrenarmband im Wüstenton Camel und mit schwarzem Mesh-Detail (Diesel, 119,- €).



Darf's ein bisschen mehr sein? Deux-Couleurs-Ring aus 750/Gold mit Citrinen, Rauchquarzen und sherryfarbenen Brillanten besetzt (Juwelier Freisfeld, 4.480,- €).



Kette mit neun Millimeter großen Süßwasserzuchtperlen in schimmerndem Gold, Kupfer und Dunkelgrün (Schatzinsel, 79,- €).



Ausdrucksstarke kantige Herrenuhr aus der Kollektion „Mesh-Sandsturm“ mit camel-farbenem Lederarmband, gezähnten Kanten am Gehäuse, mattierten silbernen Ziffern und Indices (Diesel, 99,- €).

Extravagant: Mops-Anhänger aus Sterling-Silber und mit Zirkonia-Stein besetzter Krone (Schatzinsel, 45,- €).



Charme-Anhänger in verschiedenen Variationen mit farbigen Edelsteinen und verspielten Details (Juwelier Freisfeld, ab 590,- €).

Damenuhren mit glitzernder Lünette und Perlmutter-Gliederarmband, in zartem Rosa- und Elfenbein-Ton (Fossil, 99,90 €, 89,90 €, 99,90 €).



Die Kollektion Tabou von Pomelatto erinnert an exotische Früchte und verströmt einen geheimnisvollen Schimmer. Ringe und Ohrhänge sind aus Roségold und dunkel rhodiniertem Silber mit hellblauen Topasen, Rhodolithen und Amethysten besetzt (Ringe 2.195,- €, Ohrhänger 3.265,- €).

Juwelier Krebber, Hindenburgstr. 75, 41061 MG und Limitenstr. 55 41236 MG, Tel. 02166/949940, www.juwelierkrebber.de



Funkelnde 10-reihige Kette aus Amethyst-Steinen und Sterling-Silber (1.580,- €).
Atelier Baus, Lichthof 15
41061 MG, Tel 02161/13472
www.atelier-baus.de



inside living
Freude an schönen Dingen

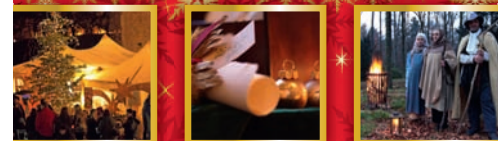


Wir läuten die Weihnachtssaison ein. Entdecken Sie die schmückende Kombination von Glitzer, Glanz und Natur und die schönsten Geschenkideen.

Wir freuen uns auf Sie.

Andrea Wilms / Viersener Str. 51
D-41061 Mönchengladbach
T 0 21 61-29 31 00 / F 0 21 61-29 31 02
Montag bis Freitag 9:30-18:30 Uhr
Samstag 9:30-16:00 Uhr
Ab dem 06. November bis Weihnachten sind wir Samstags bis 18.00 Uhr für Sie da.

Schlossweihnacht
Schloss Dyck



1., 2. und 3. Advents-
Wochenende 2010
10 bis 20 Uhr

Großer Weihnachtsmarkt &
Lebendiges Krippenspiel

SCHLOSS DYCK

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

GENUSS, GESCHMACK UND FEINE IDEEN

Frei nach dem Motto „Kleine Geschenke erhalten die Freundschaft“ kann man lieben Freunden oder sich selber bereits im Advent und in der Vorweihnachtszeit eine Freude machen. Diese ausgesuchten Geschäfte führen hochwertige Präsentideen.

Text und Fotos: Sonja Schleypen



Freuen Sie sich auf
Weihnachten

... mit liebenswerten
**Wohnaccessoires
und Geschenken**
für drinnen und draußen.

Am **6.11.2010** eröffnen
wir von 10.00 bis 16.00 Uhr
unsere **Weihnachts-
ausstellung**.

Kommen Sie vorbei und lassen
sich in gemütlicher Atmosphäre
inspirieren.

raumtischmensch
liebenswert einrichten

Konradstrasse 20 41069 MG
www.raumtischmensch.de
mo bis fr 14-18 uhr sa 10-12 uhr



inside living

Andrea Wilms ist stolz auf ihr Lifestyle-Konzept: „Ich führe Hochwertiges, Ausgefallenes und schöne Dinge, die durchaus auch preisgünstig sind“, betont sie. Kurz gesagt: In ihrem Geschäft finden sich ausgesuchte Sachen für Menschen, die – genau wie sie – Freude an schönen Dingen haben. Sei es für die Wohnung (Bad-, Tisch- und Bettwäsche) oder für die Kunden selber (etwa Taschen, Gürtel und Schals) – Wilms hat den Blick für das Wesentliche, kombiniert gekonnt und setzt auf Qualität und Eleganz.

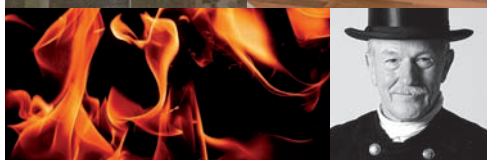
Viersener Str. 51, 41061 MG
Tel. 02161/293100, www.inside-living.de



Teelikatesse

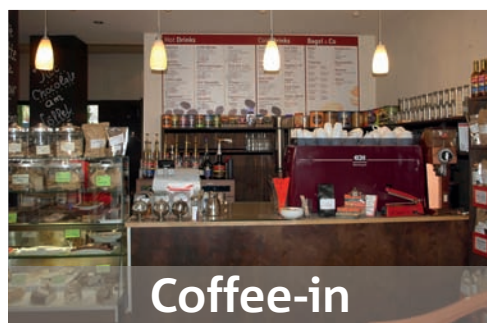
Da Probieren bekanntlich über Studieren geht, laden Heinrich und Vera Grieger auch zum Verkosten der Gaumenfreuden ein. Sei es ein ausgefallener Essig, ein würziges Pesto oder ein hochwertiges Meersalz: Sie haben ihren Beruf zur Passion gemacht und beraten neben der Wallstraße nun auch im zweiten, neu eröffneten Geschäft in der Theatergalerie. Zur Leidenschaft der Griegers gehört es, europaweit und sogar im Urlaub nach „Kleinem und Feinem“ Ausschau zu halten.

Theatergalerie 75, Tel. 02161/8276095
Wallstr. 3, Tel. 02161/4968799, 41061 MG



Bernhard Schauten
Schornsteinfegermeister
Weiherstr. 55 | 41061 Mönchengladbach
Tel/Fax 02161-88899
www.ofenpro.de | b.schauten@ofenpro.de
Öffnungszeiten
Mo-Fr 15.00-18.00 | Sa 10.00-14.00
und nach Vereinbarung

NEU IN MG!



Coffee-in

Wer in Lounge-Atmosphäre bisher seinen Kaffee trank und beim Einkauf die Wahl der Qual hatte, darf sich freuen: Jetzt im November macht Jürgen Broisch in Rheydt ein zweites Geschäft auf. Im Mittelpunkt stehen 40 Kaffeesorten aus der eigenen Kaffeerösterei sowie Tees, Trinkschokoladen, Liköre und Naschereien. „Wir können das Rad nicht neu erfinden, aber wir können unsere Sache gut machen“, so Broisch. Die Kundschaft weiß seit über sechs Jahren die garantierte Produktfrische zu schätzen.

**Limitenstr. 31, 41238 MG sowie (neu) Haupt-
str. 61, Tel. 02166/676760, www.coffee-in.com**



Weinhaus Menrath

Hier legt man Wert auf persönliche Beratung mit dem Kunden zusammen: Bereits im elften Jahr verkauft Ursula Menrath in den Räumen einer ehemaligen Gärtnerei Weine aus zwölf Ländern sowie Champagner, Sekt, Brände und Liköre. Außerdem sind im Sortiment 45 Sorten Whisk(e)y, Essig und Öle, Gewürze sowie Präsente. Einen besonderen Genuss versprechen die Marinaden und scharfe Soßen: „Letztere sind besonders bei jungen Leuten beliebt“, weiß die Inhaberin.

Herrenshoffer Str. 60, 41352 Korschenbroich
Tel. 02161/977655, www.weinhaus-menrath.de



Barbara und Ulrike

Auf ausgesucht gute Qualität setzt Ulrike Ohler, die in ihrem Geschäft hochwertige Produkte anbietet. Sie hat ein fundiertes Wissen über Herkunft und Zutaten der Ware, denn der Gesundheitsaspekt soll nicht zu kurz kommen. Ein Schwerpunkt sind 18 verschiedene Kaffeesorten aus der eigenen Rösterei sowie eine große Auswahl an Senf, Marmeladen und Gebäck – alles möglichst lokalen oder regionalen Ursprungs. Seien es Olivenöle, Weine oder Pasten: „Ich führe im Sortiment das, wovon ich selber überzeugt bin. Ich achte auf exzellente Grundstoffe“, so die Geschäftsfrau. Außerdem ist der Feinkostladen ein beliebter Treff zum Kaffeetrinken, wo zahlreiche Genüsse auf die Verkostung warten und manche Geschenkidee an Urlaubsgedächtnisse erinnert.

Albertusstr. 6, 41061 MG, Tel. 02161/5670631
www.barbara-und-ulrike.de



Anno tobak

Einladend ist schon das behagliche Ambiente – edles Wurzelholz in Wandverkleidungen und Vitrinen. Inhaberin Susanne Schmidt-Quack hat das Geschäft als Eldorado für Genießer weit über Gladbach hinaus bekannt gemacht. In dritter Generation widmet sich das Familienunternehmen dem Vertrieb von Tabakwaren. „Unsere Philosophie liegt darin, den maßvollen Genuss zu kultivieren und das Ganze mit hoher Fachkompetenz“, so Reiner Schmidt. Das Fachgeschäft führt seit 16 Jahren u. a. Präziosen, Pfeifen und Zigarren der Spitzenklasse, wie Davidoff und Habanos. Erlesene Getränke runden das Angebot ab: Single-Malt aus Schottland und neuerdings auch aus dem Elsass, Champagner und Aperitif aus Frankreich, dazu noch Obstbrände.

Theatergalerie, Hindenburgstr. 75
41061 MG, Tel. 02161/10440



Fessler's Selection

„Mein Kernprinzip lautet: beste Qualität, so günstig wie möglich“, von seinem hochwertigen Sortiment ist Inhaber Dennis Fessler überzeugt. Er unterscheidet sich so von „Billigläden“, die zeitlose Eleganz seiner Dekorationsmöglichkeiten ist eindrucksvoll. Saisonal angepasst bietet er seinen Kunden in Sachen „Schönes für Haus und Garten“ ständig etwas Neues. Das Geschäft führt aktuell den ersten Advents- und Weihnachtsschmuck und macht so Lust auf Dekorieren. „Fessler's“ bekommt mehrmals in der Woche schöne Dinge sowie alte Möbelstücke – die beiden Wohnaccessoires-Läden sind eine Fundgrube für ideenreiche und kreative Kunden. Ein Tipp: Seien Sie mutig und kombinieren mal antike Einrichtungsgegenstände gekonnt mit Modernem!

Heukenstr. 2, 41238 MG, Tel. 02166/9987646
Harmoniestr. 24, 41236 MG, Tel. 02166/9906004

FOTO: DONNA SCHMELZER

Endlich wieder bei uns...

Korrektions- und Sonnenbrillen von



Nur bis zum 31.12. Unsere Welcome-back-Aktion:

Jede Oakley-Korrektionsbrille mit Sehstärke inklusive Classicgläser*

© 2011 Oakley



See clearly inside and out.



Surf / Dave Wears in Twin Shock™ and Fuel Cell™, both with Oakley Authentic Prescription Lenses



*Sie zahlen nur den Fassungspreis und erhalten Classicgläser in Ihrer Sehstärke dazu (Kunststoff, sph⁺-4.0 cyl 2.0).

Hindenburgstraße/Ecke Friedrichstraße
02161/207454 · www.pleines.de

pleines
fashion optik®

Liebe jeden Augenblick

GUTE GESCHÄFTE



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

100 Jahre seit 1910
SCHUHHAUS
Wintzen
Das Fachgeschäft mit dem guten Service

MG: Hindenburgstraße 113
RY: Hauptstraße 38



Wohnen & mehr

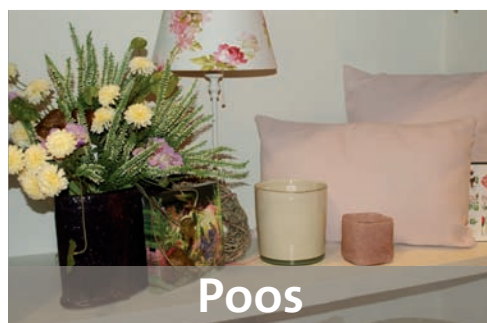


Schatzinsel

FOTO: STEFAN VÖLKER

Ob hochwertiger Silberschmuck, Lederarmbänder oder Edelsteine wie Mondstein – hier findet jede Kundin etwas nach ihrem Geschmack. „Nach wie vor liegen lange farbige Ketten im Trend“, verrät Corinna Kaiser. Oder sollen es ausgefallene Titanringe, Herrenschmuck, Ethno-Motive oder traditionelle Perlenaccessoires sein? Das Team besucht regelmäßig Messen, um auf dem neuesten Stand zu sein. Übrigens: Auch unschlüssigen (Ehe-) Männern kann dank guter Beratung stets geholfen werden.

Wallstr. 8, 41061 MG, Tel. 02161/206605
www.schatzinsel-schmuck.de



Poos

Inhaberin Ruth Poos setzt ihren Anspruch, sich mit schönen Wohntextilien und Modischem zu umgeben, bereits in ihrem Geschäft um: Da duftet es der Jahreszeit entsprechend, auch das Auge freut sich an dem farblich harmonischen Gesamteindruck. Bewusst ausgewählte und rare Dinge sind in den Regalen drapiert und dekoriert. „Intensive Beratung ist natürlich wichtig, ich kenne zahlreiche Wohnungen meiner Stammkunden“, betont sie, die auf Wunsch individuelle Seidenblumendekorationen fertigt.

Sandradstr. 21, 41061 MG
Tel. 02161/6869698

Hermann Hohls und Helena Silva führen ein außergewöhnliches Geschäft am Rande der Innenstadt. Wer Zeitreisen mag und gern nach Schönerem für Haus und Garten stöbert, der ist bei „wohnen&mehr Hohls“ seit 1986 richtig. Geschickt Dinge aus Omas Zeiten mit Modernem zu kombinieren, darin liegt die Kunst. Schon vor dem Eingang fällt die englische Telefonzelle auf, quasi ein Erkennungszeichen für Nostalgie-Freunde. Neben Deko-Trends, Modeschmuck und Themenwelten, die liebevoll die Jahreszeiten und Feste widerspiegeln, gibt es auf 500 Quadratmetern Antikes von 1800 bis etwa 1920. Gern bestellen sie auch Reproduktionen sowie Möbel aus dem Katalog.

Grevenbroicher Str. 30, 41065 MG
Tel. 02161/43687, www.antik-hohls.de



Feinkosthimmel

„Wir führen Feinkost von vielen Firmen der Region“, darauf legt Gabi Meißner Wert. Deshalb hat sie Produzenten aus dem Umkreis sowie zahlreiche kleine Manufakturen im Sortiment. „Kurze Wege bedeuten Frische“, so die Inhaberin. Seien es passende Servietten, Tischwäsche oder Keramiken – auch da wird der Kunde fündig. Neben Deko-Anregungen gibt es Nasch- und Würzideen, es darf gekostet werden. Einen Kochtipp für den ambitionierten Hobbykoch gibt es natürlich gratis dazu.

Steinstr. 7, 41352 Korschenbroich
Tel. 02161/642770, www.feinkosthimmel.com



Wiki Kinderladen

Angelika Bongartz blickt mit ihrem Laden bereits auf 18 Jahre im Herzen der Altstadt zurück: „Ich bin immer selber für die Kunden da, manches Kind ist mit meinen Sachen groß geworden“, freut sie sich. Vom Säugling bis zum Teenager: Hier finden Kinder und Eltern etwas, getreu dem Motto: „Coole Outfits schon für die Kleinen“. Es gibt beispielsweise „Scotch & Soda“ und „Virgino Jeans“. „Selbstverständlich kann ich Ware nachbestellen und innerhalb kurzer Zeit liefern“, betont Bongartz.

Sandradstr. 23, 41041 MG
Tel. 02161/180477, www.wiki-kinderladen.de



Barrique

„Ehrliche Produkte von guter Qualität“, lautet Cordula Reinert-Pechuchs Credo. Intensive Beratung steht im Vordergrund. „Wir nehmen uns Zeit“, verspricht die Inhaberin. Zu den Köstlichkeiten neben Trinkschokoladen, französischen Schokotrüffeln, Essig und Ölen sowie Weinen zählen neu im Sortiment hochwertige Schokoladen von Fenkart oder F. Lanwehrs Becherpralinen. „Beliebt sind außergewöhnliche Kombinationen wie dunkle Schokolade mit Chili oder kandiert mit Orangenstückchen“, verrät sie.
Hindenburgstr. 160, 41061 MG
Tel. 02161/4643478, www.barrique.de



Degenhardt

Im nächsten Jahr begeht die Buchhandlung Degenhardt ihren 20. Geburtstag. Neben einem großen Sortiment an Kinderbüchern, Bestsellern, Kalendern sowie Bildbänden vom Niederrhein liegt den Inhabern Iris und Volker Degenhardt die Kinder- und Jugend-Leseförderung am Herzen. Die ansprechende Dekoration samt Vorauswahl rund um das Buch begleiten schon die Kleinsten durch das Jahr. „Ausgiebiges Stöbern ist ausdrücklich erwünscht“, betont Iris Degenhardt und ist stolz auf die Spielecke und Spiele-Etage. Neben „Lesefutter“ gibt es Postkarten und kleine Geschenke. Eine gute Beratung und liebevolle Verpackung runden den persönlichen Service ab.
Friedrichstr. 4, 41061 MG, Tel. 02161/16132
www.buchhandlung-degenhardt.de



Kult und Genuss

Nach beachtlichem Umbau ist die Renovierung des neuen Ladenlokals mit viel Historie „rundum“ gelungen. Viel Persönliches und Liebe zum Detail hat Inhaber Thomas Morgenstern investiert, um seiner Leidenschaft – der Vermittlung von Genuss – an die Kunden weiterzugeben. Angefangen hat es mit der eigenen Liebe für gutes Kochen und einem ausgefallenen Präsentkorb: Der kam so gut an, dass sich die Idee entwickelte, genau diese Dinge anzubieten. „Beim Einkaufen weg von zu viel Schnickschnack, hin zurück zu den Grundlagen“, wünscht sich Morgenstern. Neben Kaffee, Weinen und Schokoladen gibt es Accessoires, Salze, Öle und Gewürze.
Wilhelm-Strauß-Str. 65, 41236 MG
Tel. 02166/2172627, www.kultundgenuss.de

Schlesische Spezialitäten



Traditionelle schlesische und polnische Produkte in hoher Qualität

Würstchen und Aufstrich nach alter schlesischer Tradition, wie Krakauer, Schlesische, Graupenwurst, Cabanossi, Wiener und Jägerwurst

Gebäck · Getränke · Süßigkeiten · Feinkost in großer Auswahl



www.schlesische.com

GEÖFFNET
 DI-FR 9.30-18.00
 SA 9.00-14.00

Friedrichstraße 34
 41061 Mönchengladbach

Hauptstraße 121
 40236 Mönchengladbach-Rheydt

Marktstraße 115
 47798 Krefeld

HDluxe.

HD ist nicht gleich HD. Der neue Loewe Individual zeigt, welche Brillanz mit der richtigen Technik erreichbar ist. Mit LED-Backlight-Technologie, mehr Bewegungsschärfe mit bis zu 400Hz und integriertem HDTV-Empfang. Jetzt bei uns im Loewe Fachhandel.



EP: Jepkens
 ElectronicPartner
 LCD-/PLASMA-TV, DVD/VIDEO, HIFI, SATELLITEN-TECHNIK, ANTENNENBAU
 41065 Mönchengladbach, Neusser Straße 1&0
 Tel. 02161 960112 / 604229
 Email: jepkens@jepkens.com
 www.jepkens.com

LOEWE.

Service
 macht den
 Unterschied

Colorfull
Christmas
ab dem 6. November bei



in der Theatergalerie
in Mönchengladbach
www.prinzblumen.de

Kunst und
Handwerk
im Advent

Museum Schloss Rheydt

Zum 12. Mal
4.+5.12.2010

4.12. Basteln + Nikolaus

5.12. Basteln, Nikolaus + Fanfaren

MUSEUM
SCHLOSS RHEYDT
MÖNCHENGLADBACH

Schlossstraße 508
41238 Mönchengladbach
Tel. 02166 / 928900
www.schlossrheydt.de

ERST EINS, DANN ZWEI ...

... dann drei, dann vier – dann steht das Christkind vor der Tür!

Viele können es gar nicht erwarten bis es endlich wieder weihnachtet. Mitte November haben sie schon die Wohnung geschmückt, die Geschenke eingepackt und den Braten vorbestellt. Genau für diese Leute ist der Adventskranz erfunden worden, der uns stimmungsvoll und dekorativ die Zeit des Wartens verkürzt. Oder?

Als Erfinder des Adventskranzes gilt der evangelische Theologe und Erzieher Johann Hinrich Wichern, der von 1808 bis 1881 in Hamburg lebte. Er kümmerte sich um verwaiste Straßenkinder und gab ihnen in einem alten Bauernhaus ein neues Zuhause. Ungeduldig fragten sie ihn zur Adventszeit ständig, wann denn endlich Weihnachten sei. Da kam ihm die Idee: Aus

einem alten Wagenrad baute er 1839 den ersten Adventskranz: einen riesigen Holzkranz mit über 20 Kerzen, für jeden Tag eine. Die Zunahme des Lichts war – und ist heute noch – Ausdruck der steigenden Erwartung auf das Weihnachtsfest. Neben der Verkürzung des Wartens sollte der Adventskranz den Kindern wieder Hoffnung geben. Verstärkt wird das Symbol der Hoffnung später vom Grün der Tannenzweige. Heute steht Wicherns Erfindung in Millionen Wohnzimmern auf der ganzen Welt, allerdings in Miniaturausgabe mit nur vier Kerzen für die Adventssonntage.

Wir haben uns in Gladbachs Blumengeschäften umgeschaut und zwei besonders schöne Exemplare gefunden.

Text: Esther Hürter · Fotos: Donna Schmelzer



GLITZERNDER FILZKLANZ

Der hellgrüne Filzkranz mit Glasperlenkette kombiniert natürliche Materialien wie Muschelzypresse, Johanniskrautbeeren und japanische Kiefernadeln mit funkelnd-glitzernder Deko in Form von Kerzen, Kristallen und Kugeln in modischen Pink- und Violett-Tönen (120,- €).

Prinz Blumen
Hindenburgstr. 75
41061 MG, Tel. 02161/209943
www.prinz-blumen.de

Eukalyptus, Hortensienblüten, Wacholder, farbige Aluminiumdrähte, Glasnuggets, Dekokugeln, Naturwollringe und hochwertige Kerzen schmücken diesen leicht-transparent gestalteten Kranz (150,- €). **Tipp:** Advent-Event am 14. und 21. November bei Blumen Eliasson.

Blumen Eliasson
Schürenweg 69
41063 MG, Tel. 02161/21957
www.blumeneliasson.de



STYLISCH-TRANSPARENT



MITMACHEN UND GEWINNEN!

In diesem Jahr wird die erste Kerze am 28. November angezündet. Also suchen Sie rechtzeitig Ihren Blumenhändler des Vertrauens auf oder schreiben Sie uns eine E-Mail mit Stichwort „PRINZ BLUMEN“ oder „BLUMEN ELIASSON“ und gewinnen Sie einen der beiden Adventskränze. Einsendeschluss ist der 15. November 2010.

TECHNIK TRENDS

GESTOCHEN SCHARF

Samsungs nächste Generation LED TV Serie 7700 kombiniert überragende Bildqualität mit einem neuen, lebensechten Seherlebnis in 3D. „Der Samsung 3D LED TV C7700 übertrifft im Bild alle Flachbildfernseher, die wir je im Test hatten“, urteilt die Stiftung Warentest. Das Gerät bietet lebendige, gestochen scharfe Bilder und stellt selbst dunkle Filmpassagen nuancenreich dar. Beim Testpunkt „Bild“ erhielt das Gerät die Bestnote 1,7. Ausgestattet mit der innovativen 3D-TV-Technologie, der vollständig überarbeiteten Internet@TV-Plattform und einer umfangreichen HDTV-fähigen Samsung Apps Galerie bietet der C7700 darüber hinaus viele technische Highlights. Erhältlich bei Saturn für 1.799,- €.



TOMTOM LIVE

Das TomTom Go Live 1000 ist ein Navigationssystem, das mit einem kapazitivem Touchscreen ausgestattet und mit einer neuen Bedienoberfläche daherkommt. Des Weiteren besitzt es neue Live-Dienste und eine optimierte Routenberechnung. Im Innern des Geräts sitzt ein ARM-11-Prozessor mit einer Taktrate von 500 MHz. TomTom hat zudem das Betriebssystem überarbeitet, so dass sich Applikationen von Drittanbietern leichter einbinden lassen. In Zusammenarbeit mit Vodafone möchte TomTom den Live-Dienst zukünftig in 33 europäischen Ländern anbieten. Inklusive zwei Jahren Live-Service kostet das Gerät bei Saturn 299,- €.

TIPPEN UND DOCKEN

Das iPad Keyboard Dock von Apple kombiniert ein Dock zum Laden des iPads mit einer Tastatur in voller Größe, die über spezielle Tasten zum Aktivieren von iPad-Funktionen verfügt. Das Dock weist an der Rückseite einen 30-poligen Anschluss auf, über den man es unter Verwendung des USB-Netzteils an eine Netzsteckdose anschließen, Synchronisierungen mit dem Computer vornehmen und Zubehör, wie beispielsweise das iPad Camera Connection Kit, verwenden kann. Über die vorhandene Audiobuchse ist die Verbindung mit einer Stereoanlage oder der Anschluss von mit Strom betriebenen Lautsprechern möglich. Bei Saturn für 65,- € erhältlich.



Endlich wieder Zeit für besinnliche Stunden

Blumen Ohlig lädt Sie zur Adventsausstellung ein. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Freitag, 19.11.2010 von 18-20 Uhr
Samstag, 20.11.2010 und Sonntag, 21.11.2010 von 10-16 Uhr



Blumen Ohlig
Hohlstraße 77 · 41239 MG
Tel: 02166/619713
www.blumen-ohlig.de

Wir freuen uns doppelt auf Sie

Ab November im neuen WEIHNACHTSLADEN in der Theatergalerie,

sowie bei **casa bea** in der Theatergalerie.

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 10-19 Uhr, Sa. 10-18 Uhr

Theatergalerie Hindenburgstraße
Mönchengladbach
02161/4684092

www.casabea.de
casabea@t-online.de



casa bea

Die Experten

GUTE ADRESSEN IN MÖNCHENGLADBACH

Von denen gibt es in unserer Stadt eine ganze Menge. Man muss nur wissen, wo sie zu finden sind.

Was sie von anderen unterscheidet? Sie verfügen über umfangreiches Wissen und spezielle Fähigkeiten auf ihrem Gebiet, eine langjährige Erfahrung sowie eine gute Portion Kreativität.

Experten beraten persönlich, kompetent und vor allem nehmen Sie sich Zeit für ihre Kunden. Vertrauen Sie den Profis, hier sind Sie gut beraten.

DIE HAUTALTERUNG BREMSEN



REFORMHAUS HAAS

Das Reformhaus Haas gehört zu den ausgesuchten Adressen, wenn es gilt, mit Naturkosmetik die Hautalterung zu bremsen. Hier gibt es die innovative Premium-Anti-Aging-Pflege von ANNEMARIE BÖRLIND: Das NatuRepair-Skin Renewal Fluid ist für alle Hauttypen geeignet und in jedem Alter anwendbar. Die Pflegewirkstoffe Aktivierte Ceramide, Creatin und Hyaluronsäure sorgen dafür, dass der Teint innerhalb kurzer Zeit spürbar ebenmäßiger wird – die Falttiefe wird deutlich reduziert. Das Besondere: Neben dem wirksamen Hautschutz entschleunigt die neue Formel hochwirksam u. a. den altersbedingten Kollagenabbau auf natürlichem Weg, und das kommt vor allem einem strafferen Hautbild zugute.

Reformhaus Haas
Vitalität, Pflege und Genuss

Reformhaus Haas
Hindenburgstr. 157
41061 MG, Tel. 02161/23681
www.reformhaus-haas.de

LEBENSART UND WOHNKULTUR



TELLMANN EINRICHTEN & GESTALTEN

Bei der Suche nach anspruchsvollen Wohn- und Einrichtungsangeboten führt in Mönchengladbach und Umgebung kein Weg am Einrichtungshaus Tellmann in Rheydt vorbei. Am Rande der Rheydter Innenstadt gelegen, ist es gut mit dem Auto und aus der Stadt auch bequem zu Fuß zu erreichen. Entlang der 26 Schau-
fenster zeigt sich die Vielfalt der unterschiedlichen Wohnthemen. Vom Bauhaus-

Klassiker bis zu italienischen Design und französischem Schlafkomfort sind hier die Kollektionen führender Hersteller wie etwa Cassina, Cor, interlücke, Montana, Treca, USM, vitra, Walter Knoll sowie WK Wohnen vertreten. Seit 40 Jahren steht das Einrichtungshaus Tellmann für modernes Design in erstklassiger Qualität, für persönliche Beratung und Planung. Guter Service und die Erfüllung besonderer Kundenwünsche werden hier stets großgeschrieben.



Sitz- und Polstermöbel, Relaxsessel, Schrank- und Regalsysteme, Betten und Schlafkomfort, Leuchten, Textilien und Teppiche, Wohnaccessoires, Geschenkideen und viele Inspirationen – das Einrichtungshaus Tellmann ist eine unverzichtbare Adresse für Menschen, die das Besondere schätzen. Dazu gehört auch die herzliche familiäre Atmosphäre, ein nettes Gespräch bei einem Kaffee sowie die jährliche Grafik als „Dankeschön“ für die Treue zum Hause. Übrigens: Auch der Sessel auf der Titelseite der HINDENBURGER Oktober-Ausgabe kommt aus dem Einrichtungshaus Tellmann.

Es ist auch nicht mehr lange bis Weihnachten: Tellmann ist auch dann ein Geheimtipp, wenn es um wirklich formschöne Geschenkideen geht. Aktuell zeigt das Einrichtungshaus in einer Sonderausstellung die Vielseitigkeit des Systemklassikers USM, der auf immer wieder neue Art seine Beständigkeit in einer schnelllebigen Zeit beweist. Möbel, die über ein Leben hinaus halten und stets neu zusammengestellt werden können. Die Ausstellung ist bis Ende November zu sehen.



Öffnungszeiten:

Di.-Fr. 9:00-18:30
Do. 9:00-20:00
Sa. 9:00-16:00

Kunden parken kostenlos im City-Parkhaus nebenan.

TELLMANN

www.tellmann-einrichten.de

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

Apple iPad

Ein magisches und revolutionäres Gerät zu einem unglaublichen Preis.

Das iPad. Die beste Art das Internet, Mails, Fotos und Videos zu erleben. Alles auf einem großen, brillanten Multi-Touch-Display und alles einfach per Fingertipp.



iPad mit WI-FI + 3G

16 GB

599,-

- 9,7" Display (24,63 cm Diagonale) mit LED-Hintergrundbeleuchtung und IPSw-Technologie
- Multi-Touch-Display
- 3G Datendienst (Datentarife werden separat verkauft)
- Wi-Fi (802.11a/b/g/n)
- Bluetooth 2.1 + EDR Technologie
- Bis zu 10 Stunden Batterielaufzeit
- 0,73 kg und 13,4 mm flach

PASSEND ZUM IPAD UND ALLEN ANDEREN NOTEBOOKS



INTERNET-FLAT P@D 500

Monatlich

24,95

Aktion gültig bis 13.11.10

+

Einzulösen auch bei allen Notebooks & Tablets



330,-

Gutschein-Card

• Gilt bei Abschluss eines mobilcom-debitel Kartenvertrags im Tarif "Internet Flat P@D 500" mit Online-Rechnung, 24 Monate Mindestlaufzeit. Kostet ein Notebook oder Tablet weniger als € 330,- bekommen Sie den Differenzbetrag anhand einer Saturn-Gutscheincard gutgeschrieben. Keine Bar- oder Teilzahlung möglich.

JOHN LENNON REMASTERED!

Die Klassiker im neuen Sound - zum 70. Geburtstag der Legende!

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
|  <p>16,99</p> <p>2CD+DVD</p> |  <p>13,99</p> <p>2 CDs</p> |  <p>13,99</p> |  |  |
|  <p>16,99</p> <p>2 CDs</p> |  <p>13,99</p> <p>2 CDs</p> |  |  |  |

BUNDESVISION SONG CONTEST!

| | | |
|---|--|---|
|  <p>9,99</p> |  <p>9,99</p> |  <p>9,99</p> |
|  <p>9,99</p> |  <p>9,99</p> |  <p>11,99</p> |

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

2x in MG
www.saturn.de

MG-CITY
Hindenburgstrasse 42, direkt neben P&C
Tel.: 02161/30950



AB 20 € EINKAUF
1 STUNDE KOSTENLOS
PARKEN

MG-RHEYDT
in der Galerie am Marienplatz
Tel.: 02166/6225-0



SATURN



TIPP FÜR
KIDS

VON SUSANNE SCHNABEL

+++ TICKER +++

EINE SEEQUATSCH- GESCHICHTE

Mary L. von Cook nimmt ihre Passagiere mit auf die Reise in das Land, in dem Wünsche wahr werden. Sie selbst hegt seit langem einen sehnlichen Wunsch und damit dieser in Erfüllung geht, begibt sie sich auf große Fahrt. Die Wegbeschreibung hat der regentraurige Elefant in Afrika. Mithilfe der Delfine, der kleinen Möwe und den vielen Passagieren findet sie ihren Weg. Ein Theaterstück über Sehnsüchte und Wünsche für Kinder ab vier Jahre am Sonntag, 28. November 2010 um 15 Uhr im Theater Spielplatz.

Theater Spielplatz, Waisenhausstr. 15
(Eingang: Stresemannstr.), 41236 MG
Tel. 0152/26963307, www.theater-spielplatz.de

LUMPIS HÖLLISCH SCHÖ- NES WEIHNACHTSFEST



Neknerf Kasperltheater

Lumpi ist traurig, denn zum Weihnachtsfest möchte auch er als Hund einmal den Weihnachtsbaum aussuchen. Das macht sich der Teufel zugute und versucht, ihn auf seine Seite zu ziehen, um Weihnachten zu verhindern. Kann Kasper mit Hilfe des Baumverkäufers Tünnes Tünnbüm das

Weihnachtsfest retten? Die Antwort gibt es am Mittwoch, 24. November 2010 um 10:30 und 15 Uhr in der Spindel.

Die Spindel im TIG, Eickener Str. 88, 41061 MG
Tel. 02161/14700, www.die-spindel.de

DER FLUCH DES BERGZAUBERERS

Kinderbuchautor Guido Kasmann liest für Kinder

Die Dunkelelfen haben die Macht im Zauberreich übernommen, denn der Drachenfürst Feridun Flint von Funkenflug liegt in Ketten. Kobold Kuno reist in die Menschenwelt und bittet Jan, Rebecca und Marvin um Hilfe. Zusammen mit Graf Mandala von Paprika, dem kleinen Halbvampir, und seinen Fledermausfreunden reisen sie in die Zauberwelt. Sie wollen den Drachenfürsten davon überzeugen, den bösen Dunkelelfen Einhalt zu gebieten ...

Kinderbuchautor Guido Kasmann liest aus seinem neuen Buch „Der Fluch des Bergzauberers“ für Kinder ab acht Jahre am Donnerstag, 18. November 2010 um 10 Uhr in der Mayerschen Buchhandlung, Theatergalerie. Eintritt frei!

Mayersche Buchhandlung, Theatergalerie
41061 MG, Tel. 02161/81194, www.mayersche.de

PIPPI UND ASCHENPUTTEL

Theater und Musical in der KFH

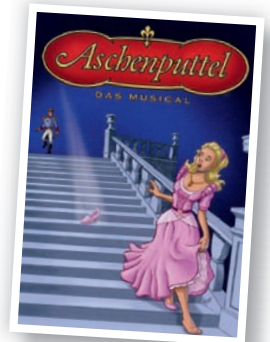


Es gibt zwei große Veranstaltungen für Kinder im November in der Kaiser-Friedrich-Halle: Pippi und Aschenputtel, dessen Geschichte wie alle Märchen beginnt: Es war einmal das Aschenputtel, ein Mädchen wie jedes andere. Sie singt, sie tanzt, läuft im Wald umher, hat Spaß und

liebt die Natur. Eines Tages, als ihre Mutter stirbt, ist nichts so, wie es einmal war. Kaum sind die letzten Tränen getrocknet, sieht sich

Aschenputtel einer bösen, garstigen und gar nicht liebenswerten Stiefmutter ausgesetzt, die ihr fortan mit ihrer noch gemeineren leiblichen Tochter das Leben schwer macht. Ein vorweihnachtliches Musical-Erlebnis für die ganze Familie am Samstag, 20. November

2010 um 15 Uhr. Am darauf folgenden Wochenende kommt Pippi auf die Bühne: Weihnachten steht vor der Tür und Pippi möchte ihren Freunden eine ganz besondere Freude machen: Sie lädt zum „Weihnachtsbaum-Plünder-Fest“ ein. Doch bis der Baum geschmückt, das Haus dekoriert und der Weihnachtskuchen gebacken ist, muss Pippi einige Abenteuer überstehen. Ein Stück voll Spannung und vorweihnachtlicher Besinnlichkeit am Sonntag, 28. November 2010 um 15 Uhr.



Kaiser-Friedrich-Halle
Hohenzollernstr. 15
41061 MG, Tel. 02161/10094
www.mgmg.de

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

SHOOTING-
GUTSCHEINE
ZU WEIHNACHTEN
VERSCHENKEN!

FOCUS-S FOTOGRAFIE

Simone Stähn
Ueddinger Straße 127
41066 Mönchengladbach

Tel.: 0 21 61 / 49 53 95
Mobil: 0177 / 49 53 950
kontakt@focus-s.de
www.focus-s.de



SPIELARTEN 10

Kinder- und Jugendtheater auf höchstem Niveau

Das Theaterfestival Spielarten, das größte Kinder- und Jugendtheaterfestival in NRW, tourt im Herbst 2010 durch neun Städte in NRW und macht vom 7. bis 12. November 2010 Station im BIS-Zentrum und im Jugendclubhaus Westend. Zu sehen ist eine bunte Mischung für alle Altersgruppen: Zum Beispiel Theater für Raumforscher, eine Hommage an die Formenwelt der Bauhaus-Künstler oder Autorenstücke für Jugendliche, die sich mit den Problemen auseinander setzen, die im Aufeinanderprallen von westlicher und muslimischer Weltanschauung entstehen.

Die Spieltage in Mönchengladbach im Überblick:

- So. 7.11.2010, 17 Uhr, „Stein auf Stein“, Theater monteure, Köln, ab 4 bis 10 Jahre, BIS-Zentrum
- Mo. 8.11.2010, 10 Uhr, „Stein auf Stein“, Theater monteure, Köln, ab 4 bis 10 Jahre, BIS-Zentrum
- Di. 9.11.2010, 10 Uhr, „Türkisch Gold“, COMEDIA Theater, Köln, ab 14 Jahre, BIS-Zentrum
- Mi. 10.11.2010, 10 Uhr, „Die Treppe zum Garten“, Theater Marabu, Bonn, ab 7 Jahre, BIS-Zentrum
- Do. 11.11.2010, 10 Uhr, „Der König ohne Reich“, AGORA Theater, St. Vith (B), ab 6 Jahre, Jugendclubhaus Westend
- Fr. 12.11.2010, 10 Uhr, „Weltvermesser“, Theater Fetter Fisch, Münster, ab 5 Jahre, Jugendclubhaus Westend

Bis-Zentrum, Bismarckstr. 97-99, 41061 MG, Tel. 02161/181300
www.bis-zentrum.de und www.spielarten-nrw.de

ENGEL UND NIKOLAUS FREUEN SICH AUF SCHLOSSBESUCHER

Kinderprogramm beim Kunsthandwerkermarkt



Während Eltern Baumschmuck und Adventsdekorationen aussuchen, amüsieren sich Kinder auf dem Kunsthandwerkermarkt im Advent auf Schloss Rheydt am Wochenende 4. und 5. Dezember: Basteln im Schloss, Weihnachtsengel und Nikolaus verwöhnen mit Äpfeln, Weckmännern und Nüssen und Kinder der Musikschule Mönchengladbach geben Konzerte.

Schloss Rheydt
 Schlosstr. 508, 41238 MG
 Tel. 02166/928900
www.schlossrheydt.de

**GROSSER VERKAUF VON
 KOMMUNION-UND FESTTAGSBEKLEIDUNG**
 START AM VERKAUFSOFFENEN SONNTAG

**VERKAUFSOFFENER
 SONNTAG**

**LAGERRÄUMUNG
 30%**
 auf alle bereits reduzierten Winterartikel (ausgenommen neue Winterware). Nur solange der Vorrat reicht.

07.11.2010 von 13:00 bis 18:00 Uhr

Bei Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie nochmals **5%** Rabatt auf Ihren Einkauf.

- Baby- und Kinderbekleidung von 0-12 Jahren, Gr. 50-164
- Kommunion- und Festtagsbekleidung
- Diverse Stoffe in großer Auswahl

zaspel FACTORY

Zaspel Factory · 41748 Viersen · Schiefbahner Straße 11-13
 (Gew.-Geb. Rahser) Tel.: 0 21 62 / 9 30 50 · Öffnungszeiten:
 Mo-Fr 11-18.30 Uhr · Sa 10-14 Uhr · www.zaspel.com

Eissportzentrum Grefrath

Lust auf Eis

Mein Lieblingseis

Die größte Kunsteisanlage in NRW

- 400 m Freilufttrümp, Eislaufzelt und Eislaufhalle
- Pauschalarrangements für Kindergeburtstage, Gruppen- und Firmenausflüge
- 1500 Paar Schlittschuhe und 1500 kostenfreie Parkplätze
- Konzerte ganzjährig von Schlager über Volksmusik und Rock/Pop bis „Holiday on Ice“

So erreichen Sie uns:
 A40, Abfahrt 3 Wankum/Grefrath
 A61, Abfahrt 5 Nettetal/Grefrath

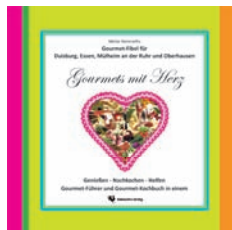
Eissaison von September bis März

Laufzeitenplan und Preise:
www.eisstadion.de | Service-Telefon (02158) 91 89 0

BÜCHER

MEIKE HAHNRATHS
GOURMETS MIT HERZ 2

KULINARISCH



Die Mönchengladbacherin Meike Hahnrahts lädt ein zum Genießen, Nachkochen und Helfen – mit der neuen Gourmet-Fibel „Gourmets mit Herz 2“. Spitzen-Köche der Region Duisburg, Essen, Mülheim an der Ruhr und

Oberhausen laden in ihre Restaurants ein und geben gut gewahrte Rezept-Geheimnisse preis. Viele farbige Fotos geben einen ersten atmosphärischen Eindruck der Räumlichkeiten. Der Leser erhält alle wichtigen Informationen zu den Restaurants – von Philosophie bis Ruhetag. Der Gewinn aus dem Verkauf fließt in konkrete Hilfsprojekte. Das Buch ist in allen Thalia und Mayerschen Buchhandlungen sowie über den Verlag erhältlich.

Hahnrahts-Verlag, 140 Seiten, 14,99 €
empfohlen von Susanne Schnabel

FELIX J. PALMA
DIE LANDKARTE DER ZEIT

ABENTEUERLICH



Andrew reist in die Vergangenheit, um seine große Liebe wiederzugewinnen. Claire macht eine Zeitreise aus dem viktorianischen London ins Jahr 2000 und verliebt sich in einen Mann aus der Zukunft. Möglich macht das die Agentur für Zeitreisen Murray. Inspektor Garrett jagt einen zeitreisenden

Mörder, der seine Opfer mit Waffen tötet, die noch gar nicht erfunden sind. Alle Fäden laufen bei einem dämonischen Bibliothekar zusammen, denn nur er kennt das Geheimnis der Landkarte der Zeit. Bis zur letzten Seite spielt Félix J. Palma mit den Erwartungen des Lesers und schleudert ihn von einer Parallelwelt in die nächste – ein Fest der Fantasie, in dem auch Jack The Ripper und H. G. Wells eine Rolle spielen.

Kindler Verlag, 720 Seiten, 24,95 €
empfohlen von Buchhandlung Degenhardt, Friedrichstr. 14, 41061 MG, www.buchhandlung-degenhardt.de

SIMON BECKETT
LEICHENBLÄSSE

SCHAUDERHAFT



Der aus Becketts Vorgängerromanen bekannte forensische Anthropologe David Hunter hält sich zu Forschungszwecken bei seinem Lehrer Tom Lieberman in Tennessee auf. Als in einer Jagdhütte eine schon stark verwesene Leiche gefunden wird, bittet Lieberman Hunter um Unterstützung bei der Aufklärung des Mordes. Doch die Ergebnisse der

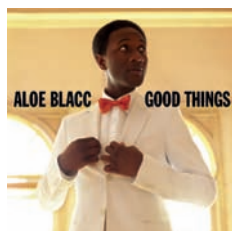
Ermittlungen passen einfach nicht zusammen: Ist der Tote verblutet oder wurde er erwürgt? Und wieso stammen die Fingerabdrücke von einer schon lange verstorbenen Person? Nachdem noch weitere Opfer auftauchen, wird schnell klar, dass der Täter mit den beiden Forensikern ein Spiel treibt ...

Rowohlt Taschenbuch Verlag, 416 Seiten, 9,95 €
empfohlen von Martin Huth

MUSIK

ALOE BLACC
GOOD THINGS

POLITISCH



RnB
Der amerikanische Soul-Sänger Aloe Blacc kann mit „I need a Dollar“ seinen ersten weltweiten Erfolg verbuchen. Der Song wurde ursprünglich für eine Fernsehshow des Senders HBO geschrieben. Im

Oktober brachte Aloe Blacc dann das Album „Good things“ heraus. Die Platte ist von Einflüssen aus RnB, Jazz, Soul und Hip Hop geprägt und lässt sich daher schwer kategorisieren. Aloe schreibt seine Songs selbst. Die Texte sind tiefgründiger, als das die Melodien vermuten lassen. Politische Themen wie Arbeitslosigkeit, Obdachlosigkeit oder Kapitalismus überwiegen.

Universal

LIZZ WRIGHT
FELLOWSHIP

SPIRITUUELL



Soul
Die 30-jährige Lizz Wright stammt aus Georgia, wo sie als Tochter eines Pfarrers aufwuchs. Das Album „Fellowship“ weist vielleicht deswegen neben dem vordergründigen Soul und Jazz auch

viele Einflüsse des Gospel-Gesangs auf. Wie der Titel verrät, steht das Album für Zusammenhalt, etwas das nicht nur einen spirituellen Hintergrund hat, sondern eine Botschaft für Lizz ist. Die großartige und voluminöse Stimme der Sängerin entführt den Zuhörer in eine andere Welt. Wer eine ruhige Platte zum Träumen und abschalten sucht, ist mit „Fellowship“ gut beraten.

Universal

ZAZ
ZAZ

FEDERLEICHT



Pop
Obwohl sich auch Balladen auf dem Album befinden, ist „federleicht“ das einzig zutreffende Adjektiv. Die Stimme der sympathischen Französin verzaubert auf Anhieb. So auch die Jury eines Pariser

Talentwettbewerbs. Zaz, alias Isabelle Geffroy, gewinnt. Mit ihrem ersten Album kann sie sich kurze Zeit später an die Spitze der französischen Charts kämpfen. Schon bald folgten Erfolge in Belgien, der Schweiz und Österreich. Nun will Zaz auch in Deutschland durchstarten. Das gleichnamige Album hält zauberhafte französischsprachige Songs mit Swing-, Jazz- und Pop-Einflüssen bereit.

Sony BMG

DVD/GAME

LAURENT TUEL
INSIDE RING

FAMILIÄR



Thriller
Milo Malakian (Jean Reno) ist ein einflussreicher armenischer Mafiapate. An der französischen Côte d'Azur hat sich sein Clan ein mächtiges Imperium aufgebaut. Als Sohn von Gangsterboss Milo hat Anton (Gaspard Ulliel) wenig Möglichkeiten, seinen Lebensweg selbst zu

gestalten. Er soll das Imperium erben und die „Geschäfte“ übernehmen. Als Anton aber seine Frau (Vahina Giacante) kennen und lieben lernt, will er sich dem Druck der Familie und vor allem des Vaters nicht länger beugen und aussteigen. Was das für Konsequenzen hat, ahnt Anton zunächst nicht.

Universum Film

GAMES
AVATAR

FANTASIEVOLL



Für Erwachsene
Ubisoft bringt das Spiel zum Blockbuster „Avatar“ auf den Markt. Der Spieler befindet sich in Pandora, einer fremden Welt. Dort versucht deren Bevölkerung, die Na'vi, ihren Planeten vor dem Raumfahrt-Konsortium der RDA zu schützen. Der Gamer entscheidet selbst, für

welche Seite er kämpft. Jede Partei hat verschiedene Waffen und Fertigkeiten, die er zur Bekämpfung des Gegners einsetzen kann. Wer sich nicht alleine stellen möchte, kann bis zu 15 Freunde in das Spiel integrieren. Zudem gibt es verschiedene Modi, wie Deathmatch, Capture the Flag und andere.

Ubisoft

SATURN
MUSIK, DVDS & GAMES
Rezensiert von Corinna Ingenhaag

KINO HIGHLIGHTS



VIERSENER STRASSE 8 · TICKET HOTLINE: 0 21 61 - 8 14 40 · WWW.COMET-CINE-CENTER.DE



**AB 4. NOVEMBER
IM CINE CENTER**

ROOM TO BREATHE

Englischer Originalton mit deutschen Untertiteln

Premiere in Anwesenheit von Cast & Crew am 1.11. um 20 Uhr. VVK läuft!

„Manche Dinge können weder vergeben, noch vergessen werden. Die Zeit kann die dunklen Herzen derer nicht heilen, die ihr Leben der Kriminalität gewidmet haben. In einer verlassenen deutschen Stadt sehnt sich ein alter Konflikt der Erfüllung. Ein entschlossenes Team von fünf Kriminellen betritt unbewusst das letzte Schlachtfeld zweier schattenhafter Mächte, dessen Hass droht, sie alle zu vernichten. Loyalitäten werden auf die Probe gestellt und Pläne zerfallen. Wird irgendeiner von ihnen die Vergangenheit überleben?“ „Room to Breathe“ ist der zweite Spielfilm von Middle Name Productions. Er wurde an denkwürdigen Standorten der Stadt Mönchengladbach gedreht und ist ein Testament von MNP, das auf die gesammelte Erfahrung von „The Receptionist“ baut, um nun diese größere und aufwändigere Produktion im Jahr 2010 auf die Leinwand zu bringen. Bei Dreharbeiten von gerade einmal zwei Wochen setzte MNP erneut heimisches Amateurtalent in der Form von Schauspielern und Film-Crew effektiv für die Produktion dieser beträchtlichen Ausführung ein.



**AB 28. OKTOBER
IM CINE CENTER**

**GEWINN
SPIEL**

Gewinnen Sie 2 x 2 Eintrittskarten für „R.E.D. – Älter, härter, besser“! Schicken Sie eine E-Mail mit Stichwort „KINO“ an gewinnspiel@hindenburger.de. Einsendeschluss: 11.11.2010

R.E.D. – ÄLTER, HÄRTER, BESSER

Frank, Joe, Marvin und Victoria waren einmal ein Team, das im Auftrag der C.I.A. lästige Probleme erledigte, meist mit fataler Konsequenz. Als Pensionisten langweilen sich die Exagenten zu Tode, bis Frank von einem Killerkommando Besuch bekommt und damit in alte Gewohnheiten zurückfallen muss. Seine Exkollegen werden es ihm gleichtun, weil auch sie auf einer Abschlussliste stehen und nun reagieren müssen. Warum jemand sie töten will, wissen sie nicht, wohl aber, dass sie schon lange nicht mehr so viel Spaß hatten.

The Metropolitan Opera LIVE IM COMET CINE CENTER



13. November 2010, 19 Uhr
Donizetti **DON PASQUALE** (4h00)
Mit Anna Netrebko und Matthew Polenzani
Dirigent: James Levine, Produktion: Otto Schenk

11. Dezember 2010, 18:30 Uhr
Verdi **DON CARLO** (5h00)
Mit Marina Poplavskaya und Roberto Alagna
Dirigent: Yannick Nézet-Séguin, Produktion: Nicholas Hytner

26. Februar 2011, 19 Uhr
Gluck **IPHIGENIE EN TAURIDE** (Iphigenie auf Tauris) (3h15)
Mit Susan Graham und Plácido Domingo
Dirigent: Patrick Summers, Produktion: Stephen Wadsworth

9. April 2011, 19 Uhr
Rossini **LE COMTE ORY** (3h25)
Diana Damrau und Juan Diego Flórez
Dirigent: Maurizio Benini, Produktion: Bartlett Sher

30. April 2011, 19 Uhr
Verdi **IL TROVATORE** (3h30)
Mit Sondra Radvanovsky und Marcelo Álvarez
Dirigent: James Levine, Produktion: David McVicar

14. Mai 2011, 18 Uhr
Wagner **DIE WALKÜRE** (5h35)
Mit Deborah Voigt, Jonas Kaufmann und Bryn Terfel
Dirigent: James Levine, Produktion: Robert Lepage



DIE QUAL DER WAHL

NACH DER GRUNDSCHULZEIT

Kaum ist das Schuljahr 2010/2011 ein paar Wochen alt, müssen sich Eltern von Schülerinnen und Schülern der 4. Klassen gedanklich mit der weiterführenden Schule ihrer Kinder beschäftigen.

Damit Sie sich nicht bei der Schulwahl im Informationsdschungel verheddern, stellt der HINDENBURGER vier Schultypen ab Klasse 5 vor und hat Ihnen einige wichtige Tipps und Termine zusammengestellt.

Hauptschule

Die Gemeinschafts- und Kath. Hauptschulen legen, neben der Erziehungsaufgabe, großen Wert auf Förderung und Maßnahmen zur Berufsorientierung. Einige Schulen dieser Art nennen sich „Berufswahl- und ausbildungsfreundliche Schule“. Sie verfügen dann über ein eigenes Berufsorientierungsbüro und arbeiten eng mit außerschulischen Partnern und Firmen zusammen. In Mönchengladbach gibt es drei Hauptschulen mit pädagogischer Übermittagsbetreuung, sechs mit erweitertem und eine mit freiwilligem Ganztagsbetrieb sowie zwei Ganztagschulen. Generell können bei diesem Schultyp alle Schulabschlüsse der Sekundarstufe I erworben werden: Hauptschulabschluss (nach Klasse 9), Qualifizierter Hauptschulabschluss (nach Klasse 10 Typ A), Mittlerer Schulabschluss (nach Klasse 10 Typ B). Letzterer berechtigt zum Besuch der gymnasialen Oberstufe.

Realschule

Auch an den vier Mönchengladbacher Realschulen liegt der Schwerpunkt auf der Berufsorientierung. Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 9 und 10 werden durch Informationsarbeit und nach einem 14-tägigen Berufspraktikum zu einer zielorientierten Berufswahl befähigt. Fünft- und Sechstklässler werden zunächst in der so genannten Erprobungsstufe unterrichtet, bevor ab Klasse 7 eine Neigungsdifferenzierung erfolgt, aufgeteilt in die Bereiche Sprache, Naturwissenschaft/Technik und Musik/Kunst. Des Weiteren zeichnen sich die Realschulen durch Ergänzungsunterricht in den Klassen 5 bis 8 (Aufarbeitung von Defiziten) aus. Um leistungsstarken Schüler der 10. Klasse einen Übergang zum Gymnasium zu erleichtern, wird, auf freiwilliger Basis, Förderunterricht angeboten.

Gesamtschule

Die ganztägige Gesamtschule, von denen fünf ihrer Art in Mönchengladbach existieren, ist eine Alternative zum traditionellen dreigliedrigen Schulsystem. Hier wird die Differenzierung in die Schule verlagert und besteht nicht mehr zwischen verschiedenen Schulformen. Das System, das sich den Leistungen und Fähigkeiten der Schüler anpasst, basiert auf den zwei Säulen Qualitätsentwicklung (z. B. Profilbildung in Sekundarstufe II) und Soziales Lernen/Erziehung (z. B. Training der sozialen Kompetenzen in den Klassen 5 und 6). Nach der 6. Klasse kann der Unterricht in den Fächern Englisch, Deutsch und Mathematik in Grundkurse (einfacher Unterricht) und Erweiterungskurse (Zusatzunterricht) unterteilt werden, ab der 9. Klasse auch in einem naturwissenschaftlichen Fach. Sämtliche Schulabschlüsse der Sekundarstufen I und II können an einer Gesamtschule erlangt werden.



ANMELDUNG

Die Anmeldephase für die weiterführenden Schulen findet im Zeitraum Ende Januar bis Mitte Februar 2011 statt. Eltern sollten dabei



folgendes mitbringen: letztes Halbjahreszeugnis mit Empfehlung der Grundschule, Familienstammbuch oder Geburtsurkunde und Lichtbild des Kindes. Für die Anmeldung an der Bischöflichen Marienschule ist zusätzlich die Taufbescheinigung des Kindes erforderlich.

TIPP

Gymnasium

Die mittlerweile achtjährige Schulzeit an einem der neun Mönchengladbacher Gymnasien gliedert sich in drei Stufen. Am Ende der Erprobungsstufe (Klasse 5 und 6) entscheidet die Klassenkonferenz über eine weitere Ausbildung des Kindes am Gymnasium. In diesen beiden Jahrgangsstufen gibt es auch keine Versetzung. Zur Mittelstufe gehören die Jahrgangsstufen 7 bis 9. Am Ende erlangen die Schülerinnen und Schüler die Berechtigung für den Übergang in die Ober-

stufe. Es kann der Hauptschulabschluss und, allerdings erst mit der Versetzung in die Jahrgangsstufe 11, der mittlerer Abschluss bzw. die Fachoberschulreife erworben werden. Seit diesem Schuljahr bilden die Jahrgangsstufen 10 bis 12 die Oberstufe, deren Ziel es ist, auf die Abiturprüfung vorzubereiten. Drei der Gymnasien in unserer Stadt laufen im Ganztagsbetrieb, die anderen sechs mit pädagogischer Übermittagsbetreuung.

Text: Martin Huth · Fotos: Sascha Broich

TAGE DER OFFENEN TÜR

- Sa. 06.11.2010, Gymnasium Rheindahlen, Geusenstr. 29, 41179 MG
- Sa. 13.11.2010, 9:00-13:00, Gymnasium Am Geroweier, Balderichstr. 8, 41061 MG
- Sa. 13.11.2010, Gymnasium Odenkirchen, Mülgaustr. 43, 41199 MG
- Fr. 19.11.2010, Gemeinschaftshauptschule Kirschhecke, Kirschhecke 10, 41199 MG
- Sa. 20.11.2010, 8:30-13:30, Hugo-Junkers-Gymnasium, Brucknerallee 58, 41236 MG
- Sa. 20.11.2010, Math.-Nat.-Gymnasium, Rheydter Str. 65, 41065 MG
- Sa. 20.11.2010, 11:00-14:30, Gesamtschule Neuwerk, Nespelerstr. 75, 41066 MG
- Sa. 27.11.2010, Gesamtschule Hardt, Vossenbäumchen 50, 41169 MG
- Sa. 27.11.2010, 9:00-12:30, Gymnasium An der Gartenstraße, Gartenstr. 154, 41236 MG
- Sa. 27.11.2010, 9:00-13:00, Franz-Meyers-Gymnasium, Aternweg 1, 41238 MG
- Sa. 27.11.2010, ab 10:00, Gesamtschule Rheydt-Mülfort, Realschulstr. 14, 41238 MG
- Sa. 27.11.2010, Stift.-Hum.-Gymnasium, Abteistr. 17, 41061 MG
- Fr. 03.12.2010, 14:00-17:00, Kath. Hauptschule Neuwerk, Nespelerstr. 75, 41066 MG
- Sa. 04.12.2010, 10:00-14:00, Gesamtschule Volksgarten, Volksgartenstr. 75, 41065 MG
- Sa. 04.12.2010, Geschwister-Scholl-Realschule, Karl-Fegers-Str. 85, 41068 MG
- Sa. 04.12.2010, Bischöfliche Marienschule (Gymnasium), Viersener Str. 209, 41063 MG
- Sa. 22.01.2011, 9:30-12:30, Realschule Volksgarten, Luise-Vollmar-Str. 25, 41065 MG
- Sa. 29.01.2011, Gemeinschaftshauptschule Dohler Straße, Dohler Str. 79, 41238 MG

Die Viertklässler lernen ihre neue Schule mitsamt den zukünftigen Lehrern kennen und dürfen an „Schnupper-Unterrichtsstunden“ teilnehmen. Schüler oder Ehemalige gestalten abwechslungsreiche und interessante Programme.

INFO-ABENDE FÜR ELTERN DER VIERTKLÄSSLER

- Mi. 10.11.2010, 19:30, Gesamtschule Hardt, Vossenbäumchen 50, 41169 MG
- Do. 25.11.2010, 19:30, Gesamtschule Volksgarten, Volksgartenstr. 75, 41065 MG
- Do. 03.02.2011, 19:30, Gymnasium Rheindahlen, Geusenstr. 29, 41179 MG
- Do. 03.02.2011, 20:00-21:30, Kath. Hauptschule Stadtmitte, Aachener Str. 52, 41061 MG

DROP IN SKATESHOP

FRIEDRICHSTRASSE 30
41061 MG · TEL: 02161 / 2478015
ÖFFNUNGSZEITEN: MO-DO 11-19 UHR
FR 11-18 UHR · SA 11-16 UHR
WWW.MYSPACE.COM/DROPINSTORE
WWW.DROPIN-MG.DE

endlich gute Noten



**Beratung
Training
Therapie**

www.LernHaus.info

☎ 02161 - 9488690

**Lisas Wunsch
ist es Tierärztin zu werden**

- aber in der Schule fällt ihr das Schreiben und Rechnen schwer.

Bei einer **Beratung im Lernhaus** wurden ihre Wissenslücken aufgespürt.

Seit einigen Monaten wird Lisa nun **individuell** unterstützt. Sie ist wieder motiviert und ihr Lernverhalten hat sich schon deutlich verbessert. Ihr Ziel Tierärztin zu werden ist nun erreichbar.

Lesen-Rechtschreibschwäche
Dyskalkulie
Konzentrationsstraining
Legasthenie
Konzentrationsstraining

**Jetzt kostenfreie Schnuppertage
unter 02161 9488690 vereinbaren!**

LernHaus
Kompetenz in Schrift und Sprache

EINE CHANCE FÜR DIE ZUKUNFT

Um möglichst viele junge Leute in eine Berufsausbildung zu vermitteln, arbeiten in Mönchengladbach verschiedene Institutionen intensiv und engagiert zusammen.

Text: Julia Siegers · Foto: Sascha Broich

Neben den „Klassikern“ wie dem BIZ (Berufs-informationszentrum) auf der Lürriper Straße, der Ausbildungsplatzbörse im Internet und der persönlichen Berufsberatung durch einen speziell geschulten Berater hilft die Agentur für Arbeit mit speziellen Förderprogrammen auch, wenn sich die Suche nach einem Ausbildungsplatz über längere Zeit hinweg schwierig gestaltet. Jugendliche unter 25 Jahren, die trotz intensiver Bemühungen keinen Ausbildungsplatz gefunden haben, können in ein Langzeitpraktikum, die so genannte Einstiegsqualifizierung, vermittelt werden. Das dauert mindestens ein halbes, maximal ein ganzes Jahr und findet direkt in einem Ausbildungsbetrieb statt, mit ähnlichen praktischen Inhalten und Berufsschulbesuch, wie in der „richtigen“ Ausbildung. So kann zwischen Praktikant und Arbeitgeber eine erste Brücke gebaut werden, die bei Eignung sogar zur Übernahme in ein reguläres Ausbildungsverhältnis führen kann. Dann wird auch die Praktikumszeit nahtlos angerechnet.

Informationen und Beratungstermine gibt es bei der Berufsberatung der Agentur für Arbeit, Tel. 01801/555111*, www.arbeitsagentur.de

*Festnetzpreis 3,9 ct/min; Mobilfunkpreise höchstens 42 ct/min

Ausbildungsinitiative 2013

Auch die IHK unterstützt Schüler und Unternehmen, um freie Ausbildungsplätze zu besetzen. Auf Berufsinformationsveranstaltungen in Schulen und auf Messen werden unbekannte und interessante Ausbildungsberufe vorgestellt. Schüler haben auch die Möglichkeit, sich auf der IHK Ausbildungsplatzbörse im Internet als Suchende zu präsentieren (www.ausbildungsplatzboerse.ihk.de). Neu angelaufen ist das Projekt „500+ Ausbildungsinitiative für 2013“. Da in diesem Jahr aufgrund der verkürzten Gymnasialschulzeit zwei Abiturjahrgänge auf den Ausbildungsmarkt strömen werden, sollen die Chancen für Schüler mit Haupt- oder Realschulabschlüssen verbessert werden. Ziel ist, 500 zusätzliche Ausbildungsplätze für diese Jugendlichen bereitzustellen, die sich unter bestimmten schulischen und persönlichen Voraussetzungen für das Projekt bewerben können. Das ist keine Garantie, aber eine besondere Chance für die Sicherstellung der eigenen beruflichen Zukunft. Bis 31.12.2010 sollten die Schulen die teilnehmenden Schüler anmelden. Ab April 2011 kön-

nen sich Schüler direkt auf dem Onlineportal bewerben. **Informationen gibt es direkt unter www.schule-wirtschaft.ihk.de oder bei der IHK-Bildungshotline 02151/635455**

Dritter im Bunde ...

... wenn es um die Förderung von Ausbildung in MG geht, ist die WFMG – Wirtschaftsförderung Mönchengladbach GmbH mit ihrem Projekt „MGconnect“. Neben Aktionen, wie beispielsweise den beliebten Zukunftsordnern für Schüler mit wertvollen Frage- und Informationsbögen oder dem „Blauen Brett“ als Infopoint in der Schule zur Vorbereitung auf eine Ausbildung, konnten auch immer wieder öffentlichkeitswirksame Veranstaltungen wie das Mönchengladbacher Bankentraining, „Beruf konkret“ oder der „Tag der Logistik“ gemeinsam mit Partnern realisiert werden. Spannend war es auch am 29.10.2010, als sich durch die Veranstaltung „HITEC in MG“ die Pforten der Maschinenbau- und Elektrotechnik-Unternehmen für Schüler öffneten. Während dieser MGconnect-Veranstaltungen treffen Unternehmen und Schüler direkt aufeinander, können Fragen stellen, sich informieren und Unsicherheiten abbauen. Um auch in Zukunft auf die Bedürfnisse von Arbeitgebern und potenziellen Azubis eingehen zu können, gründen derzeit die WFMG gemeinsam mit Mönchengladbacher Unternehmen und durch Unterstützung des öffentlich geförderten JOBSTARTER-Projektes die gemeinnützige MGconnect-Stiftung. Mit deren Geldern sollen dann u. a. auch 2011 wieder groß angelegte Themen- und Informationstage für weitere Mönchengladbacher Leitbranchen stattfinden.

MGconnect, c/o WFMG – Wirtschaftsförderung Mönchengladbach GmbH, Tel. 02161/82379-9 www.mgconnect.de

BERUFSORIENTIERUNG FÜR JUGENDLICHE

Gesundheit und Soziales – Ausbildungsmesse im BIZ
Do. 11.11.2010, 15:00 bis 17:30 Uhr
BIZ der Agentur für Arbeit Mönchengladbach
Lürriper Str. 56, 41065 MG
 Unternehmen, soziale Einrichtungen, berufliche Schulen und Verbände aus der Region informieren über Ausbildungsmöglichkeiten und Zukunftsperspektiven im Gesundheits- und Sozialwesen.

runtime

WIR GEHEN JOBBEN - KOMMEN SIE MIT?

FÜR UNSERE NIEDERLASSUNG IN MÖNCHENGLADBACH SUCHEN WIR MOTIVIERTE MITARBEITER/-INNEN:

- Helfer/in
- Schweißer/in mit Prüfungen für die Montage
- Gas- und Wasserinstallateur/in
- Elektriker/in

BEWERBEN SIE SICH:
niederlassungmoenchgladbach@runtime.services.de
RUNTIME SERVICES GMBH & CO. KG
 T. 02166/1268460 • An der Eickesmühle 39
 41238 Mönchengladbach

RUNTIME SERVICES

SERVICE-PAKET

Die mindestens wöchentliche Reinigung von Gehwegen und einigen Fahrbahnen sowie der Winterdienst bei Eis und Schnee sind wichtige Pflichten jedes Grundstückseigentümers.

Unsere Leistungen in Ihrem Auftrag:

- Gehwegreinigung
- Straßenreinigung
- Winterdienst

Wir beraten Sie umfassend und individuell. Gern auch vor Ort. Wir sind für Sie auf Draht
02161/49100

Gesellschaft für Wertstoffeffassung, Wertstoffverwertung und Entsorgung Mönchengladbach mbH
 Am Nordpark 400, 41068 Mönchengladbach

GEM
 Gemeinsam für eine saubere Stadt



NEUE WEGE – NEUE PERSPEKTIVEN

Drei junge Männer wagen sich in diesem Ausbildungsjahr in Mönchengladbach auf ein sonst eher von weiblichen Azubis gewähltes Gebiet vor – sie haben eine Ausbildung zum Medizinischen Fachangestellten begonnen. Zwei von ihnen lernen und arbeiten in den allgemeinmedizinischen Praxen Dr. Aretz und Partner. „Die jungen Männer sind auf uns zugekommen und haben sich für die Ausbildungsplätze beworben. Nach einem Praktikum haben wir sie in ein Ausbildungsverhältnis übernommen“, erklärt Dr. Aretz.

Ausschlaggebend für die Berufswahl waren z. B. für Realschüler Dennis (20) ein elfmonatiges Praktikum in einem Krankenhaus sowie der Wunsch, in seinem zukünftigen Beruf mit Menschen zu tun zu haben und seine EDV-Kenntnisse einbringen zu können. Denn der Beruf des Medizinischen Fachangestellten erfordert heutzutage neben der Unterstützung des Arztes bei Untersuchung, Behandlung, Betreuung und Beratung von Patienten auch jede Menge Organisation und Verwaltungstätigkeiten.

Berufsbild

Zugangsvoraussetzung für die dreijährige Ausbildung ist mindestens ein Hauptschulabschluss, besser die mittlere Reife. Im dualen System mit Berufsschule und Arbeit in der Arztpraxis werden die Azubis mit allen anfallenden Arbeiten von der Terminvergabe über die Betreuung von Patienten und den Umgang mit medizinischen Geräten und Medikamenten bis zum Abrechnungswesen vertraut gemacht. Nach der Ausbildung kann man sich weiter in bestimmten Bereichen, wie z. B. die Verwaltung oder das Labor, spezialisieren oder allgemein in Arztpraxen, Krankenhäusern und Organisationen des Gesundheitswesens Arbeitsplätze finden.

Informationen zum Berufsbild z. B. im Internet unter www.arbeitsagentur.de, Menüpunkt BERUFENET

TIPP

Welcher Ausbildungsberuf passt zu mir? Wo liegen meine Stärken und Schwächen und in welchem Tätigkeitsfeld kann ich sie am besten einbringen? Antworten und Hilfestellungen zur Berufswahl bietet die Internet-Seite www.planet-beruf.de z. B. mit dem virtuellen Talent-Check im Berufe-Universum.

INFO FÜR ABITURIENTEN

In NRW stehen zahlreiche Hochschulen mit unterschiedlichsten Fachgebieten den Studierenden offen. Was, mit welchem Abschluss und wo kann man am besten studieren?

Zwei Internet-Seiten helfen strukturiert weiter:

- www.studinavi-nrw.de (Studiengänge in NRW, Finanzierung und Organisation, nützliche Hilfestellungen und Erfahrungsberichte)
- www.dual-studieren-im-rheinland.de (Studium in Verbindung mit betrieblicher Ausbildung; Studiengänge/Abschlüsse im Rheinland)

ICH KENNE JEDES MODELABEL.

KANN ICH DAS ZUM BERUF MACHEN?



Jede hat etwas, das sie besonders gut kann. Gemeinsam mit dir finden wir heraus, wo deine Stärken liegen und welche Ausbildung dazu am besten passt. Teste jetzt deine Stärken: www.ich-bin-gut.de.

DIE BERUFSBERATUNG



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Mönchengladbach
Lürriper Straße 56
41065 Mönchengladbach
moenchengladbach@arbeitsagentur.de



Schön, dass Sie uns eingeschaltet haben.

DER HERZSCHLAG DER REGION

Zuhause ankommen: Licht an, Kühlschrank auf, Musik ab. Wir liefern dafür den Strom – und wir engagieren uns fürs Sich-zuhause-Fühlen in der Region. Denn wir investieren vor Ort – als Auftraggeber, Arbeitgeber, Sponsor. Gut, dass wir so viel Kontakt haben.



Gemeinsam stark.

www.new-energie.de

BORUSSIA

Pfarrer Neuenhofer sammelt seit Jahren immer wieder im Borussia-Park für Straßenkinder in La Paz/Bolivien, zukünftig wird auch dieses Projekt über die Borussia-Stiftung unterstützt.

WICHTIGERES ALS FUSSBALL

Borussia sammelte im Oktober mehr Spenden als Punkte.

Gute Spiele gab es trotz der beiden heftigen Pleiten gegen Frankfurt und Stuttgart, doch Punkte zu wenige. Igor de Camargo soll, genesen von einer langen Verletzung, nun endlich mithelfen, Leistung in Tore und Punkte umzumünzen.

Irgendwie kam die Länderspielpause am zweiten Oktober-Wochenende für die Borussia wie gerufen, obwohl die Mannschaft sich aus einer kurzen, aber heftigen Krise bereits halb herausgeschossen hatte. Nach den deftigen Pleiten gegen Eintracht Frankfurt (0:4) und beim VfB Stuttgart (0:7) rappelten sich die Gladbacher gegen den FC St. Pauli wieder auf. Da aber auch diese Partie in der englischen Woche 1:2 verloren ging, wollte immer noch kein Fußball-Fan und schon gar kein VfL-Freund die deutliche Leistungssteigerung beim 2:2-Unentschieden auf Schalke offiziell anerkennen. 2:0 geführt und doch nicht gewonnen, dieses aus der Vorsaison bekannte Dilemma wollten die Borussen doch in dieser Spielzeit so gerne hinter sich lassen. Wie gut, dass es gegen den Deutschen Meister von 2009 einen Rückstand im Borussia Park gab, erneut – wie so oft im beginnenden Herbst – durften sich die Mannen von Trainer Michael Frontzeck vom Schiedsrichter benachteiligt fühlen. Doch Lamentieren bringt keine Punkte, und deswegen nahmen sie gegen den VfL Wolfsburg das Heft in die Hand, holten zumindest noch einen Punkt (1:1) und erkämpften sich Sympathien der Anhänger zurück.

Manch ein VfL-Fan witterte angesichts des stotternden Saisonstarts in der Gründung der Borussia-Mönchengladbach-Stiftung ein Ablenkungsmanöver. Doch die Stiftung wurde bereits vor der Saison am 19. August ins Leben gerufen, aber erst in der Länderspielpause gab es die passende Gala und ein Golfturnier unter dem Dach der als gemeinnützig anerkannten Sache für den guten Zweck. Passend zum 110-jährigen Vereinsbestehen, legte der VfL einen finanziellen Grundstock von 110.000 Euro, der durch Spenden vor und im Rahmen der Gala im Borussia-Park um weit mehr als 80.000 Euro aufgestockt wurde. Wir sind mit Abstand der größte Verein der Stadt und einer der größten Vereine der Region. Daraus ergibt sich für uns eine gesellschaftliche Verantwortung, der wir mit Nachhaltigkeit gerecht werden wollen“, sagt VfL-Präsident Rolf Königs. Die Stiftung sei selbstlos tätig und verfolge nicht in erster Linie eigenwirtschaftliche Zwecke, sondern vielmehr die Förderung sportbezogener sozialer Maßnahmen zur Integration Jugendlicher in die Gesellschaft und die Förderung des bürgerschaftlichen und kirchlichen Engagements zugunsten gemeinnütziger und mildtätiger Zwecke.

Ruhe und Zuversicht

Es gibt eben wichtigere Dinge als Fußball, auch wenn mancher Fußball-„Verrückte“ vielleicht anderer Meinung sein wird. Nach drei Niederlagen in Folge hörte man sie wieder an allen Ecken der Stadt, in den Kneipen, Supermärkten, Schulen: die Kritiker, die besorgten Fans, die schon immer gesagt haben, Frontzeck sei nicht der richtige Mann am richtigen Ort. Auch Stefan Effenberg meldete sich, alles wie immer rund um Borussia? Nein, denn neben den Verantwortlichen im Club gibt es auch in der Anhängerschaft eine wachsende Gruppe, die von den alltäglichen Trainerwechseln in der Bundesliga die Nase voll hat. Ruhe und Zuversicht zeichnen diese Personen aus. Die Diskrepanz zwischen Leistung und Punkten muss Frontzeck gleichwohl schnellstens beheben – und zwar in



eine akzeptable Richtung. Dass die Mannschaft Potenzial hat, hat sie unlängst bewiesen. Und Möglichkeiten, die Fans wieder glücklich zu machen, ergeben sich in den kommenden Tagen und Wochen für Borussia auch genug!

Text: Ingo Rütten · Fotos: Dieter Wiechmann

INFO

Im November lohnt sich der Blick auf den Spielplan des VfL, denn alle vier Spiele in der Bundesliga versprechen, echte „Kracher“ zu werden. Der Hit schlechthin ist wie immer das bereits ausverkaufte Spiel gegen den **FC Bayern München** am **Samstag, 6.11., 15:30 Uhr**. Eine Woche später, am **Samstag, 13.11., 15:30 Uhr** geht es zum rheinischen Derby gegen den **1. FC Köln**. Bevor der VfL schließlich am **Samstag, 27.11., 18:30 Uhr** bei der Namenscousine und Geheimfavoriten auf die Meisterschaft, **Borussia Dortmund**, antritt, kommt am **Samstag, 20.11., 15:30 Uhr** mit dem **FSV Mainz 05** die aktuelle Sensationself der Bundesliga nach Mönchengladbach.



GANZJAHRESEREIGNIS

Vor und nach dem „Ski-Opening“ im November ist beim Ski-Club Mönchengladbach Fitness angesagt.

Das Ski-Opening des Mönchengladbacher Ski-Clubs am 13. November ist ein Hüttenfest und wird mit Live-Musik in alpenländischer Atmosphäre im St. Pius-Zentrum in Uedding gefeiert. Auf Schnee müssen die Gäste fernab der Berge verzichten, deswegen richtet der Verein auch keine Stadtmeisterschaften mehr aus. Schnee, die Grundvoraussetzung zum Skifahren, ist Mangelware am Niederrhein, die Neusser Skihalle, wo das Praxistraining für die Kids über die Bühne geht, ist auf Dauer keine Lösung. Das heißt aber keineswegs, dass der Club fehl am Platz ist. Im Gegenteil: „Skifahrer wird man im Sommer“, sagt Vorstandsmitglied Manfred Funken.

Der Ski-Club veranstaltet den vor kurzem abgehaltenen Skibasar, organisiert Wandertage und führt im Winter Skireisen in die Berge durch. „Für diese Saison gibt es noch freie Plätze für Serfaus und Oberndorf, auch für Nichtmitglieder. Unsere betreuten Reisen sind persönlicher, familiärer und individueller als andere“, sagt Funken, der mit seinen Vorstandskollegen die verschiedenen Varianten des Nordic Sports im Club etablieren möchte. Nordic Walking wird bereits angeboten.

1954 gründete sich der Verein, wie andere Sportvereine konkurriert er heute mit Videospiele und Sofas, aber junge Leute sind ausdrücklich willkommen, auch und gerade weil ein Großteil der jetzigen Mitglieder zwischen 40 und 60 Jahre alt sind. Funken: „Mit Ausreißern, und es sind auch Kinder im Club. Wir bieten die Möglichkeit, sich das ganze Jahr über für wenig Geld fit zu halten.“ Und schließlich haben die Mitglieder ein Vorrecht bei der Buchung einer der Reisen in die Alpen, denn allen anderen Sportangeboten zum Trotz steht das Skifahren im Vordergrund – auch in über 700 Kilometer Entfernung zur nächsten Abfahrt unter freiem Himmel.

Text: Ingo Rütten · Foto: Ski-Club-Mönchengladbach

INFO

Montags und donnerstags trainieren die Mitglieder des Ski-Clubs – das ganze Jahr über. Im Grenzlandstadion treffen sich die Leichtathletik-Freunde donnerstags ab 18 Uhr zum Training für das Sportabzeichen. Montags stehen Einheiten in der Halle an: In der Eickener Mehrzweckhalle (19 Uhr) und in der Sporthalle des Math.-Nat. Gymnasiums (ab 20:15 Uhr) ist Fitnesstraining angesagt. Derzeit leiten sechs ausgebildete Trainerinnen die Stunden, eine von ihnen ist auch beim Kinder-Ski-training um 18 Uhr montags in Eicken vor Ort. Über 300 Mitglieder hat der an der Burggrafenstraße 105 im Stadtzentrum beheimatete Club. Der Jahresbeitrag beträgt 65 Euro. „Wir sind viel günstiger als ein Fitnessstudio, und wir machen unsere Leute auch fit“, sagt Vorstandsmitglied Manfred Funken.

Informationen unter www.ski-club-mg.de.



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

Unser Leistungsspektrum:

Zahnärztlicher Bereich

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

Prophylaxebereich

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



**Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc
und Partner**

Krahnendonk 7
41066 Mönchengladbach

Tel. 0 21 61 / 66 63 60
Fax 0 21 61 / 66 51 59

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

Halten Sie sich fit!

Stählerner Waschbrettbauch, definierter Oberkörper und eine straffe Po-Muskulatur? Die folgenden vier Fitness-Studios machen es möglich. Text: Corinna Innenhaag · Fotos: Sascha Broich

BODY-FIT



MITGLIEDSCHAFT
AB 14,95 €
IM MONAT

Das Sportstudio Body-Fit überzeugt mit fachlichem Know-How und langjähriger Erfahrung. Das Studio besteht bereits seit 1991 und war damit eines der ersten im Raum Mönchengladbach und Rheindahlen. Neben dem hochwertigen Gerätebereich steht der Gesundheitsaspekt für Inhaber Robert Schiffer im Vordergrund. So wird neben Thai-Bo auch eine Rückenschule angeboten. Diese erfreut sich seit 15 Jahren größter Beliebtheit. Dass Fitness nicht immer teuer sein muss, beweist der Daylight-Tarif. Dieser beinhaltet den Studiobesuch, wochentags von 9 bis 16 Uhr und kostet lediglich 14,95 €. So können z. B. Rentner die frühen Stunden ohne viel Trubel nutzen. Für Schüler, Umschüler und Studenten jedes Alters gibt es den Studenten-Tarif für nur 17,- €.

Rheindahlener Str. 78-82, 41189 MG
Tel. 02166/56849, www.bodyfit-wickrath.de



ELAN-SPORTS

MITGLIEDSCHAFT
AB 31,90 €
IM MONAT

In der Wickrather Straße befindet sich das Fitness-Studio Elan-Sports. Dieses punktet mit einer großen Trainingsfläche und bietet einen Saunabereich mit Dampfbad. Fitness und Wellness lassen sich hier perfekt vereinen. Das Studio fasst rund 1500 m². Neben der hochwertigen Ausstattung wird ein besonderes Augenmerk auf das geschulte Personal gelegt. „Unsachgemäße Handhabung der Geräte kann gefährlich werden und zu Verletzungen führen, darum beschäftigen wir nur lizenzierte und bestens geschulte Trainer, Physiotherapeuten und Reha-Trainer“, berichtet Inhaber Frank Buchholz. In Zusammenarbeit mit Ärzten und Krankenkassen ist Elan-Sports somit in der Lage, spezielle Reha-Kurse anzubieten. Zusätzlich gibt es ein breit gefächertes Kursangebot, das von Bodystyling und Step über Fatburner, Bauch und Indoor Cycling reicht. Zudem hat der Kunde beim Pilates die Möglichkeit, den Alltag zu vergessen und gleichzeitig seine Muskulatur zu stärken. Die ebenfalls angebotene Rückenschule mit Wirbelsäulengymnastik hilft bei Schmerzen und Verspannungen.

Wickrather Straße 163a, 41236 MG
Tel. 02166/10057, www.elan-sports.de

Wellness für die Zähne

Prophylaxe in der Zahnarztpraxis

■ Mittels einer gründlichen und regelmäßigen Prophylaxe-Behandlung in der Zahnarztpraxis können schmerzhaftes Erkrankungen an Zahnfleisch und Zähnen verhindert werden. Gestartet wird solch eine Behandlung mit einer umfangreichen Aufklärung über optimale Zahnpflichtechniken und gesunde Ernährung.

■ Anschließend werden innerhalb der professionellen Zahnreinigung hartnäckige bakterielle Beläge sowie Zahnstein entfernt. Um die Entzündungen auslösenden Ablagerungen schonend und schmerzarm zu beseitigen, werden Zahnoberflächen, Zwischenräume und Zahnfleischtaschen, die

beim Zähneputzen zu Hause nur schwer erreicht werden, mit speziellen Instrumenten gereinigt. Leichtere Verfärbungen verschwinden durch den Einsatz eines Pulverstrahlgeräts. Anschließend werden die Zähne mit einer feinen Paste poliert, um raue Stellen zu glätten, und die Zahnoberflächen zum Schutz vor Säureattacken der Mundbakterien mit einem Fluorid-Lack überzogen.

■ Patienten beschreiben, dass sich ihre Zähne nach der Prophylaxe glatt, sauber und gesund anfühlen sowie strahlend weiß aussehen. Laut wissenschaftlichen Untersuchungen ist die Prophylaxe-Behandlung, deren Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen werden, zweimal pro Jahr ergänzend zur täglichen Mundhygiene ideal.

Weitere Informationen werden gerne in der Praxis von Dr. Wolfgang Riedling erteilt.



Wer macht eigentlich die
Zahnkronen?

Der **Zahnarzt**

oder der **Zahntechniker?**

Egal, was Sie denken, es ist sicherlich vorteilhaft, wenn Jemand beide Ausbildungen absolviert hat.

Dr. Wolfgang Riedling

Zahnarzt und Zahntechniker

Stepgesstr. 33-35 | 41061 Mönchengladbach
Tel. 0 21 61 / 200 555 | www.dr-riedling.de



Quelle: iStock.com



MITGLIEDSCHAFT
AB 29,90 €
IM MONAT

IDEAL

Familiäre Atmosphäre und ein großes Trainingsangebot zeichnen das Fitness Studio Ideal aus. Im 850 m² großen Studio kennen sich die meisten Mitglieder. So wird aus dem reinen Besuch im Fitness Studio oft ein motivierendes Treffen mit Bekannten. Geschultes Personal steht für Fragen oder Tipps stets bereit. Jedes Mitglied erhält einen individuellen Plan, der auf persönliche Ziele und körperliche Voraussetzungen abgestimmt ist und die Cardio- und Geräte-Übungen koordiniert. Um Erfolge stets im Blick zu haben, wird der Plan monatlich erneuert und gewährleistet ein effektives und gesundes Training. Körperfettmessungen sowie eine Ernährungsberatung sind im monatlichen Preis inbegriffen. Wer sich einen ersten Eindruck verschaffen will, kann das kostenlose 14-tägige Probetraining nutzen, das alle Bereiche umfasst. Für Senioren werden spezielle Ü50-Kurse angeboten, die einen gesunden Einstieg ins Training und neue Kontakte bereithalten.

**Hehner Str. 113d, 41069 MG,
Tel. 02161/833345, www.ideal-studio.de**



FOTO: MCFIT

MITGLIEDSCHAFT
16,90 €
IM MONAT

MCFIT

Die Fitness-Kette McFit betreibt 133 Studios in Deutschland, Österreich und Spanien – eines davon in Mönchengladbach. Jedes Mitglied erhält mit der Anmeldung eine MemberCard. Mit dieser Karte kann der Kunde in jedem McFit-Studio trainieren. Die Fitness-Center sind 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr geöffnet. Das Konzept der Fitness-Kette basiert auf einem großen Gerätepark, einem umfangreichen Trainingsangebot sowie moderner Ausstattung. Dabei liegt der Fokus auf den drei Bereichen Ausdauer, Kraft und Ernährung. Fachkundige Trainer stehen für Fragen zur Verfügung und geben Tipps zur Anwendung der Kraft- und Cardio-Geräte. Zudem kann sich jedes Mitglied über einen der zahlreichen Computer-Terminals informieren. Diese erstellen einen Trainingsplan oder geben Ernährungsratschläge. Die Software wurde zusammen mit Sportwissenschaftlern, Ärzten und Personaltrainern entwickelt.

Waldnieler Str. 225, 41068 MG, 02161/568111, www.mcf.it

Was macht dich **SEXY**?

weiße Zähne, frischer Atem und attraktive, schöne Haut

Smile Institut

B

www.zahnfreude.de

Albertusstr. 46 - 48 41061 Mönchengladbach Tel.: 0 21 61/40 60 612

**Haus
Merbeck
am Wald**

Die klassische Wellness- und BeautyFarm nur für Damen



WUNSCHZETTEL FÜRS CHRISTKIND:

Wellness-Verwöhn-Woche

Genießen Sie täglich ein bis zwei unterschiedliche Behandlungen sowohl für den Körper als auch für das Gesicht. Lassen Sie sich Zeit zum Lesen, Entspannen, Schwimmen oder für zusätzliche Wunsch-Anwendungen

Gratis: Schwimmbad, Dampfbad, Sauna, Fahrräder, Freizeit- und Fitnessprogramm mit Gymnastik, Pilates, Qi-Gong, Tai-Chi, Meditation oder progressiver Muskelentspannung, Wassergymnastik, Spiele, Bücher aktuelle Zeitschriften u. v. m.

Das bieten wir Ihnen: 6 Übernachtungen inkl. Vollpension, zwei Zwischenmahlzeiten, Tee, Wasser, Obst, beim Abendessen ein begleitendes Glas Wein
Freitagabend: feines Candle-Light-Dinner

Unser Angebot: 899.- €

Gönnen Sie sich

einen Beauty-Tag, eine Kurzwoche, ein Wochenende oder eine ganze Woche Entspannung, Wellness und ein bisschen Luxus!



Haus Merbeck am Wald
Hallerstraße 17
41844 Wegberg-Merbeck

Tel.: 0 24 34 / 97 90 00

www.haus-merbeck.de
info@haus-merbeck.de



– Der ASB Hausnotruf – Hilfe und Sicherheit. Rund um die Uhr.



Der ASB Hausnotruf:

Ihre zuverlässige und schnelle Hilfe im Notfall

Mit einem Knopfdruck auf den kleinen Funksender können Sie jederzeit Hilfe rufen. Ihr ASB berät Sie gerne unverbindlich zu Hause oder in einer seiner Geschäftsstellen über das bewährte System.

Der ASB Hausnotruf: Für alle, die sicher Zuhause leben wollen.

Mehr Infos

Tel. (02166) 100 29

E-Mail info@asb-mg.de

www.asb-mg.de

Aktiv. Solidarisch. Beherzt.



Herbst- Spaziergang!

**Finn
Comfort**
Made in Germany

Der Schuh zum Wohlfühlen.



FINNAMIC –

täglich sanft trainieren,
täglich ein bisschen fitter.

FINNAMIC – der
Schuh für effizientes
Abrollen beim Gehen

und angenehmes,
sicheres Stehen.



Ikebukuro
Damen Halbschuh

Baltimore
Herren Halbschuh



ERMERT SCHUHE
... die passen!

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

GESUNDHEIT & BEAUTY



RICHTIG GUT SCHLAFEN – SO GEHT ES!

„Wach ist, wer gut schläft“, sagt der Volksmund – wie wichtig ist der gesunde Schlaf und was können Sie dafür tun?

Text: Sonja Schleypen

Die Bandbreite der Zitate und Ausdrücke rund um den (gesunden) Schlaf ist groß: Da gibt es eine „Mütze Schlaf nehmen“, da wird in Abendliedern der gute Schlaf beschworen, und der „süße, köstliche Schlaf als Geschenk“ und „reines Glück“ bezeichnet. In einer schnelllebigen Welt wird für viele die Muße zur Nebensache.



Die innere Ruhe zum Einschlafen zu finden, das ist nicht leicht.

Kein Wunder, dass es manchem Zeitgenossen am gesunden Schlaf fehlt. Das Schlafverhalten und das Ruhebedürfnis werden von der jeweiligen Kultur des Einzelnen geprägt. Das heißt, das einzelne Schlafverhalten, das Schlafbedürfnis sowie die Dauer sind individuell. Ein Kurzschläfer braucht nur etwa vier Stunden und ist fit, ein Langschläfer braucht rund neun Stunden. Bei den meisten Menschen liegt der Bedarf dazwischen. Vieles kann auch mit dem Lebensalter zusammenhängen, und mit zunehmendem Alter kann das Schlafbedürfnis abnehmen. Wozu gesunder Schlaf wichtig ist und warum Schlafstörungen leider so häufig sind, dazu äußert sich Professor Dr. Jean Haan, Chefarzt der

Klinik für Neurologie, Kliniken Maria Hilf GmbH: „Schlaf ist im wahrsten Sinne des Wortes überlebenswichtig. Ohne Schlaf stirbt der Mensch. Im Schlaf erholen wir uns nicht nur körperlich, er dient auch dazu, unser Gedächtnis zu stabilisieren.“ Ein gesunder Schlaf liegt vor, wenn man morgens ausgeruht aufsteht und am Tage fit und leistungsfähig ist. Der Chefarzt: „Der gesunde Schlaf setzt sich aus meist vier bis sechs Schlafzyklen zusammen, bestehend aus oberflächlichem, mitteltiefem, tiefem Schlaf und Traumschlaf ohne wesentliche Störungen.“ Mehrfaches kurzes Wachwerden (meist ohne Erinnerung daran) gehört laut Schlafforschern zum gesunden Schlaf dazu.

Von „Nachteulen“ und „Lerchen“

Die Frage nach den Hauptursachen für Schlafstörungen ist nach Prof. Haan nicht eindeutig zu beantworten. Grundsätzlich sei das Alter ein Risikofaktor, da Schlafstörungen mit dem Älterwerden zunehmen. Seelische Störungen sind ebenfalls häufig, wobei hier das Spektrum von Überbelastung bis hin zu klaren psychiatrischen Erkrankungen reicht. Prof. Haan: „Rund 40 bis 45 Prozent aller Menschen leiden unter irgendwie gearteten Schlafstörungen, circa 15 bis 20 Prozent unter schwereren Formen.“ Beruflich bedingt seien Schichtarbeiter besonders betroffen sowie Berufsgruppen mit häufigem „Jet Lag“, wie z. B. fliegendes Personal. Wichtig ist, seinem Schlaf- und Biorhythmus folgen zu können. Man sollte ins Bett gehen, wenn man müde ist. Die „Nachteule“ geht spät zu Bett und steht entsprechend spät auf, die „Lerche“ verschwindet abends früh und steht voller Tatendrang früh auf.

TIPPS FÜR GUTES SCHLAFEN

„Sei mir willkommen, süßer Schlaf! Ich bin zufrieden, weil ich brav!“ – schon Wilhelm Buschs Meister Quast wusste um den Zusammenhang zwischen dem „richtigen Zu-Bett-Gehen“ und dem Vermeiden von Alltagsorgen zur Schlafenszeit. Die Schlafforscher nennen das übrigens Einhalten der „Schlafhygiene“.

Es müssen nicht immer Medikamente sein, die den regelmäßigen tiefen und „gesunden“ Schlaf herbeibringen. Zur Vorbeugung und Selbsthilfe folgendes: Entspannte Rituale helfen nicht nur Kindern, die ihre sinnvollen Gute-Nacht-Geschichten und ihre Schmusedecke lieben. Auch Erwachsene sollten ihren Feierabend regelrecht „einläuten“: sei es ein warmes Bad zum Abschalten, der späte Spaziergang oder ein paar Entspannungsübungen – alles kann der seelischen Erholung dienen.



Kuscheln und Abendrituale helfen nicht nur den Kleinsten beim Einschlafen, auch Erwachsene müssen „abschalten“.

Probieren Sie aus, was Ihnen gut tut: Mancher schwört auf warme Milch mit Honig, generell sollte man üppige Mahlzeiten und zu viel Flüssigkeit, vor allem Alkohol, meiden. Bei den meisten zur Selbstmedikation zur Verfügung stehenden Präparaten liegt laut Prof. Haan ein wissenschaftlicher Nachweis der Wirksamkeit nicht vor. Präparationen in flüssiger Form enthalten außerdem in der Regel hochprozentigen Alkohol. Prof. Haan: „Hopfen- und Baldrianextrakte sind prinzipiell weniger bedenklich.“

Nicht sinnvoll ist das Aufputzen vor dem Schlaf durch Kaffee, Tee, Nikotin oder starke sportliche Aktivitäten. Das Gleiche gilt für die abendliche Lektüre, das Fernsehen oder gar Streitgespräche und Diskussionen: Nichts, was einen emotional aufregt, lässt einen gut schlafen. Auch sollte das Schlafzimmer eher kühl als zu warm sein. Sauerstoff schadet nicht, und wer dann friert: mal wieder kuscheln samt (menschlicher) Wärmflasche wirkt übrigens Wunder! Auch wie hart oder weich die Matratze beschaffen sein soll oder ob sogar ein Wasserbett bevorzugt wird, das muss der Einzelne selber ausprobieren.

INFO

Wer unter Schlafstörungen leidet, findet unter www.dgsm.de (Deutsche Gesellschaft für Schlaforschung und Schlafmedizin) weiterführende Literatur, web-links sowie Kontakte zu örtlichen Selbsthilfegruppen.

Infos zum Schlafmedizinischem Zentrum (Chefarzt Prof. Haan) unter www.s-m-z.de



Betten | Matratzen
3-Zonen Wasserbetten
Medizinische Schlafberatung

home
bed collection



swissflex
swiss made. swiss quality.



400 Muskeln bewege ich als Golfer während des Spiels, allein 147 beim Abschlag. Auf meinem Swissflex-Bett entspannen alle Muskeln ideal. Es gibt nach, wo ich es brauche und unterstützt, wo es nötig ist. Es kennt mich genau und gibt mir den richtigen Drive für jeden neuen Tag. **Roy Maikel Velthuis, Golfer**

Heike Zimmermann
Theodor-Körner-Straße 38
41812 Erkelenz
Fon 0 24 31 - 94 25 89
www.home-bed-collection.de

Vorzugsweise Terminvereinbarung Mobil 0160 - 80 38 994.
Gerne auch bei Ihnen zu Hause bis 22.00 Uhr.

PRAXIS FÜR CHINESISCHE MEDIZIN HEILPRAKTIKERIN YING LIU-HAUSER

**TRADITIONELLE CHINESISCHE MEDIZIN
KANN EINGESETZT WERDEN BEI:**

ANDERE BESCHWERDEN

- SCHLAFSTÖRUNGEN
- MIGRÄNE
- SCHWINDELANFÄLLE

Allergien und Hautleiden

Beispielsweise: Pollenallergien, allergische Hauterkrankungen, u.v.m.

Organ- und Funktionsstörungen, sowie Stoffwechselstörungen

Beispielsweise: Herzbeschwerden, Nieren- und Blasenschwäche, Atemwegeerkrankungen u.v.m.

Kreislaufsystem

Beispielsweise: Bluthochdruck, Schlaganfall (Nachbehandlung), u.v.m.

Gelenk- und Muskelbeschwerden

Beispielsweise: Schulter- und Armbeschwerden, Rheumatische Arthritis, Wirbelsäulenbeschwerden, Bandscheibenbeschwerden u.v.m.

Frauen- und Männerleiden

Menstruationsbeschwerden, Prostatastörungen, Unfruchtbarkeit, u.v.m.

Therapien

Puls- und Zungendiagnostik, Akupunktur, chinesische Massage, Kräutermedizin



Ying-Liu-Hauser · Heilpraktikerin · Regenten Straße 15 · 41061 MG
Tel: 02161 / 2931930 Sprechzeiten: Mo-Fr 8.30-13 Uhr,
nachmittags und samstags nach Vereinbarung



HÖCHSTER KOMFORT BEI DER MEDIKAMENTENDOSIERUNG

Vor allem ältere Menschen stehen im Alltag häufig vor der Herausforderung, ihre verschiedenen Medikamente zu unterschiedlichen Zeiten in der angegebenen Dosierung korrekt einzunehmen. Nicht jeder möchte dabei auf fremde Hilfe angewiesen sein oder hat einen Familienangehörigen, der ihn dabei unterstützen kann. Selbst hilfsbereite Angehörige tun sich häufig mit der korrekten Verabreichung schwer.

Abhilfe bietet ein neuer Service der Adler-Apotheke in Neuwerk, dessen Prinzip sich schon seit Jahren in der Heim- und Krankenhausversorgung bewährt hat:



Die Apotheke stellt einen Schlauchblister aus verschweißten Tütchen her. In jeder Tüte befinden sich die Medikamente für jeden einzelnen Einnahmezeitpunkt. Auf den Blister (siehe Foto) aufgedruckt ist dabei der Name des Patienten, die enthaltenen Medikamente, der Tag und Zeitpunkt der Einnahme und sogar ein Einnahmehinweis, z. B. „mit den Mahlzeiten einzunehmen“.

Erfahrungsgemäß gehen gerade solche Informationen häufig verloren oder werden nicht befolgt, obwohl sie die Wirkung entscheidend beeinflussen. Fast jedes Präparat in Tabletten-, Kapsel- oder Drageeform ist so verblistert. Dank des innovativen Prinzips können nun individuelle Patientenbedürfnisse berücksichtigt und die Wirksamkeit der Arzneimittel optimiert werden.

Für die Familienangehörigen und die Betroffenen bedeutet das ein Stück Unabhängigkeit bei größter Sicherheit.

Für weitergehende Informationen oder eine unverbindliche Beratung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



**HEILPRAKTIKER
INGOMAR POLLEY**

WENN JEDE BEWEGUNG SCHMERZT

SCHLANGENGIFT BEI VERSCHLEISS UND RÜCKENLEIDEN

Der Mönchengladbacher Heilpraktiker Ingomar Polley ist auf die Arthrose- und Schmerzbehandlung aller Gelenke, wie Knie, Hüfte, Schulter, und des Rückens mit einer Kombinationstherapie von modifizierten Stammzellen und Schlangengiften spezialisiert. Gift als Mittel – das wusste schon Paracelsus, einer der Begründer moderner Medizin, Pharmazie und Naturheilkunde. Sein Leitspruch ist auch heute mehr denn je aktuell: Die Menge macht das Gift. Ingomar Polleys erster Lehrer und Mentor war sein Vater, der fünfundvierzig Jahre in Mönchengladbach als niedergelassener Arzt mit naturheilkundlichem Schwerpunkt wirkte.

Alternativ zur Schulmedizin bietet die Naturheilkunde Behandlungsmöglichkeiten, die Entzündungen abbauen, eine deutliche Reduzierung der Schmerzen und eine erhebliche Verbesserung der Beweglichkeit nach sich ziehen können. Behandelt wird mit einer Injektionstherapie, die in der Regel zehnmal durchgeführt wird. Mit Nebenwirkungen ist nicht zu rechnen, die Präparate sind durch ihre Aufbereitungsart ausgezeichnet verträglich. Nach einem kostenfreien Informationsgespräch erfolgt eine Untersuchung, bei der der Schaden des Gelenkes beurteilt wird. Danach wird entsprechend ein Therapieplan aufgestellt, der jeweils genau auf die Beschwerden abgestimmt ist. Das Ziel der Behandlung ist eine deutliche Linderung der Beschwerden, so dass der Alltag wieder leichter bewältigt und eine gute Lebensqualität erreicht werden kann. Die Kombinationstherapie kann neben allen Rücken- und Gelenksbeschwerden (Verschleiß/Arthrose) auch bei Hautkrankheiten, Allergien und Asthma eingesetzt werden. Die Behandlungskosten variieren je nach Erkrankung, Beschwerdebild und der Anzahl der betroffenen Gelenke und können in einem kostenfreien persönlichen Informationsgespräch erfragt werden. Eine telefonische Anmeldung ist zu empfehlen. (sb)

i

Ingomar Polley (47) ist niedergelassener Heilpraktiker und spezialisiert auf die Therapie der fortgeschrittenen Arthrose aller Gelenke, speziell Knie-, Hüft- und Fußgelenke, sowie aller Rückenleiden.

Infos unter: Praxis für Naturheilkunde, Ingomar Polley Schürenweg 19, 41063 MG Tel. 02161/4951369 www.praxis-polley.de



GLÄNZENDES, GLATTES ZAUBERHAAR

Da kommt eine neue Dienstleistung aus Brasilien nach Deutschland, die Furore machen wird. Unter dem Namen „Brazilian Blow out“ – Keratin-Glättung und mehr – wird mit hoch konzentriertem Eiweiß und Wärme leicht bewegtes bis krauses Haar in einer sensationeller Weise in glattes, glänzendes und fülliges Haar verwandelt. Mit einem wundervollen Ergebnis, dass es selbst Profis

nicht glauben wollen. Seien es die Mädels vom berühmten Strand Ipanema oder die Sängerinnen Rihanna und Leona Lewis – sie alle tragen schon dieses wirklich schöne Haar. Das Glätten sowie die Effekte von Glanz und Fülle halten bis zu drei Monate. „Es geht in erster Linie um dieses unglaublich gesund aussehende Haar“, betont Wolf Davids. „Das wird dann eines der must haves des Jahres.“ Wer sich dafür interessiert, sollte sich nur in vertrauensvolle Hände begeben. Erst wenige Friseure sind mit damit vertraut und nicht jeder arbeitet mit unschädlichen Aldehyden.

Coiffeur Davids, Albertusstr. 26, 41061 MG
Tel. 02161/183838, www.coiffeur-davids.de



HERBSTDEPRESSIONEN?

Regen, Kälte und Dunkelheit schlagen vielen aufs Gemüt. Man fühlt sich schlapp, müde und lustlos. Mit den folgenden Tipps sagen Sie den Herbstdepressionen den Kampf an:

Sport Sport fordert nicht nur den Körper, sondern auch den Geist. Spaß und Kontakt zu Gleichgesinnten ist inklusive. Im Anschluss verspürt man ein Gefühl der Zufriedenheit und wohlthuender Entspannung. Besonders empfehlenswert: Qi Gong, Tai Chi, Yoga, Pilates und Herz-Kreislauftraining.

Wellness für die Seele Saunagänge entspannen und stärken das Immunsystem, bringen den Kreislauf in Schwung und regen die Durchblutung an. Für zusätzliche Entspannung sorgt eine ausgiebige Massage. Sie steigert das Wohlbefinden und lässt den Alltag vergessen.

Ernährung Auch die Ernährung spielt eine wichtige Rolle. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung und vielleicht auch das ein oder andere Pfündchen weniger erleichtern Körper und Seele. Tipp: Ein Sud aus lauwarmem Wasser und Johanniskraut oder Ingwer wirkt Wunder und sorgt für gute Stimmung.

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



DER SICHERE WEG INS LEBEN

Die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe im Krankenhaus Neuwerk „Maria von den Aposteln“ begleitet werdende Eltern in familiärer Atmosphäre während

der Geburt. Medizinischen Rat bieten die Sprechstunden. Das Gesundheitszentrum steht Ihnen für Ihr körperliches Wohlergehen zur Verfügung.

SPRECHSTUNDEN:

Hebammen-Sprechstunde:

Do. von 14.00 bis 18.00 Uhr,
Anmeldung: T (02161) 668-2158

Anmeldung zur Geburt:

Mo.-Fr. 08.30 bis 11.30 Uhr

Sprechstunden für Risikoschwangerschaften, Geburtsplanung und dopplersonografische Untersuchungen:

Terminvereinbarung:
T (02161) 668-2151

KURSE DER SAVITA:

Die savita bietet ein breites Spektrum an Kursen für die Zeit vor und nach der Geburt, u.a. Geburtsvorbereitungskurse, Fit in der Schwangerschaft, Babymassage, Elternschule, Kunst am Bauch, Stillcafé, Wassergymnastik und vieles mehr.

Telefonische Terminvereinbarung:
T (02161) 668-1234

Informieren Sie sich unter www.krankenhaus-neuwerk.de

FRAUENHEILKUNDE UND
GEBURTSHILFE



KRANKENHAUS NEUWERK
MARIA VON DEN APOSTELN

markant
optik meusers

mönchengladbach

mg | hindenburgstrasse 6
fon 0 21 61 | 40 68 78
mo-fr 10-19h | sa 10-16h
www.markant-optik.de

brillen
kontaktlinsenanpassung
kostenloser computer sehtest
individuelle brillenfertigung
augenmessungen auf höchstem niveau



Holiday Inn

Mönchengladbach



Lassen Sie sich in unserem Restaurant L'image mit Wildspezialitäten verwöhnen und reservieren Sie jetzt...

Holiday Inn Mönchengladbach
Speicker Straße 49
D - 41061 Mönchengladbach
Tel 021 61 / 93 80
Fax 02161 / 938807

www.moenchengladbach-hi-hotel.de

Buchen Sie jetzt Ihre Weihnachtsfeier bis zum 31.10.2010 und Sie erhalten 10% auf den Gesamtpreis!!!

SANKT MARTIN

Knuspriges Federvieh



Ob klassisch mit Rotkohl und Kartoffelklößen oder exotisch mit Feigensenf-Chutney und Feldsalat – das knusprige Federvieh aus dem Ofen ist eines der kulinarischen Highlights im Herbst und der traditionelle Festschmaus am St. Martinsabend.

Text: Esther Hürter

Weil sie im 3. Jahrhundert Martin von Tours vertragen haben, geht es den Gänsen noch heute zu dessen Gedenktag am 11. November an den Kragen.

Der Legende nach versteckte Martin von Tours sich im Gänsestall, weil er auf Drängen des Volkes und gegen seinen Willen zum Bischof ernannt werden sollte. Er hatte Angst vor der großen Verantwortung und wollte sein bescheidenes Leben weiterführen. Das aufgeregte Schnattern der Tiere verriet ihn aber und der Rest ist Geschichte: Martin von Tours wurde zum Bischof von Tours geweiht.

Eine andere Legende besagt, dass er als Bischof bei einer Predigt einer schnatternden Gänseherde unterbrochen wurde, die in die Kirche watschelte. Daraufhin machte man kurzen Prozess, fing das Federvieh und verarbeitete es in der Küche.

Wahrscheinlicher als diese Erzählungen ist die Tatsache, dass früher am 11. November das bäuerliche Arbeitsjahr endete. An diesem Tag wurden Steuern und Pachtzahlungen fällig – und weil man im Mittelalter überwiegend mit Naturalien zahlte, bestanden diese nicht selten aus einer oder mehreren Gänsen. Gleichzeitig endeten an diesem Tag viele Dienstverhältnisse aufgrund des bevorstehenden Winters. Traditionell wurden Mägde und Knechte zum Abschied mit einer fetten Gans beschenkt.

Außerdem begann am 11. November die sechswöchige Fastenzeit vor Weihnachten. Da lag es nahe, sich am Vorabend mit einem nahrhaften und einem

Ist die Martinsgans am Brustbein braun, wird man mehr Schnee als Kälte schauen. Ist sie aber weiß, kommt weniger Schnee und Eis.

Bauernregeln zum Martinstag

besonders fettreichen Gänsebraten nochmal satt zu essen. Die Alternative zur Martinsgans war der Döppekooche (auf Hochdeutsch: Topfkuchen), ein Arme-Leute-Essen, bestehend aus Kartoffeln, Zwiebeln, Eier und Speck.



Gänseleber-Brot-aufstrich

Präsentiert vom **Gasthaus Zum Stefanus**

Zutaten

200 g Gänseleber
etwas Weißwein

Salz, Pfeffer und Majoran
150-200 g Gänsefett

Zubereitung

Die Gänseleber abwaschen, sorgfältig abtrocknen und in einer Pfanne mit heißem Gänsefett von beiden Seiten braun anbraten. Mit einem guten Schuss Weißwein ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und ein paar Minuten durchziehen lassen. Danach die Leber herausnehmen und abkühlen lassen. Währenddessen den restlichen Fett in der warmen Pfanne auflösen und mit dem Bratensatz verrühren. Die Gänseleber nach Geschmack sehr kleinschneiden oder mit dem Blitzhacker fein zerkleinern, unter die Fettmischung geben und mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmecken (Tipp: leicht überwürzen, da beim Abkühlen Geschmack verloren geht). Abschließend im Kühlschrank fest werden lassen. Gänseleber-Brot-aufstrich hält gekühlt einige Tage und schmeckt am besten zu frischem Bauernbrot.

Übrigens: Das flüssige „Gold“ der Gans enthält viele ungesättigte Fettsäuren und ist daher sehr gesund.

Weckmännchen

Bei uns im Rheinland ist der süße Hefeteig eine echte Spezialität und absolutes Muss für jede Martinstüte. Als Männchen mit Tonpfeife, Rosinenaugen und Knopfleiste erobert er die Auslagen der Bäckereien. Darstellen soll er einen Bischof mit Stab und an den heiligen Martin von Tours erinnern.



Rezept

Präsentiert von **der Konditorei Jakobs**

Zutaten (für ca. 18 Stück):

| | |
|------------------------|-------------------------|
| 1.000 g Mehl | 15 g Salz |
| 350 ml handwarme Milch | 2 Eier |
| 3 Hefewürfel | Zum Bestreichen: |
| 150 g Zucker | 2 Eigelbe mit einem |
| 250 g Butter | Schuss Milch verquirlen |

Zubereitung

Zwei Hefewürfel in handwarmer Milch auflösen, mit 350 g Mehl zu einem Teig verrühren und 2 Std. abgedeckt ruhen lassen. Danach die restlichen Zutaten hinzugeben, alles zu einem glatten Teig kneten und 30 Min. ruhen lassen. In 18 gleichgroße Stücke aufteilen und auf dem Backblech zu kleinen Männchen modellieren. Die Weckmännchen bis zur vollen Gare (ca. doppelte Größe) stehen lassen und mit der Eistreiche bepinseln. Ggf. mit Rosinen verzieren. Danach im vorgeheizten Backofen bei 240° C 12 bis 15 Min. goldbraun backen. Dabei alle 4 Min. die Temperatur um 20° C reduzieren.

Kartoffelkloß und Marzipanapfel

Von Anfang November bis Weihnachten positionieren viele Gladbacher Küchenchefs den Traditionsbraten auf ihre Speisekarten. Wichtig: unbedingt reservieren und ganze Gänse vorbestellen.

Gutbürgerlich geht es beim Gänseessen in der Gaststätte **Am Dörestrücke** zu. Keule, Brust und Sauerbraten von der Gans sowie ganze Gans für vier Personen werden hier traditionell von Apfelrotkohl, Kartoffelklößen, gefülltem Bratapfel und Maronen begleitet. Zu den gemütlich urigen und sehr beliebten Plätzen für den Martins-Schmaus zählen auch der **Gasthof Loers**, die **Gaststätte Lütterforst** und das **Wickrather Brauhaus**. Im **Gasthaus Zum Stefanus** stammen die Martinsgänse aus eigener Aufzucht. Auf den Teller kommen sie als ganze Gans (80,- €) oder Gänsekeule (Tagesmenü für 16,50 € p. P.) mit kräftiger Biersoße, Klößen, Apfelrotkohl mit feinen Speckwürfeln und Bratapfel mit Rosinen-Nuss-Füllung, sowie als hausgemachte Sülze mit Apfel-Meerrettichsoße. Für 75,- € gibt's im **Gasthaus am Schmölderpark** die „Gans komplett“, aromatisch gefüllt mit gedämpften Maronen, Apfelstücken, in Butter gerösteten Zwiebeln und Petersilie. Auch auf der Karte: Gänse-Consommé mit Kräuterpfannkuchen und Steinpilzen. Im **Lehmans Restaurant** wartet am 13. November das knusprige Geflügel, begleitet von stimmungsvoller Piano-Musik, in einem 3-Gänge-Menü auf die Gäste (34,50 € p. P.). Gans mal anders gibt's im Flachs Hof, z. B. Essenz von der Gans mit Waldpilzcrêpe, geräucherte Gänsebrust mit Feigensenf-Chutney und Feldsalat oder gebratene Gänseleber mit karamellisierten Safranäpfeln. Im **Palace St. George** wird die Gans (98,50 € für vier Personen) in zwei Gängen serviert: gebackene Gänsekeule auf Feldsalat mit Buttercroutons, und danach mit Meersalz und Honig lackierte Gänsebrust, Knödel, gefüllter Marzipanapfel, Apfelrotkohl und Maronenpüree. Was „Gans besonderes“ erwartet die Gäste am 12., 19. und 26. November in der **Elisenstube**: Kostproben von der Gans in sieben Gängen mit korrespondierenden Weinen (67,- € p. P.).



**EIN BESEELTER
ORT FÜR LEIB
UND SINNE**

GÄNSEZEIT IM PALACE vom 6.11. bis 31.12.2010

Wir bieten ganze „VIERLÄNDER GÄNSE“, in zwei Gängen serviert, an.

- 1. Gang:** Gänsekeule auf jungem Feldsalat mit Kartoffel-Dressing und Butter-Croutons
- 2. Gang:** Gänsebrust mit Honig und Meersalz lackiert, auf Apfelrotkohl, Maronenpüree, Tiroler Semmelknödel und gefülltem Marzipanapfel

GANZE GANS FÜR 4 PERSONEN 98.50 €

Als besonderen Service bieten wir wie im erfolgreichen Vorjahr wieder unser „Gänse-Taxi“ an. Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei uns telefonisch oder im Internet unter www.palace-st-george.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Bistro Restaurant: Mo-So ab 8.00 Uhr durchgehend
Eickes Restaurant: Mi-Fr und So 12.00-14.30 Uhr · Mi-So ab 18.00 Uhr

Konrad-Zuse-Ring 10 · 41179 Mönchengladbach
Tel. 02161/54988-0 · info@palace-st-george.de

Eventvorschau: November 2010



07. November 2010

Heute ist ein besonderer Tag!

Es erwartet Sie Altbekanntes und Innovatives mit außergewöhnlichen Kostproben aus Küche und Keller sowie die ein oder andere Überraschung.
Preis € 49,00 / Person



Ab 11. November 2010

Das Beste von der Gans, z.B:

4-Gang Gänsemenu

Ganze Gans (tranchiert für 4 Personen)
Gans@home (Lieferung im Stadtgebiet MG)



12. + 19. + 26. November 2010

Was Gans besonderes

Wir servieren Ihnen Kostproben von der Gans in 7 Gängen mit korrespondierenden Weinen. (Wir bitten um Reservierung.)
Preis € 52,00 / Person

7-Gang Menü inkl. 3 korrespondierender Weine
Menü € 67,00 / Person

Fondue

Der leckere Klassiker

Wir möchten Ihnen „das Tunken von Lebensmittelbrocken“ etwas schmackhafter machen und bereiten Ihnen einen gemütlichen Abend mit Freunden und Familie. Sprechen Sie uns an.

Klusenstraße 97 · 41239 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 66 / 933-0 · Fax: 0 21 66 / 933-400

www.elisenhof.de

GASTHOF Loers
 Feiern Sie bei uns den schönsten Tag in Ihrem Leben und lassen Sie sich von unserem Arrangement verwöhnen, welches keine Wünsche offen lässt.
 (inkl. Getränke, Hochzeitsbuffet, etc.)
 59,00 Euro / Person
 02161 / 95 39 20
 www.gasthofloers.de

dinner musical
Lord Moad lässt bitten!

SAMSTAG 4.12.2010
SONNTAG 23.1.2011

Zwei Shows, Spannung und Genuß pur, inkl. einem köstlichen 4- Gänge Menue und Aperitif
 Je Show 64 Euro, Karten im Vorverkauf

1. und 2. Weihnachtstag:
 Ab 11.30 Uhr großes Familienbuffet

Gasthof Loers • Mürrigerstr. 17 • MG - Venn
 Tel. 0 21 61 / 953920 • www.gasthofloers.de

Wilde Wochen bei
TÖLKES

Täglich frische Wildangebote

Große Silvester-Party

Denmarker Skistadl

Mit Voranmeldung • Kartenvorverkauf in der Metzgerei • 59,- € all inclusive • Beginn 20 Uhr
 Skistadl - die Räumlichkeiten für Firmenfeste, Geburtstage etc. für 20-150 Personen

Fleischerei Tölkes
 Abtshofer Str. 30 • 41066 MG-Neuwerk
 Tel.: 0 21 61 / 66 28 14 • Fax: 0 21 61 / 66 39 89
 www.toelkes-partyservice.de

MG KULINARISCH

Vom Teestrauch in den Beutel



FOTO: DT. TEEVERBAND E. V.

Weltweit wurden im vergangenen Jahr knapp vier Millionen Tonnen Tee produziert. Damit ist Tee nach Wasser das meistkonsumierte Getränk der Welt.

Text: Esther Hürter · Fotos: Donna Schmelzer

Tee ist Genuss pur und gleichzeitig gesund, lässt uns zur Ruhe kommen, spendet wohltuende Wärme und neue Energie – Tee ist Wellness für Körper und Seele. Faszinierend, wenn man bedenkt, dass Tee lediglich ein Aufguss aus Blättern und Knospen der Teepflanze ist. Aber bis wir Ceylon, Darjeeling, Sencha und Co. genießen können, ist es ein langer Weg von den Teegärten dieser Welt in den uns vertrauten Teebeutel.

In über 50 Ländern und rund 15.000 Teegärten der Welt wird Tee angebaut. Mit über 900.000 Tonnen pro Jahr ist Indien der weltgrößte Teeproduzent, gefolgt von China, Kenia und Sri Lanka. Tee liebt tropisches Klima und reine Höhenluft: Auf 2.000 Metern Höhe wachsen die feinsten Sorten. Teepflanzen sind Baumgewächse, die auf den Plantagen aber auf hüfthohe Sträucher gestutzt werden, damit sie leichter gepflückt werden können und in ihrer vegetativen Phase bleiben, denn nur die ganz jungen Blätter und Knospen werden zu Tee verarbeitet. Geerntet werden sie in aufwändiger Handarbeit und nach einem ganz bestimmten Pflückmuster (two leaves and a bud – zwei Blätter und eine Knospe). Durchschnittlich pflückt eine Erntearbeiterin 18 bis 24 kg Blätter pro Tag, was einem fertigen Tee von 4 bis 6 kg entspricht. Ob aus diesen Blättern Grüner oder Schwarzer Tee wird, hängt lediglich von der Art der Verarbeitung ab.

Schwarzer Tee wird weltweit auf die gleiche traditionelle Weise und überwiegend in Handarbeit hergestellt: Die frisch gepflückten Teeblätter werden acht bis zwölf Stunden zum **Welken** z. B. auf Strohmatte ausgebreitet. Dadurch verlieren sie ca. 30 Prozent Feuchtigkeit, werden weich und geschmeidig. Beim **Rollen** werden die Blätter an der Oberfläche aufgerissen. Die Zellwände brechen auf und Zellsäfte treten aus. Zudem werden ätherische Öle freigesetzt, die

Duft und Aroma des Tees bestimmen. Die natürliche **Oxidation** wird durch Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit intensiviert. Hierbei verbinden sich die ausgetretenen Zellsäfte mit dem Sauerstoff in der Luft. Die Folge: Neben einer kupferroten Verfärbung der Blätter werden Gerbstoffe reduziert und Aromen entfaltet. Je länger der Tee oxidiert, desto stärker wird sein Aroma. (Bei Grünem Tee wird eine Oxidation durch kurzes Dämpfen oder Rösten verhindert. Er behält seine grüne Farbe und viele natürliche Inhaltsstoffe). Durch die anschließende **Trocknung** verliert der Tee seine Feuchtigkeit und erhält dafür seine Haltbarkeit. Abschließend erfolgt das **Sortieren** der Blätter nach Größe. Tees mit kleineren Blattgradierungen sind meist kräftiger im Geschmack. Blatt-Tees hingegen entfalten ein komplexeres Aroma.

In den großen Hafenstädten der Teeländer finden wöchentlich Auktionen statt, auf denen die Makler die Rohware ordern. Verpackt in Sperrholzkisten, wird der Tee dann in die ganze Welt exportiert.

Die Welt des Tees



Wer jetzt auf den Geschmack gekommen ist und mehr über die Welt des Tees erfahren möchte, dem sei dieses Buch von Cornelia Haller-Zingerling ans Herz gelegt. Es erzählt von der Geschichte des Tees, informiert über Anbau und Produktion und unterscheidet Sorten, Farben, Geschmäcker und Düfte. Es nimmt Sie mit auf eine Erlebnisreise durch Teeplantagen auf der ganzen Welt und lässt die Menschen vor Ort zu Wort kommen. (Umschau Buchverlag, 19,90 €)

Aromatische Geschmacksvielfalt

Von blumig-mild über fruchtig-frisch und duftig-süß bis herb-würzig – die Bandbreite der Teesorten ist unendlich. Wichtige Kriterien für den Geschmack und die Qualität des Tees sind Anbauregion, Klima, Boden, Höhenlage, Erntezeitpunkt, Pflückmethode und besonders die Kunst der Verarbeitung. Tees benachbarter Gärten oder aus demselben Garten, die im Abstand von nur wenigen Tagen gepflückt werden, unterscheiden sich deutlich voneinander. Hier ein paar ganz feine und interessante Teekreationen aus unserer Stadt:



Silvery Needle

Der Weiße Tee Pai Mu Tan „Silvery Needle“ aus der Provinz Fujian wird in aufwändiger Handarbeit aus hochwertigen Knospen chinesischer Teesträucher hergestellt. Das Resultat: ein aromatischer, samtig-weicher Genuss. (Teelikasse, 50 g 5,40 €)



Wintermarille

Hibiskus- und Malvenblüte, Marillen-, Papaya- und Ingwerstücke, Kokoschips und Cardamon sorgen für ein ganz besonderes Geschmacks- und Dufterlebnis. (100 g 3,90 €)
Teelikasse, Wallstr. 3, Tel. 02161/4968799



Herbsttee Karl-Heinz

... wärmt von Innen. Aromatisiert wurde der Schwarze Tee mit Zimt, Sternanis, Fenchel, Gewürznelken, Orangen- und Zitronenschalen. (TeeGeschwendner, 100 g 4,30 €)



Apfelstrudel

Dieser Rooitea überzeugt als duftige Komposition aus backfrischem Apfelstrudel und gebrannten Mandeln. (100 g 3,60 €)
TeeGeschwendner, Hindenburgstr. 77, Tel. 02161/204905



Mountain high pearls

Der sorgfältig per Hand zu kleinen Kugeln gedrehte Weiße Tee hat einen außergewöhnlich weichen, süßen Geschmack begleitet von einer leichten Champagnernote. (100 g 17,90 €), etepeteete, Harmoniestr. 8, 41236 MG
Tel. 02166/944443



Kürbis-Honig

Die fruchtig, liebliche Früchteteemischung mit Kürbis-Honig-Geschmack enthält u. a. Korinthen, Karottenflocken, Blütenpollen und Ringelblumenblütenblätter. (etepeteete, 100 g 3,40 €)

IN VINO VERITAS

we in und spezialitäten



BRATAPFELMARKT AUF DEM HOF

6. UND 7. NOVEMBER 2010

SAMSTAG 11 BIS 20 UHR

SONNTAG 11 BIS 19 UHR



MIT LIVEMUSIK,

RITTERN AUS DEM MITTELALTER,

DIE IHRE ZELTE AUFSCHLAGEN

UND GROSSEM KUNSTHANDWERKERMARKT

TRENDS ZUR ADVENTSZEIT

SONNTAG AB 12 UHR JAZZFRÜHSCHOPPEN

HOLTERHÖFE 15, 47877 WILlich

WWW.I-V-V-WEINHANDEL.DE

ÖFFNUNGSZEITEN
Di bis So + Feiertags
10 bis 23 Uhr
Küche bis 22 Uhr

IN VINO VERITAS
Gabriela Böckermann T 02154.8140854

BLUMEN UND AMBIENTE
Ingrid Poßberg T 02154.886420
Zur Adventszeit finden sie bei Blumen und Ambiente wieder eine große Auswahl aktuellen Deko – Trends zur Vorweihnachtszeit, schöne Geschenkideen, stimmungsvolle Kerzen – und Leuchter, ausgefallene Pflanzen.

BESONDERES
GENIESSEN



JACOBS
KONDITOREI
CATERING SERVICE

KONDITOREI
CAFÉ
CATERING





Butter-Spekulatius · Butter-Christstollen · Baumkuchen
Zimtsterne · Printen · Weckmänner in allen Größen

Das gesamte Sortiment und unsere feinsten Torten auch sonntags ab 8 Uhr.

Dünner Str. 195
41066 MG-Neuwerk
Tel. 021 61 / 66 25 73



Grevenbroicher Str. 50
41065 MG-Hardterbroich
Tel. 021 61 / 54 94 791

ADVENT & SILVESTER PROGRAMM

Advents-Brunch

Entfliehen Sie dem Weihnachtsstress für einen Tag. Genießen Sie bei Piano-Live-Musik unseren umfangreichen Adventsbrunch, u.a. mit frischen Omelettes, erlesenen Vorspeisen, verschiedenen Fisch- und Fleischgerichten sowie frischen Waffeln mit heißen Kirschen und Eis zum Dessert, inklusive Kaffee.

**an allen Advents-Sonntagen
11.30-14.30 Uhr, 28,- € p.P.**

Sternennacht just:is

Das Gala-Konzert der ganz besonderen Art.

Mit der Sternennacht präsentieren JUST:IS und die Burg Wegberg ein aussergewöhnliches vorweihnachtliches Konzert der Spitzenklasse. Die schönsten Stücke der internationalen Rock- und Pop-Musik, Welthits, Balladen und Weihnachtsklassiker. Ein begeisterndes Musikprogramm für Jung und Alt gleichermaßen.

**23.12.2010 im Forum Wegberg
Einlaß ab 19.00 Uhr, Vvk ab 14,- €**

Weihnachts-Brunch

Erleben Sie das Fest der Feste mit Ihren Lieben in der entspannten Atmosphäre der Burg Wegberg. Wir bieten Ihnen frisch zubereitetes Rührei und Omelette, verschiedenste Vorspeisen, Salate, eine Suppe, erlesene Fisch- und Fleischgerichte sowie eine umfangreiche Dessertauswahl mit frischen Waffeln, heißen Kirschen und Eis.

**25. & 26.12.10
11.30-14.30 Uhr, 28,- € p.P.**

Silvester-Gala just:is

Die Gala des Jahres 2010 mit der Top-Cover-Band

Genießen Sie unser großes Silvester-Gala-Buffet in Restaurant und Rittersaal der Burg Wegberg. Tanzen & feiern Sie im Anschluss entweder in der Club-Atmosphäre des Saales Alt Berck bei den besten Hits mit unserer D-Jane oder aber im großen Stil mit einer der besten Cover-Bands weit und breit live im Forum Wegberg.

**Arrangement, ab 19.00 Uhr
54,50 € p.P.**

Nur Party, ab 21.00 Uhr, ab 13,- € p.P.

BURG

WEGBERG
HOTEL & RESTAURANT

Burg Wegberg Catering GmbH
Burgstraße 8 - 41844 Wegberg

Tel: 02434 / 9822 0 - Fax: 02434 / 9822 222

E-Mail: kontakt@burg-wegberg.de

www.burg-wegberg.de

FESTE FEIERN

Weihnachtsfeier frei ...

Dieses Jahr soll die firmeninterne Weihnachtsfeier wirklich mal anders ablaufen? Kein Problem: Ob Sport, Kultur oder kulinarische Selbstversuche – die Stadt hat einige spannende Örtlichkeiten zu bieten.

Text: Julia Siegers



Weihnachten bei der Borussia

Die Räumlichkeiten im Borussia-Park bieten von den VIP-Logen über die große Business-Lounge bis zur Sportsbar genügend Platz auch für große Personenzahlen. Nach Absprache stellt das Veranstaltungs- und Catering-Team ein komplettes Programm zusammen, z. B. mit Stadionführung, Showeinlagen und Speisen von Fingerfood bis zum exklusiven Buffet. Tipp: Weihnachtsgala im

Borussia-Park am 10.12.2010 ab 18:30 Uhr mit Glühweinpfeil, weihnachtlichem Dinner und Show- und Musikprogramm, Eintrittskarte inkl. best. Getränke 125,- €/Person.

**Borussia Mönchengladbach, Abt. Catering und Events, Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG, Tel. 02161/92931417
www.borussia.de**

Bowling und Buffet



Ein Klassiker, aber immer wieder spannend und spaßig, gerade in größeren Teams. In der Sport Arena Factory können Gruppen bis zu 100 Personen ihre Fertigkeiten mit Kugel und Pins unter Beweis stellen. 18 moderne Bowlingbahnen stehen zur Verfügung, ebenso die Leihausrüstung wie professionelle Bowlingschuhe. Ein Buffet mit Speisen und Getränken kann für größere Feiern auf Anfrage dazugebucht werden.

**Bowling XXL by Sport Arena Factory
Wehnerstr. 1-7, 41068 MG
Tel. 02161/837084, www.bowlingxxl.de**

Schießen Sie nicht auf den Chef!

Paintball – das Strategiespiel mit Farbkugeln hat in Mönchengladbach seit Neuestem einen festen „Spielplatz“ in Lürrip. Auch im Winter kann man auf dem

6.000 m² großen Außengelände mit natürlichen und künstlichen Deckungsmöglichkeiten versuchen, sich möglichst lautlos an Gegner heranzuschleichen und diese mithilfe eines Druckluft-Markierers mit einer Farbkugel zu markieren. Unterschiedliche Spielarten sorgen für viel Spannung und Action. Die Betreiber legen größten Wert auf Sicherheit und Fairness, komplette Leihausrüstungen mit Gesichtsmaske, Markierer und Farbmunition werden gestellt. Gruppengröße bis 200 Personen.

**Paintballarena Mönchengladbach
Lürriper Bruchweg 85, 41065 MG
Tel. 0173/2722187
www.paintball-moenchengladbach.de**



Festmenü selber kochen

Warum immer nur bequem dasitzen und sich bedienen lassen? In Teamarbeit das Festessen selber kochen, zusammen dafür sorgen, dass alles gelingt, macht nicht nur Spaß, sondern schmeckt auch ganz anders. Den professionellen Rahmen für eine Weihnachtsfeier der besonderen Art bietet die Kochschule Quartier XO in den Bötzelten Höfen. Bis zu 60 Personen können gleichzeitig unter Anleitung in der Profi-Küche werkeln und anschließend das Ergebnis genießen. In welche kulinarische Richtung es gehen soll, wird individuell nach Absprache festgelegt.

**Quartier XO, die Genussmanufaktur, Künkelstr. 125
41063 MG, Tel. 02161/2932660, www.quartier-xo.de**



Klettern in der Kirche

Simone Laube und Klaus Fasbender organisieren in der Kletterkirche in Waldhausen mit viel Engagement Feiern für Gruppen bis zu 120 Personen. In aktionsgeladenen Team-Wettkämpfen kommen bei Schatzsuche, Blindklettern oder dem beliebten Weihnachtsbaumklettern, bei dem eine überdimensionale Tanne auf die Kletterwand projiziert wird, jede Menge Spaß und Stimmung auf. Danach kann die Feier durch Zusammenarbeit mit einem Catering-Service vor Ort bei Speis und Trank gemütlich ausklingen. Preise je nach Gruppengröße und Aufwand.

**Kletterkirche MG, Nicodemstr. 36, 41068 MG
Tel. 02161/4613961, www.kletterkirche.com**

Weihnachtsfeier kulturell



FOTO: STUTTE

Drei musikalische Highlights locken ins Theater im Nordpark: die Musicals „Me and My Girl“ und „Heute Abend: Lola Blau“ sowie die komische Oper „Zar und Zimmermann“. Für Gruppen ab 10 Personen bietet das Theater vergünstigte Eintrittspreise von 15,30 €/Erwachsene und 8,80 €/Jugendliche. Kulinarisch verwöhnen lassen kann man sich nach Absprache in der Theater-Gastronomie, sei es „nur“ ein Cocktail-Empfang oder ein komplettes Buffet vor oder nach der Vorstellung. Spieltermine der einzelnen Stücke und weitere Informationen gibt es beim Besucherservice, Tel. 02166/6151165.

Ähnlich gutgehen lassen kann man es sich im Roten Krokodil, der Live-Bühne im Kunstwerk in Wickrath. Firmengruppen wählen eine Veranstaltung aus dem Spielplan und buchen nach Absprache das gewünschte Gastronomie-Angebot dazu. Ob Kabarett, Comedy, Musik oder Lesung – für jeden Geschmack ist etwas dabei.

**TiN (Theater im Nordpark), Am Nordpark 299
41069 MG, www.theater-kr-mg.de
Das Rote Krokodil, Wickrathberger Str. 18 b, 41189 MG
Tel. 02166/13393-0, www.kunstwerk-events.de**

GASTHAUS AM SCHMÖLDERPARK



**JETZT WEIHNACHTSFEIER
RESERVIEREN!**

**IHRE TOPADRESSE FÜR BETRIEBSFEIERN UND FIRMENEVENTS
MIT MEHRJÄHRIGER ERFAHRUNG IM VERANSTALTUNGSBEREICH**

- GESELLSCHAFTSRÄUME BIS 200 PERSONEN
- TOPARRANGEMENTS MIT ERSTKLASSIGEM SERVICE
- VERSCHIEDENE GESTALTUNGSMÖGLICHKEITEN
- GUTE VERKEHRSANBINDUNG
- GROSSZÜGIGE PARKMÖGLICHKEITEN

Ihre Gastgeber: Uschi und Peter Nowakowski
Schmölderstraße 61, 41239 Mönchengladbach
Telefon 0 21 66 / 37 07 98
www.gasthaus-schmoelderpark.de
E-Mail : gasthaus-schmoelderpark@web.de
Kein Ruhetag

2010 MARKTIMPULS.DE



salvatore
das restaurant im freiraum



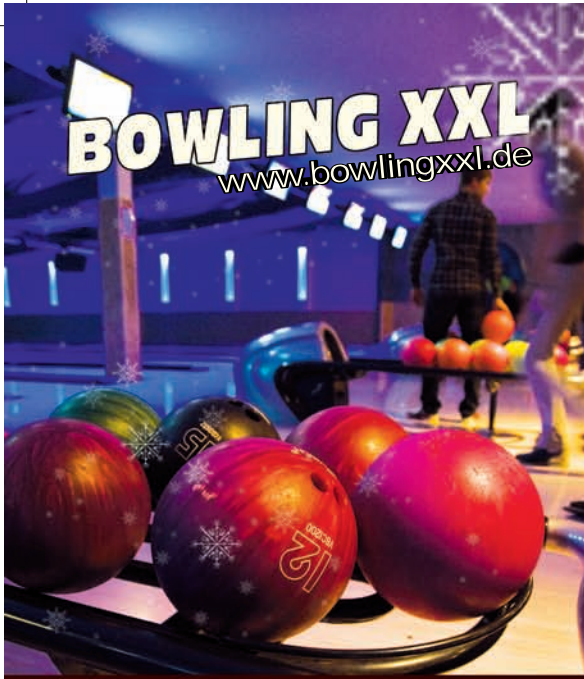
Jetzt
auch Mittags
geöffnet!

**weihnachten kommt...
SCHNELLER ALS SIE DENKEN!**

Feiern Sie Ihre Weihnachtsfeier in italienischem Ambiente!
Reservieren Sie jetzt unter (0 21 66) 9 700 0!

Böningstraße 151 | D-41239 Mönchengladbach
Telefon 0 049 (0) 2166 9 700 0 | Telefax 0 049 (0) 2166 9 700 200

NACHTLEBEN



Weihnachtsfeier in Planung?

Feiern Sie mit uns auf unseren
18 Bowlingbahnen mit
Flatmonitoren, Night-Glow-Technik
und gemütlichen Lounge Sofas,
neuem Gastro- und Restaurantbereich
bis 120 Personen

Buffet nach Ihren Wünschen



02161 - 837 084

Bowling XXL
Wehnerstr. 1-7
41068

M'Gladbach Zentrum
(Waldhausen)



// FUNKY SATURDAY

Jeden Samstag ab 22 Uhr verwandelt sich das goldwasser in einen stylisch-atmosphärischen Club mit netten Leuten, ausgelassener Stimmung und tanzbaren Beats, z. B. serviert von DJ Rix. Dieser präsentiert einen anspruchsvollen Mix aus Funky Party, Classics und Deep House. Seit Oktober gibt's die gleiche Party jeden Freitag in der Sonnenbar. Eintritt: 3,- €. **goldwasser, Waldhausener Str. 21 41061 MG, www.goldwasser-mg.de**



// ZU HOUSE IM GLÜCK

Am 12. November findet im Projekt 42 zum letzten Mal in diesem Jahr die beliebte Electro-Party mit dem Motto „Don't be Houseless, sei zu House im Glück“ statt. Zu Gast sind zwei begnadete Plattendreher aus der Region: DJ Tiefeninspiriert (Lost in Sound) und DJane Marlene Magnoli (Orange Club/Rheingold). Eintritt: bis 0 Uhr 4,- €, danach 6,- €. Einlass: 23 Uhr. **Projekt 42, Waldhausener Str. 40-42 41061 MG, www.projekt42.com**



// MODERN 80S PARTY

Eine echte Partyalternative für Freunde der 80er-Jahre-Musik ist „The modern 80s Party“ am 6. November ab 22 Uhr in der Sonnenbar. Neben DJ René le Riche (WDR) legt als Special-Guest DJ Thomas (Thome) Heinrichs auf, bekannt durch Veranstaltungen in den 80er- und 90er-Jahren wie der Kaisernacht (KFH). Eintritt: 6,- €. **Sonnenbar, Ludwigstr. 1, 41061 MG www.sonnenberg-mg.de**



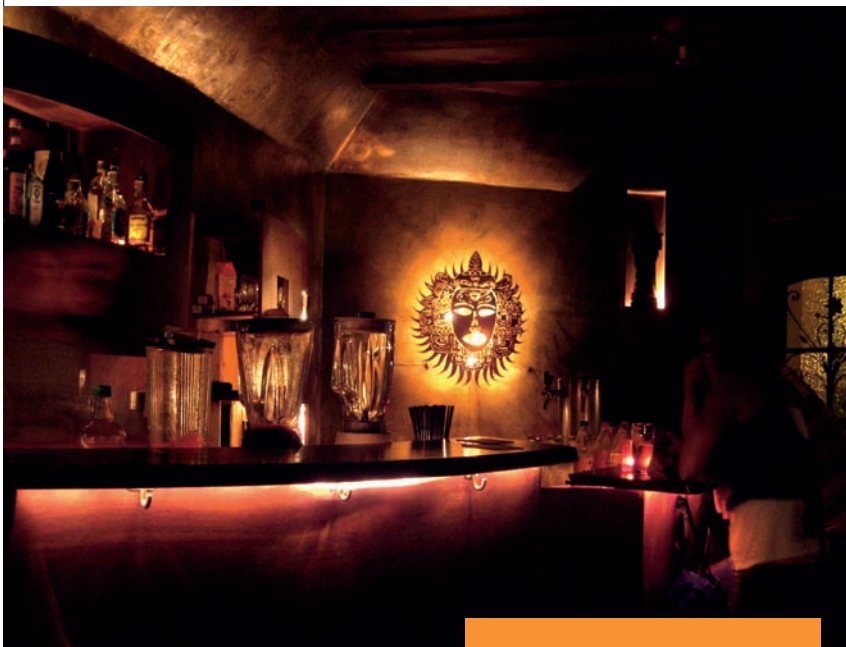
// Ü35 PARTY

Jeden ersten Freitag im Monat platzt der Kastanienhof aus allen Nähten. Dann lädt DJ Rene (bekannt aus dem PanTau) zur legendären Party ein und heizt feierwütigen Ü35ern mit Hits aus den 80er- und 90er-Jahren sowie den aktuellen Charts ordentlich ein. Los geht's am 5. November ab 22 Uhr: Eintritt: 8,- €. **Kastanienhof, Krefelder Str. 765, 41066 MG www.kastanienhof-hotel.org**



// URBAN CULTURE SOCIETY

Am 27. November startet im Sonnendeck die neue Partyreihe „Urban Culture Society“, eine Kombination aus Gourmetdinner, Varietéshow und Clubevent. Nach einem exotischen 3-Gänge-Menü, das scheinbar unvereinbare Kochtraditionen aus Moldawien, Thailand und Deutschland zu einem neuen geschmacklichen Gesamtkunstwerk vereint, erleben die Gäste eine außergewöhnliche Varietéshow im großen Saal des Sonnendecks. Hier treffen Seilartistin auf Geschichtenerzähler, Street-Art-Performer auf Yogakünstlerin und brasilianischer Capoeira auf modernen Breakdance. Die Show ist spontan, unvorhersehbar und ohne feste Choreografien. Danach geht's nahtlos über in eine heiße Partynacht, u. a. mit DJane Joyce Muniz (Man Recordings) aus Wien, die eine wilde Mischung aus Afro-, Jamaican- und brasilianischen Rhythmen und bassverliebten elektronischen Sounds präsentiert. Urban Culture Society – ein Pflichttermin für alle Nachtschwärmer, die Clubkultur neu erleben wollen. Eintritt: VVK 15,- € und Abendkasse 18,- € (ohne Menü). Einlass: 19:30 Uhr. **Sonnendeck, Aachener Str.21 41061 MG, www.sonnenberg-mg.de**



// MEZCALITO

Schon seit 17 Jahren ist das jenseits der Waldhausener Straße gelegene Mezcalito eine feste Größe in der Mönchengladbacher Altstadt und verbreitet einen Hauch mexikanischen Flairs. Schummeriges Kerzenlicht, Erdnüsse auf den Tischen und die herzliche Gastfreundschaft des aufmerksamen und ansehnlichen Personals sorgen in der rustikal eingerichteten Bar für ein unvergleichliches Ambiente. Schwerpunkt der Getränkekarte sind hervorragende Cocktails, allen voran der legendäre, nach einem Geheimrezept zubereitete Erdbeermargherita, der auch in großen Pitchern serviert wird und sich seit Bestehen der Bar ungebrochener Beliebtheit erfreut. Ein Geheimtipp ist der Mandel-Kirsch-Daiquiri, ein süßer Mix aus Kirschsafte, Mandellikör und Rum. Wer's etwas robuster mag, dem sei der Brazil – vorzugsweise mit fünfjährigem Rum – oder eine der mexikanischen Bierspezialitäten ans Herz gelegt. Zu empfehlen ist auch das getarnte Bitburger Pils vom Fass, das auf Nachfrage sogar im ordentlichen Bitburger Glas serviert wird. Obwohl dort nur in Ausnahmefällen getanzt wird, sorgen wechselnde DJs für die passende Hintergrundmusik. Während mittwochs und donnerstags das jugendliche bzw. studentische Publikum weitgehend unter sich ist, ist dort an den Wochenenden eine für Altstadtverhältnisse untypische Mischung der Altersgruppen zwischen 18 und 50 Jahren vertreten. Ein Besuch lohnt sich auch für diejenigen, deren Ausgehschema sich nicht mit dem üblichen Altstadtangebot deckt. (no/sb)

Die mexikanische Bar an der Gasthausstraße lockt mit gleichbleibend hoher Getränkequalität und entspannter Ausgeh-atmosphäre seit 17 Jahren Stammgäste der ersten Stunde und begeistert auch das nachrückende Publikum.



// INFO

Mezcalito
Gasthausstraße 30, MG
Geöffnet: Mi-Sa

Mittwochs Studi-Night
Eintritt 5,- €
Getränke zum halben Preis

Ungebrochener Beliebtheit erfreut sich Hausspezialität: Der Erdbeermargherita nach geheimer Rezeptur.



Wein aus 12 Ländern



Unsere Stärke: Individuelle **Weihnachts- und Firmenpräsente** ...

Gerne organisieren wir auch den Versand für Sie !!

mit Weinbistro ... 41352 Korschenbroich
WEINHAUS Herrenshofferstr. 60
ENRATH Tel. 02161 / 97 76 55



*Vorfriede auf eine
gemütliche Weihnachtszeit:*

Liebevoller Geschenke & festliche Dekorationen



Lassen Sie sich ab dem 2. November von unserer vorweihnachtlichen Atmosphäre inspirieren.

Ruth Poos, Sandradstr. 21, 41061 Mönchengladbach zwischen Maria-Hilf & Alter Markt, Kundenparkplätze im Hof
Tel.: 0 21 61 / 68 69 698, E-mail: poos-schoenerwohnen@arcor.de



Festzeiten

Am 24.12. ist Ruhetag.
"Wir feiern mit unseren Familien Weihnachten".

Am 25.12. und 26.12.10 haben wir von 11.00 Uhr bis 15.00 Uhr und von 17.00 Uhr bis 22.00 Uhr geöffnet. Im Festsaal bieten wir an beiden Tagen von 11.00 Uhr bis 14.00 Uhr den **"Weihnachts-Brunch"** an. Im Restaurant kochen wir von 11.00 Uhr bis 15.00 Uhr und von 17.00 Uhr bis 22.00 Uhr à la carte oder servieren Ihnen ein **weihnachtlich-festliches 3- oder 4-Gang-Menü**.

Zwischen den Jahren haben wir wie immer geöffnet, auch die Themen-Abende finden statt. An **Silvester** laden wir in den Kronensaal zu einem **5-Gang-Gala-Dinner** mit Musik und Tanz ein. Im Restaurant kochen wir **à la carte** und bereiten zusätzlich ein **4- oder 5-Gang Menü** für Sie.

Am 1.01.11 begrüßen wir Sie ab 17 Uhr mit einem Glas Winzersekt.

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung, die Sie telefonisch unter 02154-87165 oder per email aufgeben können. Ihr Ansprechpartner ist das Ehepaar Hiller.

**Restaurant im
Kaiserhof**

Unterbruch 6, 47877 Willich-Schiefbahn
Tel. 02154 - 87 165, info@kaiserhof.org
www.kaiserhof.de

DE MAIZIERE GEGEN ISLAMISTENZENTRUM

Am 15. Oktober hielt hochrangige Politprominenz in Person von Dr. Thomas de Maizière Einzug in das Theater im Gründungshaus. Der Bundesinnenminister war der Einladung von MdB Dr. Günter Krings aus Anlass der aktuellen Kontroverse um den salafistischen Verein „Einladung zum Paradies“ gefolgt. Er beglückwünschte Winfried Schultz stellvertretend für die Eickener Bürgerinitiative zu deren erfolgreichem Engagement und betonte, dass es sich bei der Bundesrepublik um eine „wehrhafte Demokratie“ handle, die „nicht tolerant gegen Intoleranz“ sei.

Er ließ offen, ob er sich für ein Verbot des Vereins EZP einsetzen werde und verwies am Bei-

spiel des gescheiterten Antrags zum Verbot der NPD auf juristische Schwierigkeiten eines solches Verbotsverfahrens. Ungeachtet möglicher politischer oder juristischer Konsequenzen, die aus de Maizières Fürsprache erwachsen könnten, ist die bundesweite mediale Resonanz auf seinen Besuch zu begrüßen. Angesichts der enormen Medienpräsenz und sicherlich vor dem Hintergrund der allgemeinen Integrationsdebatte verlieh Dr. Basibüyük, Vorsitzender des Deutsch-Türkisch Freundschaftsvereins, seinem berechtigten Wunsch Ausdruck, dass die Presse ihr Hauptaugenmerk auf die große Mehrheit der erfolgreich integrierten Migranten legen möge. (no/sb)



Bundesinnenminister **Thomas de Maizière** (r.) lobt den unermüdeten Einsatz von **Wilfried Schultz** und der Eickener Bürgerbewegung gegen die Salafisten: „Angst verliert man durch Selbstbewusstsein und indem man etwas unternimmt.“



Mehr ging nicht: Rund 300 Bürger besuchten die medienwirksame Veranstaltung im Theater im Gründungshaus.



Rege Diskussion: Die Beteiligten ernteten viel Applaus von den Eickener Bürgern.



Dr. Günter Krings, CDU: „Wir akzeptieren die Salafisten nicht als einen normalen Teil unserer Gesellschaft.“

CITYFEST

Das sonnige Wetter am zweiten Oktober-Wochenende lockte Tausende Besucher aus Nah und Fern in die Mönchengladbacher Innenstadt zum Feiern, Essen, Trinken und Spaß haben.



MAKING OF

Covershooting auf der Hindenburgstraße: Verkehrsbehinderung, Passantenverunsicherung und grandiose Selbstdarstellung. Fotografin Simone Stähn hat vom Cover bis zur Locationsuche alles ordentlich dokumentiert.



BLEICHWIESE

Das erste Etappenziel ist erreicht. Das Gladbach-Dock ist auf der Bleichwiese gelandet. Der 40 Fuß große Seecontainer wurde in den letzten drei Monaten von den Freimeistern in Zusammenarbeit mit der Vita GmbH

konzipiert und zu einer temporären Containergastronomie umgebaut. Auch die Grünflächen, das Gewässer und Kanalleitungen sind angelegt. Die Fläche wird somit im Frühjahr 2011 voll bewachsen sein und ihren regelmäßigen Betrieb als zentraler Treffpunkt in der Innenstadt aufnehmen können.



FOTOS: MARC THIELE



RISING STARS

Als „Rising Stars Mönchengladbach 2010“ wurden im Rahmen eines Konzerts in der Kaiser-Friedrich-Halle die Geigerin Xiangzi Cao, die Cellistin Lena Wignjosaputro und der Pianist Niu Niu ausgezeichnet. Der mit je 2.000 Euro dotierte Förderpreis war 2006 vom Initiativkreis Mönchengladbach in Zusammenarbeit mit der Europäischen Kulturstiftung EUROPAMUSICALE ins Leben gerufen worden. Die Auszeichnung wird alle zwei Jahre an herausragende junge Musiker verliehen.



FOTOS: IMGING

PELZBOYKOTT

Nur in einen Pelzmantel gehüllt, die Beine blutverschmiert, in einen engen Drahtkäfig gequetscht und die Hände am Gitter wund geschürft: So demonstrierte eine Aktivistin der Tierrechtsorganisation PETA Deutschland e. V. am Alten Markt. Die junge Frau protestierte gegen das Leid von zigtausenden Nerzen, Füchsen und anderen Tieren, die auf Pelzfarmen weltweit dahinvegetieren und grausam getötet werden. „Boycottieren Sie Pelz – Seien Sie nicht kaltherzig!“ lautete der Slogan der Demo.



FOTOS: SASCHA BROICH

GRAEFEN CLUBBING

Nach jahrelanger Pause hat das „Graefen“ wieder eröffnet. Der neue Treffpunkt bietet Partys und Events mit wechselndem Programm.



FOTOS: MARC THIELE

BERUFSINFORMATIONSBÖRSE

Die Berufsinformationsbörse war ein wahrer Marathon: 90 Firmen und 200 Ausbildungs- und Studienrichtungen stellten sich vor.



FOTOS: SONJA SCHLEPPEN

BISSMARC UND DIE GUTE ALTE ZEIT



Klartext im HINDENBURGER

Wissen Sie, warum es unserer Wirtschaft so beschissen geht? Ich glaube, dass ich zumindest einen anteiligen Grund dafür gefunden habe. Uns sind die Werte anständiger Kaufleute wie Zuverlässigkeit und Vertrauen irgendwann abhanden gekommen und durch Profitgier und Egoismus ersetzt worden. In meiner vielleicht verklärten, idealistischen Erinnerung galten damals, als z. B. mein Opa noch aktiver Geschäftsmann war, noch bestimmte Regeln unter Unternehmern. Ein Handschlag war oft gleich ein Vertrag, ein Wort war ein Wort und gegenseitiges Vertrauen war Grundlage vieler Geschäfte. Rechnungen wurden pünktlich bezahlt, Skonto auch wirklich nur dann abgezogen, wenn man sich an die Regeln gehalten hatte und bei Zahlungsschwierigkeiten sprach man halt mal miteinander und fand eine Lösung. Früher waren Geschäftsleute noch Partner, nicht Gegner. Natürlich gab es damals auch Konkurrenz und ebenso das eine oder andere schwarze Schaf, aber heute ist das wohl leider alles anders.

Heutzutage sucht jeder nur noch seinen Vorteil. Das gesamtwirtschaftliche Gleichgewicht ist den meisten vollkommen egal. Vertrauen ist für viele Unternehmer heute ein Fremdwort, Ehrlichkeit leider oft auch. Da werden Waren gekauft und Dienstleistungen beauftragt, wohl wissend, dass man die Rechnung nicht bezahlen kann. Oder Rechnungen werden trotz bestehender Verträge nach eigenem Ermessen gekürzt, ganz nach dem Motto „Das war mir das nicht wert“ oder auch gerne mal gar nicht bezahlt. Vielleicht in der Hoffnung, dass der Dumme am anderen Ende der Nahrungskette es nicht drauf anlegt, bei dem Betrag. Am schönsten ist aber immer noch der gemeine Rechnungsverzug. Gerne genommen, weil Mahnungen kosten ja erst mal nichts und man gewinnt Zeit und vielleicht Liquidität. Mahngebühren werden meist grundsätzlich nicht bezahlt – man lässt es gerne mal darauf ankommen. „Sollen die das doch einklagen.“ Ganz Dreiste ziehen trotz wochenlangem Verzug dann auch gerne noch das Skonto. „Ach das werden die schon nicht zu-

rückfordern, die wollen ja keinen guten Kunden vergrätzen.“ Ich persönlich freue mich immer auf die Ausreden, wenn man dann mal anruft und freundlich fragt, wann man denn mit der Begleichung der Außenstände rechnen darf ... Gerne genommen wird da: „Welche Rechnung? Ich habe keine bekommen“ oder „Wie die ist noch offen? Ich hab doch längst überwiesen“. Bei der Masse an nicht ankommenden Rechnungen müsste es bei der Post irgendwo einen Riesenhaufen Rechnungen geben, der einfach nur so da herumliegt. Peinlich finde ich hingegen die plötzlich auftretende und lange anhaltende Nichterreichbarkeit eines Geschäftsführers, gepaart mit ebenso plötzlichen Ausfällen eines E-Mail Servers und Faxgerätes. Das hat etwas von in die Ecke stellen, die Hände vors Gesicht halten und davon ausgehen, dass man nicht mehr gesehen wird.

Bei einem solchen Verhalten, dass, wie schon erwähnt, heutzutage mehr die Regel als die Ausnahme ist, wundert es mich nicht, dass immer mehr Firmen in die Insolvenz müssen. Und wann gehen wir in diesem Land endlich wieder dazu über, Leistungen und Qualität entsprechend zu würdigen, anstatt alles bis auf den letzten möglichen Cent herunterhandeln zu wollen? Etwas mehr Wirtschaftsethik, Vertrauen und Verlässlichkeit würde schon ziemlich helfen, hier wieder einiges ins Lot zu bringen. Eine Rückkehr zu den positiven Unternehmertugenden wie Zuverlässigkeit, Ehrlichkeit und soziale Kompetenz würde der Wirtschaft dieses Landes gar nicht so schlecht zu Gesicht stehen.

Es gibt aber auch positive Meldungen in diesen moralisch dunklen Zeiten. Daher gilt mein persönlicher Dank all den Kunden, die ebenso wie ich Wert darauf legen, eine lange und vertrauensvolle Geschäftsbeziehung zu pflegen, die verlässlich und pünktlich ihre Rechnungen begleichen oder aber offen sagen, wenn es in diesen schweren Krisenzeiten auch mal nicht geht. So schafft man Vertrauen und ein gutes Fundament für gute Geschäfte. Mehr davon für alle bitte.

In diesem Sinne
Ihr Bissmarc

Sie wollen etwas zu diesem Thema sagen?
Schreiben Sie mir: bissmarc@hindenburger.de

IMPRESSUM

VERLAG

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach und Rheydt erscheint bei:

Marktimpuls GmbH & Co. KG
Kaiserstr. 68, 41061 Mönchengladbach
Tel. 02161/68695-20, Fax 02161/68695-21
www.hindenburger.de

REDAKTION

HERAUSGEBER

Sascha Broich, Marc Thiele

CHEFREDAKTEUR

Sascha Broich (V. i. S. d. P.)

KONTAKT

Tel. 02161/68695-30 · Fax 02161/68695-21
E-Mail: redaktion@hindenburger.de

REDAKTIONELLE MITARBEIT

Sascha Broich (sb), Esther Hürter (eh), Martin Huth (mh), Corinna Ingenhaag (ci), Annika Neidhöfer (an), Natascha Oberste (no), Andrea Peters (ap), Ingo Rütten (ir), Sonja Schleypen (sos), Susanne Schnabel (sus), Julia Siegers (js), Marc Thiele (mt)

FOTOS

Simone Stähn, Sascha Broich, Marc Thiele, Donna Schmelzer, Esther Hürter, Sandra Ophei, istockphoto.com

GRAFIK

Marktimpuls GmbH & Co. KG
Satz & Layout: Sandra Ophei, Sascha Broich, Stefan Voeller, Donna Schmelzer, Linda Flamme
Webdesign: Marc Thiele, Andreas Mohr

Für die Richtigkeit der Termine und Anzeigentexte kann der Verlag keine Gewähr übernehmen. Alle Berichte und Beiträge sind nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Autoren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte Unterlagen jeglicher Art übernimmt der Verlag keine Haftung. Satiren und Kolumnen verstehen sich als Satire im Sinne des Presserechts. Nachdruck des gesamten Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Freigabe des Verlages.

Alle Rechte liegen beim Verlag.

ANZEIGEN/VERTRIEB:

VERANTWORTLICH

Marc Thiele
Tel. 02161/68695-50 · Fax 02161/68695-21
E-Mail: media@hindenburger.de

ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG

Jasmin Pretscher, André Weiß, Joachim Klein

AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

www.hindenburger.de/mediadaten.pdf

Auflage: 35.000
Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen, Geschäften und Gastronomiebetrieben im Erscheinungsbereich.

HINDENBURGER ABO

Ein Abo (12 Ausgaben, Inland) kostet 36,- € inkl. 7 % MwSt.
Mehr Informationen unter www.hindenburger.de.

www.hindenburger.de

Lasikzentrum Rheinland

Sehen



Mit praeziser Diagnostik und intensiver Beratung zur Behandlung von Fehlsichtigkeit mit Lasik und kuenstlichen Linsen für jedes Alter.

Augenklinik Bethesda



Behandlung von grauem Star, grünem Star, Makuladegeneration, diabetischen Netzhautveränderungen.

Wissen
Erfahrung
Beratung



Augenklinik
Bethesda

Ludwig-Weber-Straße 15 · 41061 Mönchengladbach
Tel. 02161 / 8904646 · www.augenklinik-bethesda.de

WWW.AZ-WEST.DE

WEITERE ANGEBOTE AUF

Oben ohne gefällig ...?



Abb. enthalten Sonderausstattungen.

€ *17.990,-

Barpreis für den Peugeot 207 CC Premium 120 VTi

€ *23.990,-

Barpreis für den Peugeot 308 CC Premium 120 VTi

PEUGEOT 207 CC Premium

- Audioanlage WIP Sound
- met. Lackierung
- LM Felgen
- ZV mit Fernbedienung
- Klimaanlage inkl. Pollenfilter

PEUGEOT 308 CC Premium

- 6 Airbags
- met. Lackierung
- 2-Zonen-Klimaautomatik
- LM Felgen
- Audioanlage WIP Sound, MP3-fähig

Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 9,3-8,6; außerorts 5,5-5,2; kombiniert 6,9-6,4; CO₂-Emission in g/km: kombiniert 159-149; gemäß RL 80/1268/EWG



PEUGEOT
MOTION & EMOTION

*** PREISVORTEIL BIS ZU € 4.615,-
gegenüber der UPE des Herstellers / Importeurs**

AUTOZENTRUMWEST

az-west.de

PEUGEOT VERTRAGSPARTNER • AZ West Vertriebs GmbH & Co. KG
41236 Mönchengladbach • Friedrich-Ebert-Straße 215 • Tel.: 021 66/62 30 60 • www.az-west.de