

# HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

STADTLEBEN

**RITTERFEST & CO.**

**SPASS UND UNTERHALTUNG**

**FÜR GROSS UND KLEIN**

WIRTSCHAFT

**AZUBI SPEED-DATING**

KULTUR

**SOPHIE WITTE**

**SOPRANISTIN AUS LEIDENSCHAFT**

KULTUR

**SHAKESPEARE-FESTIVAL NEUSS**

KULTUR

**SOMMERMUSIK**

**SCHLOSS RHEYDT**

Natürlich auch online!

[www.hindenburg.de](http://www.hindenburg.de)





**RAUBER**  
SCHLOSS DYCK  
**OPEN AIR KONZERT**  
SAMSTAG, 01. JULI 2023  
20:00 UHR EINLASS - 21:00 UHR BEGINN  
SCHLOSS DYCK - JÜCHEN  
EINTRITT: 28,- €

TICKETS ONLINE BESTELLEN:  
WWW.SCHLOSSDYCK.DE  
FREUNDE@SCHLOSSDYCK.DE  
TEL.: 02182 8275505

Sparkasse Neuss  
rhein kreis neuss  
Freunde & Förderer von SCHLOSS DYCK

**06**sechster**05**mai**2023**

by **SUNRISE** team

Über dem *ninety nine*® Mönchengladbach  
KAISER-FRIEDRICH-HALLE **22 uhr 12€**

**HINDENBURGER**

**Auslieferfahrer/in** m/w/d (Minijob)

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

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

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf [www.hindenburg.de/jobs.html](http://www.hindenburg.de/jobs.html)

Wir freuen uns auf Dich!

Photo.de/12ft.com/profile\_kupreich

**HAUS ERHOLUNG BIERGARTEN**

Summerwibes  
with  
DJ DENNIS RIXEN / NOAH WUSKE

**FREITAG, 12.05.23**

GEÖFFNET AB 16:30 UHR

JOHANN-PETER-BOELLING-PLATZ,  
41061 MÖNCHENGLADBACH

# edit rial

Liebe Leserinnen und Leser,

so langsam füllt sich das Redaktionspostfach wieder mit Mitteilungen zu Veranstaltungen, Eröffnungen und Aktionen, die zeigen, dass die schöne Jahreszeit vor der Türe steht. Biergärten werden für die anstehende Saison fit gemacht, Konzepte werden entwickelt, um Gäste anzusprechen, DJs und Konzerte werden angekündigt - der kommende Frühling / Sommer wird definitiv musikalisch unterlegt und tanzbar. So starten im Mai sowohl der Biergarten des Haus Erholung mit einem spannenden DJ Lineup in die neue Saison, als auch das Restaurant Abtshof auf der Krefelder Straße, das zusammen mit DJ Tocadisco jeden Donnerstag bis September zum #sundowner\_mg auf die große Terrasse lädt. Auch die Städtische Marketinggesellschaft MGMT hat auf ihrer Pressekonferenz das Veranstaltungsprogramm für 2023 vorgestellt - Turmfest Rheydt, Ritterfest, Fest am See und das Taschenlampenkoncert im Park der Volksbank sind alte Bekannte im Veranstaltungskalender. Neu hinzu kommen dieses Jahr Aktionen rund um das Thema „Host Town“ der Special Olympics - das japanische Team ist bei uns zu Gast und in diesem Rahmen

wird es einige Aktionen geben. Mehr dazu finden Sie auf Seite 6.

Ebenfalls im Mai startet das Shakespeare Festival in unserer Nachbarstadt Neuss - ein Kultur-event, das sich auch bei Mönchengladbachern großer Beliebtheit erfreut und für das die Karten recht schnell vergriffen sind. Was dieses Jahr auf dem Programm des Globe Neuss steht können Sie auf Seite 16 nachlesen.

Die diesjährige Sommermusik Schloss Rheydt findet zwar erst im August statt, aber schon jetzt ist das Konzert von Querbeat ausverkauft. Wer noch Karten für das Summertime Open Air mit den großartigen Niederrheinischen Sinfonikern, oder die Konzerte von den Baseballs, Götz Alsmann, Kings of Floyd, Fun & Friends, den Söhnen Mannheims oder Stefanie Heinzmann haben möchte, sollte nicht all zu lange warten. Mehr zum Programm haben wir auf Seite 17 für Sie zusammengestellt.

Für uns selber werden die nächsten Wochen bis zum 2. Juli extrem spannend und auch sicher anstrengend, denn dann findet der diesjährige

Greta Markt auf dem Schillerplatz statt und wir sind das erste Mal als „Mitmacher“ dabei. Einen Hindenburger-Promotionstand werden Sie da aber umsonst suchen, auch wenn wir sicher ein paar Hefte dabei haben - wir oder besser ich erfülle mir einen lange gehegten Traum und kehre zumindest für Greta und ein paar andere Veranstaltungen hinter den Bartresen zurück.

Die HINDENBURGER RedaktionBar wird dann nämlich aus der redaktionellen Theorie zur erlebbaren Realität. Hoffentlich genießbar, aber auch ein totales Desaster ist durchaus denkbar. Ich bin ziemlich aufgeregt, stehe jeden Tag kurz davor, den Blödsinn wieder zu canceln und doch überwiegt die Vorfreude und Lust jenes, über das ich hier im Heft so oft schreibe, auch wirklich zu machen. Ein paar erste Informationen, was Sie dort erwartet, finden Sie auf Seite 27.

Nun bleibt mir nur noch Ihnen einen schönen Mai und viel Spaß beim Lesen der neuen Ausgabe zu wünschen

Ihr Marc Thiele  
Herausgeber



ZAHNARZTPRAXIS  
DR. BONGARTZ

ZÄHNEPUTZEN?  
DAS MACHT SPASS!

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

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

WIR SIND FÜR SIE DA!

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







# 6

## STADTLEBEN



# 14

## KUNST + KULTUR



# 25

## GENUSSKULTUR

Fotomachweise siehe Themenseiten

### STADTLEBEN

- 6 Spass und Unterhaltung für Groß und Klein - Der städtische Veranstaltungssommer 2023

### WIRTSCHAFT

- 8 Check-In Berufswelt und Azubi Speed-Dating Hi-Fly
- 9 Ausbildung in der Systemgastronomie ist wieder zunehmend gefragt

### RATGEBER

- 10 Mit Bildungsgutschein zum professionellen Nachhilfeunterricht
- 11 Sicherheit nicht auf die leichte Schulter nehmen  
Recht aktuell: Wie verhalte ich mich als Beschuldigter bei der Polizei?

### KUNST + KULTUR

- 12 Literaturtipps
- 14 Sopranistin aus Leidenschaft: Sophie Witte im Interview

- 16 Bachchor MGH: Der unausgesprochene Bach  
It's Shakespeare Time: Shakespeare-Festival Neuss 2023
- 17 Sommermusik Schloss Rheydt wieder mit viel Festivalflair

### FREIZEIT

- 18 Flachsmarkt 2023 - Rund um Burg Linn in Krefeld  
43. Pfingstfest in der Burggemeinde Brüggem
- 19 Festspiele Schloss Neersen 2023: „Ver-Rückte Welt“
- 20 Finlantis Aufgußmeisterschaft am 6. Mai  
Zum 6. Mal „Maarkram“ in Geneicken  
LaLeLu - „Unplugged“ Live im TiG
- 21 Stand-Up-Paddling ist Entspannung und macht den Kopf frei

### GENUSSKULTUR

- 22 Die Redaktionsbar: GenussShopping und Termine
- 24 Gracias Bierliebe: Hallo Mai. Endlich wieder Biergartenzeit
- 25 Der HINDENBURGER zu Tisch im.... andras

- 26 Biergarten Haus Erholung öffnet wieder  
Abtshof startet mit Sundowner und Top-DJ in die Terrassensaison
- 27 Aus Leidenschaft wird Realität  
Wie? Ihr macht `ne Bar auf?

### MEDIZIN + CO

- 28 Mit Prävention zu gesunden Implantaten
- 29 Überforderung in der Pflege vorbeugen
- 30 So schützen Sie sich vor Zeckenstichen
- 31 Schnuller - Das sollten Sie drüber wissen

### DER HINDENBURGER TERMINKALENDER

- 32 Veranstaltungskalender

### SONSTIGES

- 03 Editorial
- 35 Impressum

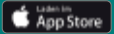
# DIE NACHTWANDLERIN (LA SONNAMBULA)

*Oper von Vincenzo Bellini*  
*Premiere am 21. Mai*



mags  
GEM

mags  
MG IM HERZEN



App laden.  
Keine Abfuhr verpassen.  
Wilden Müll melden.

[www.mags.de](http://www.mags.de)

Wir schaffen **IHREN** Mehrwert!

**LACK & BLECH**  
Autolackiererei  
Fachbetrieb für Unfallreparaturen



Krefelder Str. 510  
41066 Mönchengladbach

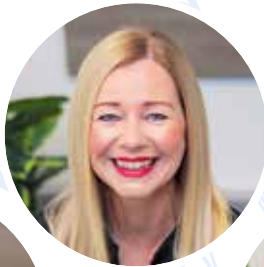
[www.lack-blech.de](http://www.lack-blech.de)



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

# Hörzentrum (( Müller

*Richtig Gehört.*



**DAS Hörzentrum in Mönchengladbach**

**Hörzentrum Müller**

Croonsallee 29, 41061 Mönchengladbach  
[info@hoerzentrum-mueller.de](mailto:info@hoerzentrum-mueller.de)

**Telefon 02161 24 74 113**

Geöffnet: Mo-Fr 9-18 Uhr und Sa 10-13 Uhr  
[www.hoerzentrum-mueller.de](http://www.hoerzentrum-mueller.de)



# SPASS UND UNTERHALTUNG FÜR GROSS UND KLEIN

Der städtische Veranstaltungssommer ist voller Feste, Gäste und viel Spaß

**Das städtische Veranstaltungsjahr steht in den Startlöchern und wartet auch 2023 mit beliebten und etablierten Formaten auf.**

Den Startschuss gibt ein Event, der nur indirekt mit Mönchengladbach zu tun hat und dennoch Strahlkraft besitzt. Die dieses Jahr in Berlin ausgetragenen Special Olympics, die weltgrößte inklusive Sportveranstaltung für Athleten mit geistigen Behinderungen und Mehrfachbehinderung. Mönchengladbach ist vom 12.-15. Juni **Host Town**, also Gastgeberort, für das japanische Team, bestehend aus etwa 75 Teilnehmern, darunter ca. 30 aktive Sportler, sowie deren Trainer und Begleiter.



Grafik: Veranstalter

Für den **13. Juni** sind neben einem Empfang des Teams im Haus Erholung ein Fackellauf rund um das Münster sowie ein inklusives Fest auf dem Sonnenhausplatz geplant. Verschiedene Vereine, inklusive Träger und städtische Einrichtung werden sich dort präsentieren und ein attraktives Bühnenprogramm wird für Unterhaltung sorgen. Vor ihrer Abreise nach Berlin können die Gäste aus Japan Mönchengladbach noch bei einer Stadion- und Stadtführung besser kennen lernen.



Foto: G. Coscia

Weiter geht es im städtischen Veranstaltungskalender mit dem **Turmfest Rheydt**, das am **24. und 25. Juni** unter anderem wieder mit dem Fun Parcours auf dem Marktplatz die Besucher begeistern möchte. Neu sind in diesem Jahr ein 1 gegen 1 Modus bei dem man gegeneinander antreten und sein Können messen kann. Auch der bei den Besuchern des Wochenmarktes sehr beliebte Weingarten wird dieses Jahr mit in das Programm

des Turmfestes integriert. Eine weitere Neuerung ist, dass diesmal auch der Harmonieplatz mit in die Aktivitäten eingebunden wird, auf dem am Sonntag, den 25. Juni erstmals der AOK Kindertag gefeiert wird und unter anderem Mönchengladbachs größtes Kreidegemälde entstehen soll. Ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm wird an beiden Tagen auf dem Marktplatz für Abwechslung und Unterhaltung sorgen. Höhepunkt wird sicher der samstägliche Auftritt der bekannten Partyband **Hermes House Band** sein. Für Kinder sind übrigens alle Angebote kostenfrei.

## Turmfest Rheydt

Marktplatz und Harmonieplatz Rheydt

Samstag, 24.06., 12:00 - 22:30 Uhr

Sonntag, 25.06., 11:00 - 18:00 Uhr

Mehr Informationen unter:

[www.turmfest-rheydt.de](http://www.turmfest-rheydt.de)

Foto: pixel&Korn



Am **29. und 30. Juli** steht mit dem **Fest am See** im Wickrather Schlosspark das nächste Highlight im Veranstaltungskalender. Neben dem beliebten und dieses Jahr noch größeren Kreativmarkt gibt es wieder eine Beachbar, die zum Schlemmen einladende Food Meile, viele Attraktionen für Kinder und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm u.a. mit der Mönchengladbacherin **Sophie Chassee** (Bassistin bei AnnenMayKantereit) sowie **Fresh Music Live**, einer der populärsten Livebands Europas. Das bisherige Highlight des Festes, das große Abschlussfeuerwerk wird es aus Umweltgründen nicht mehr geben, wie die veranstaltende Marketinggesellschaft mitteilte. Stattdessen wird eine aufwändige Lasershow für einen würdigen Abschluss des diesjährigen Festes am See sorgen.

## Fest am See

Schlosspark Wickrath

Samstag, 29.07., 14:00 - 23:15 Uhr

Sonntag, 30.07., 11:00 - 18:00 Uhr

Mehr Informationen unter:

[www.festamsee.de](http://www.festamsee.de)

Mittelalterlich wird es vom **11. bis 13. August** auch dieses Jahr wieder beim **Ritterfest** im Park an der Zeppelinstraße. Das ritterliche Turnier, Gaukler wie Narrenkai und andere vogelfreie Gesellen und



Foto: D. Brenneis

verschiedenste Handwerkskünste können von den Besuchern bestaunt werden und auch die kulinarischen Genüsse werden nicht zu kurz kommen. Am Freitag, den 11. August wird **Tanzwut** die Fans des Mittelalter-Rocks ab 20:30 Uhr mit ihrer Bühnenshow begeistern. Eine gute Nachricht für alle Besucher, die familienfreundlichen Eintrittspreise bleiben unverändert. Am besten reist man übrigens mit dem Fahrrad an, die großzügigen Fahrradparkplätze bieten hierfür genügend Platz.

## Ritterfest

Park an der Zeppelinstraße

Freitag, 11.08., 17:00 - 22:00 Uhr

Samstag, 12.08., 11:00 - 22:00 Uhr

Sonntag, 13.08., 11:00 - 19:00 Uhr

Tickets und weitere Informationen unter:

[www.ritterfest-mg.de](http://www.ritterfest-mg.de)

Den Abschluss der diesjährigen städtischen Groß-



Foto: G. Coscia

veranstaltungen bildet am 26. August mit dem Taschenlampenkonzert, eine Kultveranstaltung des Initiativkreises Mönchengladbach. Im Park der Volksbank auf der Senefelder Straße im Stadtteil Neuwerk wird die Band **Rumpelstil** nicht nur unzählige Lichter sondern auch Kinderaugen zum Leuchten bringen. Für die kleinen aber auch großen Besucher ist das Mitmachkonzert der Berliner Band mit seiner ganz besonderen Atmosphäre immer etwas ganz besonderes. Kein Wunder also, dass schon jetzt ein großes Kartenkontingent verkauft ist, obwohl die Veranstaltung jetzt erst beworben wird.

Neben den normalen Tickets, die zum Preis von 12€ für Erwachsene und 6,50€ für Kinder erhältlich sind, gibt es dieses Jahr erstmals ein neues Familienticket zum Preis von 28,50€, mit dem 2 Erwachsene und 3 Kinder Einlass erhalten.

## Taschenlampenkonzert

Park der Volksbank, Senefelder Str. 25, 41066 MG

Samstag, 26.08., 19:30 Uhr

Mehr Informationen unter:

[www.ik-mg.de](http://www.ik-mg.de)





**Rotary**  
Bigband

**SCHLOSS DYCK**  
**OPEN AIR KONZERT**

PFINGSTSONNTAG  
**28. MAI 2023**

EINLASS: 11:00 UHR - BEGINN: 11:30 UHR  
EINTRITT: 29€

**SCHLOSS DYCK - JÜCHEN**

TICKETS ONLINE BESTELLEN:  
WWW.SCHLOSSDYCK.DE  
FREUNDE@SCHLOSSDYCK.DE - TEL.: 02182 8275505

Sparkasse Neuss

rhein kreis neuss

Freunde & Förderer von SCHLOSS DYCK



Eickener Interessengemeinschaft

CamData  
Wir erschaffen Zukunft

**WOHNZIMMER** Konzerte  
unterschiedlicher Bands

**EINTRITT FREI**

Einlass: 18 Uhr  
Beginn: 19 Uhr

05. Mai 2023  
02. Juni 2023  
07. Juli 2023  
04. August 2023  
01. September 2023

Veranstaltungsort:  
**CamData GmbH**  
Eickener Str. 133, 41063 MG  
wohzimmerkonzert-mg.de



**Einen Monat lang Angebote & Extras zum Träumen**

**MAILIGHTS**

Alle Infos unter: [carolus-thermen.de/mailights](https://carolus-thermen.de/mailights)

**CAROLUS THERMEN**  
BAD AACHEN





# AZUBI-SPEED-DATING. HI-FLY

15. Juni  
13 – 17 Uhr



Mehr Infos  
gibt's hier  
per Scan

An den Holter Sportstätten 1  
41069 Mönchengladbach

## AZUBI-SPEED-DATING IM BEACH-CLUB



Die Premiere vom „Azubi-Beach-Dating“ im Sommer ist so gut verlaufen, dass es in diesem Jahr gleich mehrere Veranstaltungen in lockerer Atmosphäre geben wird – auch in Mönchengladbach. (Foto: IHK)

Nach der geglückten Premiere im vergangenen Sommer sollen auch in diesem Jahr die Azubi-Speed-Datings als „Azubi-Beach-Datings“ an besonderen Orten stattfinden. Und somit lädt die Industrie- und Handelskammer (IHK) Mittlerer Niederrhein gemeinsam mit den Arbeitsagenturen Mönchengladbach und Krefeld, den Kreis-Handwerkerschaften und der Unternehmerschaft Niederrhein vom 13. bis zum 15. Juni zu einer „Aktionswoche Ausbildung 2023“ unter anderem in den Beach Club im Mönchengladbacher Hi Fly Trampolinpark ein. Auch in Neuss und in Krefeld wird es in diesem Zeitraum Veranstaltungen an besonderen Orten geben. Das Motto lautet: It's your Match – Meet on the Beach. Eingeladen sind Schülerinnen und Schüler aller Schulformen, die auf der Suche nach einem Ausbildungsplatz sind.

„Das Konzept ist denkbar einfach“, sagt IHK-Geschäftsführerin Daniela Perner. „Die Jugendlichen haben die Möglichkeit, sich bei den teilnehmenden Unternehmen aus Industrie, Handel und Handwerk persönlich vorzustellen – und sie in jeweils zehn Minuten von sich zu überzeugen. Und das in der ungezwungenen Atmosphäre des Beach Clubs.“ Die Gespräche finden ganz entspannt im Sonnenstuhl, im Lounge-Club-Sessel oder an einer Bierzeltgarnitur statt. Und auch beim Dresscode darf es locker zugehen. Hier gilt die Devise: „Kleide Dich so, wie Du Dich wohlfühlst.“

Das Azubi-Speed-Dating bietet die Chance, in kurzer Zeit mit Personalverantwortlichen aus vielen Unternehmen persönlich in Kontakt zu treten. Es gibt keine Auswahlverfahren oder Tests, die den Jugendlichen den Weg versperren. Zahlreiche Ausbildungsverhältnisse sind dadurch bereits zustande gekommen. „Und auch für das schon bald startende Ausbildungsjahr haben die Unternehmen und Innungen immer noch viele attraktive Lehrstellen im Angebot“, so Perner. „Wir müssen weiterhin alle Anstrengungen unternehmen, um Jugendliche und Betriebe zusammenzubringen und den Bewerbungsprozess zu unterstützen.“

Weitere Informationen gibt es unter:  
[www.mittlerer-niederrhein.ihk.de/28535](http://www.mittlerer-niederrhein.ihk.de/28535)



## UNTERNEHMEN ÖFFNEN IHRE TÜREN

**CHECK IN:** Jugendliche können sich über Ausbildungsberufe und Praktika informieren

An vier Tagen im Mai haben Jugendliche in Mönchengladbach, im Kreis Viersen, in Krefeld und im Rhein-Kreis Neuss Gelegenheit, sich bei CHECK IN über Ausbildungsberufe, duale Studiengänge und Praktika sowie den Berufsalltag zu informieren.

„CHECK IN ist eine Erfolgsgeschichte. Sich jetzt auf die duale Ausbildung einzulassen, ist für Ausbildungsbetriebe wie für Jugendliche erfolgversprechend. Das Angebot ist groß, und viele Ausbildungsberufe wurden in den vergangenen Jahren nicht zuletzt mit Blick auf die notwendige Digitalisierung modernisiert. Was sich in diesem Bereich getan hat, ist bei den CHECK IN Days im Mai zu sehen“, erklärt Jürgen Steinmetz, Hauptgeschäftsführer der Industrie- und Handelskammer (IHK) Mittlerer Niederrhein und einer der Schirmherren der Veranstaltung zur Berufsorientierung. Für die 14. Auflage der CHECK IN Berufswelt wurde das Format dieser Initiative erneut weiterentwickelt. Erstmals konnten die Unternehmen in diesem Jahr entscheiden, ob sie ihre Ausbildungsangebote an einem der vier zentralen Veranstaltungsorte

präsentieren, am Standort des Unternehmens ihre Türen öffnen oder eine Kombination aus beiden Möglichkeiten wählen. Die überwiegende Mehrheit der Unternehmen entschied sich für die zentrale Präsentation von Ausbildungsberufen und dualen Studiengängen. Damit haben Jugendliche die Möglichkeit, sich an den vier Tagen im Mai ganz bequem gleich bei mehreren Unternehmen im Gespräch mit Auszubildenden sowie mit Ausbilderinnen und Ausbildern ein eigenes Bild zu machen. Die Ausbildungsbetriebe, die ihre Türen am Unternehmensstandort öffnen, bieten ebenso eine große Vielfalt an Ausbildungsberufen.

CHECK IN Berufswelt findet in diesem Jahr am 15. Mai in Mönchengladbach, am 16. Mai im Kreis Viersen, am 24. Mai in Krefeld und am 25. Mai im Rhein-Kreis Neuss statt

**Alle Infos auch über teilnehmende Unternehmen gibt es online unter:**

[www.checkin-berufswelt.net](http://www.checkin-berufswelt.net)

Der Initiatorenkreis der CHECK IN Berufswelt unter Federführung der IHK Mittlerer Niederrhein organisiert im Mai wieder für Schülerinnen und Schüler einen Tag der offenen Unternehmenstüren. (Foto: IHK)





# EINE AUSBILDUNG IN DER SYSTEMGASTRONOMIE IST WIEDER ZUNEHMEND GEFRAGT

Abwechslungsreiche Ausbildung – gute Karrierechancen



Foto: DJD/Bundesverband der Systemgastronomie/Jens Jeske

Teamarbeit ist während der Ausbildung wie auch im späteren Berufsleben gefragt.

In den 1950er-Jahren begann in Deutschland mit dem Hähnchen-Spezialisten Wienerwald die Geschichte der Systemgastronomie. Heute ist sie eines der wachstumsstärksten und vielfältigsten Segmente der Gastronomie. Jeder dritte Euro, der in der Gastronomie ausgegeben wird, wird in Restaurants der Systemgastronomie ausgegeben. Entsprechend attraktiv sind die Ausbildungs- und Kar-

rierechancen in den vorwiegend mittelständisch geprägten Unternehmen. Vor allem in den Nachwuchs wird viel investiert.

## Verjüngungskur für Ausbildungsinhalte

Die Mitgliedsunternehmen des Bundesverbands der Systemgastronomie e. V. (BdS) etwa, zu denen Marken wie McDonald's, L'Osteria, Nordsee, Starbucks oder Burger King gehören, bilden jährlich rund 2.500 junge Menschen aus. Neben der dreijährigen kaufmännischen Ausbildung Fachmann/-frau für Systemgastronomie wird auch die zweijährige operative Ausbildung zur Fachkraft für Gastronomie angeboten. Hinzu kommt ein duales Studienangebot, das eine gute Eintrittskarte ins Management bietet - Informationen gibt es unter [www.bundesverband-systemgastronomie.de](http://www.bundesverband-systemgastronomie.de). Die aktuellen Zahlen zeigen, dass die Branche bei den jungen Menschen wieder mehr Zuspruch bekommt. So konnte bei den Ausbildungen zum/zur Fachmann/-frau für Systemgastronomie mit einem Anstieg von 18 Prozent gegenüber dem Jahr 2020 das Vor-Corona-Niveau schon fast wieder erreicht werden. Andere Branchen taten sich hier schwerer. Zur Attraktivität der dualen Ausbildung trägt die Neuordnung der Berufe in der Systemgastronomie bei, die im August 2022 in Kraft getreten ist. Berufs-

profile wurden geschärft und Ausbildungsinhalte einer radikalen Verjüngungskur unterzogen.

## Mit Begeisterung bei der größten Ausbildungsmeisterschaft der Branche

Zur vielseitigen Ausbildung gehört auch, dass die Nachwuchstalente ihr Können unter Beweis stellen können – zum Beispiel beim Teamcup der Systemgastronomie. Der jährliche Wettbewerb ist ein Branchenhighlight und fand in diesem März bereits zum 13. Mal statt. 100 Nachwuchskräfte aus ganz Deutschland wetteiferten an der Beruflichen Schule Elmshorn bei Hamburg um den Sieg. Teamwork und Kreativität sowie die Fähigkeit, mit Zeitdruck umzugehen - diese Kompetenzen spielten im Wettkampf eine große Rolle. Eine der Aufgaben: aus einem vorliegenden Warenkorb ein Aktionsprodukt zu entwickeln und dieses als To-go-Produkt zu präsentieren. Daneben galt es, einen Theorietest zu meistern. Die jungen Leute waren mit Begeisterung dabei – auch bei der anschließenden Siegerehrung und Party in toller Location in Hamburg. So freuen sich schon viele der künftigen Systemgastronomen auf eine erstmalige oder erneute Teilnahme im Jahr 2024.

Quelle: DJD

**Mach Dich auf den Weg in Deinen Traumjob!**

Städtische Kliniken Mönchengladbach

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

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

Zukunftsorientiert, abwechslungsreich, menschlich: **sinnvolle Ausbildungen und faire Bedingungen bei der Caritas!**

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

**Folgende Ausbildungsberufe kannst du bei uns erlernen:**

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

**Besuche uns am CHECK IN Day! – 15.05.2023 zwischen 10:30 und 15 Uhr beim TV 1848, Bökelstr. 63, 41063 MG!**

**Caritasverband Region Mönchengladbach e.V.**  
 Telefon für Infos zur Ausbildung: 02161 5952-311  
 E-Mail: [bewerbung@caritas-mg.de](mailto:bewerbung@caritas-mg.de)  
[www.caritas-mg.de](http://www.caritas-mg.de)

**Herzlich gern.**



HAUS DER BRAUT  
&  
GENTLEMAN  
by Sabine Kuch

**Räumungsverkauf**



**50%**  
AUF ALLES

Haus der Braut & Gentleman  
**Räumungsverkauf**

geht weiter in der  
Hindenburgstraße 46  
41061 Mönchengladbach



**GLAMOUR**  
OUTLET BOUTIQUE

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

**GLAMOUR - OUTLET BOUTIQUE**  
auf Facebook

facebook.com/Glamour1Outlet1Boutique1 oder  
den QR-Code scannen



## MIT BILDUNGSGUTSCHEIN ZUM PROFESSIONELLEN NACHHILFEUNTERRICHT

Staatliche Unterstützung ermöglicht kostenfreies Lernen



Gute Bildung darf keine Frage der Finanzen sein. Wohngeldempfänger können Nachhilfe für ihre Kinder bezahlt bekommen.

Gute Nachrichten für viele Familien, deren Kind Hilfe bei schulischen Leistungen benötigt: Die Kosten für professionelle Nachhilfe können durch das „Bildung und Teilhabe“-Paket (BuT) der Bundesregierung unter bestimmten Umständen übernommen werden. Schülerinnen und Schüler erhalten dann einen Bildungsgutschein, den sie bei verschiedenen Anbietern einlösen können. Die Voraussetzung dafür besteht unter anderem darin, dass die Eltern sowieso schon Sozialleistungen beziehen. Dazu zählen zum Beispiel Kinderzuschlag, Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Asylbewerber-Leistungen oder Wohngeld. Die Wohngeldförderung wurde zum Jahresanfang reformiert, sodass seit Januar 2023 etwa dreimal so viele Haushalte förderungsberechtigt sind wie im vergangenen Jahr.

### 25 Prozent der Nachhilfekinder werden staatlich gefördert

Die BuT-Gelder sollen dazu beitragen, dass alle Kinder in Deutschland die gleichen Bildungschancen haben – egal, ob die Eltern viel Geld verdienen oder nicht. Durch diese Unterstützung haben auch Familien mit geringem Einkommen eine Chance, schnelle und professionelle Hilfe zu bekommen, falls die Noten der Kinder absacken und die Motivation für die Schule sinkt. Und das kommt gar nicht so selten vor: „Derzeit werden mehr als ein Viertel unserer Schülerinnen und Schüler aus dem BuT-Paket des Bundes gefördert“, informiert Thomas Momotow vom Nachhilfeanbieter Studienkreis. Das gilt für Kinder aller Altersklassen, von der Grundschule bis zur Oberstufe.

### Fachlehrer nach der Bescheinigung fragen

Der Antrag auf Förderung aus dem Bildungs- und Teilhabe-Paket muss bei der zuständigen Stelle,

etwa dem örtlichen Jobcenter oder dem Sozialamt, gestellt werden. Um die Voraussetzungen für kostenlose Nachhilfestunden zu erfüllen, muss zudem die Schule bestätigen, dass das Kind auch tatsächlich Unterstützung beim Lernen benötigt, um seine schulischen Ziele zu erreichen. Hier sollten Eltern am besten den Fachlehrer ansprechen. Unter [www.studienkreis.de](http://www.studienkreis.de) gibt es die Möglichkeit, einen unverbindlichen und kostenlosen Beratungstermin zum Thema Förderung für Nachhilfestunden zu vereinbaren. Zu dem genannten Bildungspaket gehören weiterhin Leistungen für Lerntherapie, wenn sie notwendig ist, oder auch die Kostenübernahme, damit ein Kind an Schulausflügen und Klassenfahrten teilnehmen kann, sowie ein Zuschuss für Lernmaterialien.

Quelle: DJD



Fördergelder sollen dazu beitragen, dass alle Kinder in Deutschland gleiche Bildungschancen haben – egal, ob die Eltern arm oder wohlhabend sind.



## SICHERHEIT NICHT AUF DIE LEICHTE SCHULTER NEHMEN

Zahl der Wohnungseinbrüche ist wieder deutlich gestiegen



Wertsachen, Schmuck sowie die Ausstattung des Homeoffice sind beliebtes Diebesgut. Die Zahl der Wohnungseinbrüche ist zuletzt wieder deutlich gestiegen.

Steigt das Risiko wieder, Opfer eines Einbruchdiebstahls zu werden? Auch wenn offizielle Statistiken für das Gesamtjahr 2022 noch nicht vorliegen, sprechen viele Kriminalexperthen bereits von einer Trendumkehr. Über mehrere Jahre hinweg waren die Zahlen rückläufig, für 2021 etwa wurden laut Statista 54.236 Fälle bundesweit polizeilich erfasst. Doch für das vergangene Jahr melden die Bundesländer wieder deutlich steigende Zahlen. In Nordrhein-Westfalen etwa beträgt die zwischenzeitliche Zunahme rund 30 Prozent, aber auch in Baden-Württemberg oder Bayern schlugen die Ganoven deutlich häufiger zu. Als eine mögliche Ursache gilt, dass wieder mehr Menschen am regulären Arbeitsplatz statt im Homeoffice arbeiten und die Aufenthaltszeit in der eigenen Wohnung oder dem Eigenheim generell gesunken ist.

### Das Zuhause besser absichern

Denn Ganoven gehen in der Regel persönlichen Konfrontationen aus dem Weg und möchten ungestört in ein verwaistes Haus eindringen. Dabei haben die Täter allzu oft leichtes Spiel: Fenster sowie Terrassen- und Balkontüren ohne mechanischen Schutz lassen sich binnen Sekunden aufhebeln. „Die beste Prophylaxe besteht aus einer einbruchhemmenden Ausstattung für leicht zugängliche Fenster und Türöffnungen“, erklärt Thomas Gebhardt von der Waldenburger Versicherung. Zusätzlich lohnt es sich, regelmäßig zu überprüfen, ob der materielle Schutz in Form der Hausratversicherung noch ausreichend ist. Denn mit der Wohnungseinrichtung, Unterhaltselektronik, Uhren und Schmuck sowie der technischen Ausstattung im Homeoffice kommen schnell mehrere Zehntausend Euro zusammen. Die Versicherungssumme sollte dem Neuwert des gesamten Hausrats entsprechen. Als Faustregel gilt ein Wert von 650 Euro pro Quadratmeter Wohnfläche.

### Vor materiellen Folgen schützen

Nicht nur wegen des Risikos eines Wohnungseinbruchs gilt die Hausratversicherung als Basisschutz. Die Policen treten auch für Sachschäden durch Feuer, Blitzschlag, Überspannungsschäden und mehr ein. Zur eigenen Vorsorge gehört es, eine Inventarliste aller Gegenstände zu führen. Dazu können die Bewohner ihre Wohnung einschließlich geöffneter Schränke und wertvoller Gegenstände fotografieren oder filmen. Unter [www.waldenburger.com](http://www.waldenburger.com) etwa gibt es mehr Tipps und einen interaktiven Rechner für den persönlichen Versicherungsbedarf. Eine Besonderheit weist der „Premium Plus“-Tarif auf, denn hier sind Schäden bis zu 5.000 Euro mitversichert, wenn man zum Opfer einer polizeilich angezeigten Straftat wie Diebstahl, Trickdiebstahl wie der „Enkeltrick“, Unterschlagung oder Sachbeschädigung wird. Der Schutz gilt zu Hause ebenso wie außerhalb.

Quelle: djf

## WIE VERHALTE ICH MICH ALS BESCHULDIGTER BEI DER POLIZEI

Haben Sie eine Ladung zur Polizei erhalten, um dort eine Aussage zu einem gegen Sie geführten Strafverfahren zu machen? Oder wurden Sie von der Polizei „angehalten“? Als Beschuldigter bei der Polizei zu sein, kann sehr einschüchternd sein. Es ist wichtig, ruhig und besonnen zu bleiben und zu wissen, dass Sie das Recht haben, sich zu verteidigen.

### Hier sind einige Tipps, wie Sie sich als Beschuldigter verhalten sollten:

1. Sprechen Sie mit Ihrem Strafverteidiger. Ein Strafverteidiger kann Ihnen helfen, Ihre Rechte zu schützen und Ihnen erklären, wie Sie sich verhalten sollten.
  2. Bleiben Sie ruhig. Vermeiden Sie es, unhöflich oder aggressiv zu sein.
  3. Beantworten Sie keine Fragen, ohne vorher mit Ihrem Strafverteidiger gesprochen zu haben. Geben Sie keine schriftlichen oder mündlichen Erklärungen ab.
  4. Kooperieren Sie bei Anordnungen wie einer Durchsuchungsanordnung der Abgabe von Fingerabdrücken oder einer Blutentnahme.
  5. Vernichten Sie keine (potentiellen) Beweismittel.
- Denken Sie immer daran, dass Sie das Recht haben, sich zu verteidigen. Wenn Sie als Beschuldigter von der Polizei kontaktiert werden, informieren Sie umgehend Ihren Verteidiger hierüber.

In aller Regel wird ein Strafverteidiger zunächst einen Termin bei der Polizei für Sie absagen und im Anschluss hieran Einsichtnahme in die Ermittlungsakte beantragen. Dessen Inhalt wird er/sie alsdann mit Ihnen in einem persönlichen Gespräch ausführlich erörtern, um sicherzustellen, dass Ihre Rechte optimal geschützt werden und dass Sie die individuell bestmögliche Verteidigung erhalten.

----- NEUE ADRESSE UND TEL.NR. -----



Foto: RA Kolb

**KOLB**  
STRAFVERTEIDIGUNG

**Strafverteidigung Kolb**  
Engelblecker Str. 144b  
41066 Mönchengladbach  
Tel.: 02161 - 277 89 44  
[www.recht-kolb.de](http://www.recht-kolb.de)



Adobe Stock © Farknot/Architect

Gut fürs Herz.  
Deutsche  
Herzstiftung

Gesund, aktiv und  
informiert mit der  
neuen **HerzFit-App!**

Kostenlos bei Google Play, im App Store und unter  
[www.herzstiftung.de/herzfit-app](http://www.herzstiftung.de/herzfit-app)



Bettina Schary  
**DIE ZWEITE ENTDECKUNG DER WELT: ALEXANDER VON HUMBOLDS EXPEDITION NACH SÜDAMERIKA**

Knesebeck Verlag  
 96 Seiten | 22,- €  
 ISBN: 978-3-95728-667-3

Über fünf Jahre waren der große deutsche Naturforscher und Universalgelehrte Alexander von Humboldt und der Botaniker Aimé Bonpland in

Südamerika unterwegs. Auf dieser Forschungsreise sammelten, vermaßen und dokumentierten sie alles, was ihnen unterkam: Tiere, Pflanzen oder Berge. Insgesamt legten sie rund 8.000 Kilometer zurück, durchquerten Steppen, Flüsse und Dschungel, bestiegen Vulkane, schliefen in Wäldern und Höhlen. Humboldt war schon zu Lebzeiten ein begnadeter Netzwerker, dessen Leistungen Bettina Schary in dieser Graphic Novel gekonnt einfängt und so zugänglich und humorvoll wie lehrreich für die heutige Zeit adaptiert. Ein anschaulicher Einblick in die Abenteuer des Alexander von Humboldt und ein wunderbares Geschenk für alle Natur- und Wissenschafts-Interessierten.

**EMPFOHLEN VON**



ANTIQUARIAT AM ST. VITH  
 Rathausstr. 10 | 41061 Mönchengladbach  
[www.antiquariat-am-stvith.de](http://www.antiquariat-am-stvith.de)



Claire Keegan  
**DAS DRITTE LICHT**

Steidl Verlag  
 104 Seiten | 20,- €  
 ISBN: 978-3-96999-199-2

Claire Keegan nimmt uns in ihrer Erzählung mit ins Irland Anfang der 80er. Ein Mädchen, ihren Namen erfahren wir nicht, wird von ihrem Vater zu Verwandten ihrer

Mutter gebracht. Diese ist wieder schwanger, es gibt ohnehin zu viele Mäuler zu stopfen und gelegentlich vertrinkt oder verspielt der Vater auch das knappe Geld.

Das Ehepaar Kinsella behandelt sie wie ein eigenes geliebtes Kind und zum ersten Mal erfährt das Mädchen, dass sich jemand wirklich um sie sorgt. Aus der Sicht des Kindes, in nüchternem Stil erzählt Keegan von der Entwicklung des Kindes in diesem Sommer, den Unsicherheiten und Ängsten und dem zunehmenden Vertrauen. Trotz oder vielleicht gerade mittels der einfachen Sprache gelingt es der Autorin, die Gefühle des Mädchens, das Zerrissensein wie das Gefühl der Verbundenheit mit diesen beiden so unterschiedlichen Lebenswelten auszudrücken und so wird mit wenigen Worten sehr viel erzählt.

Ein mit 100 Seiten nicht sehr langes und doch sehr besonderes, lesenswertes Buch.

**EMPFOHLEN VON**



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT  
 Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach  
[www.buchhandlung-degenhardt.de](http://www.buchhandlung-degenhardt.de)



Jörg Thadeusz  
**STEINHAMMER**

Kiepenheuer & Witsch Verlag  
 343 Seiten | 23,- €  
 ISBN: 978-3-462-00422-9

Dies ist eine schnörkellose Reise in die kleinbürgerliche Welt der Steinhammerstraße in Dortmund. Sie gestaltet sich als beeindruckende Ankunft in einer

Provinz in Aufbruchstimmung. Die Geschichte der Protagonisten, drei junge Leute, die nach Lebensentwürfen suchen und noch an Traumziele glauben, ist in ihrer Sachlichkeit und Unbemühtheit um besondere Effekte kaum zu überbieten. Hier weiß einer mit Wörtern Stimmungen zu erzeugen und sehr präzise in Sprache umzusetzen. Er ist ganz nah dran an Typ und Ton, er schaut, „fühlt“ sehr genau hin und gibt dieses intensive Schauen exakt wieder. Ein wahrhaft brillantes Erzählkino, das den Leser bewegt und mitnimmt. Die Sprache ist bei aller Situationsgenauigkeit atmosphärisch dicht, die erzeugten Bilder sind im Ton sachlich und in der Auslegung emotional. Das macht die Lektüre so besonders. Hier sind die Übergänge vom Alltag zum Traum fließend. Diese Verschmelzung erzeugt den besonderen authentischen Grundton ohne Pathos und Sentimentalität. Lassen Sie sich von Jörg Thadeusz entführen. Sie werden staunen.

**EMPFOHLEN VON**



BUCHHANDLUNG WACKES  
 Korschenbroicher Str. 81 | 41065 Mönchengladbach  
[www.wackes-buch.de](http://www.wackes-buch.de)



Christine Rickhoff (Text), Felicitas Horstschäfer (Illus)  
**KEINE ANGST VOR DER ANGST. EIN BUCH WIE 100 FREUNDINNEN UND FREUNDE**

Oettinger Verlag  
 224 Seiten | 20,- €  
 ISBN: 978-3-7512-0365-4

„Hattest du schon mal Angst? So richtig fiese, kribbelige Angst, die durch den ganzen Körper kriecht, das Herz schneller schlagen lässt und dir zittrige Knie macht?“ Diese Frage hat die Autorin 100 Menschen gestellt unter anderem Max Giesinger, Motsi Mabuse, Rolf Zuckowski, LOTTE, Peter Maffay.

Aus den Antworten ist ein wirklich wertvolles Buch mit vielen tollen Botschaften für Kinder ab 5 und auch für Erwachsene einige hilfreiche Tipps im Alltag bei Angstsituationen entstanden. Diese 100 Geheimtipps und Geschichten machen das Buch nicht nur vielseitig sondern auch sehr individuell und für die ganze Familie ansprechend.

**EMPFOHLEN VON**



BÜCHER VON DEN DRIESCH  
 Kleiner Driesch 10 | 41179 Mönchengladbach  
[www.buecher-rheindalen.de](http://www.buecher-rheindalen.de)





Anna Lisa Kiesel  
**DAS MAGISCHE SCHULSCHIFF -  
 VERBÜNDETE DES MEERES (BAND 1)**

Loewe Verlag  
 208 Seiten | 12,95 €  
 ISBN: 978-3-7432-1563-4

Die wasserscheue Marie bemerkt eines Tages, dass sie anscheinend verborgene Fähigkeiten hat. Alles beginnt bei einem Ausflug am See. Freche Jungs stoßen Maries

Freundinnen vom Paddleboard und wollen es auch noch stehlen! Marie ist außer sich, hilflos steht sie am Ufer, weil sie sich nicht ins Wasser traut, um zu helfen. Vor Wut wirft sie einen Stein, der eine riesige Welle entfacht, welche die Jungs vertreibt. Was ist da passiert? Am nächsten Morgen steht eine seltsame Kiste vor Maries Haustür. In ihr befindet sich Wasser und eine Flaschenpost. Es ist eine Einladung, und zwar auf ein Schulschiff namens Wellenkron. Denn Marie hat wassermagische Fähigkeiten. Wir begleiten sie auf ihrem Weg in die schwimmende Schule auf dem Meer, wo sie zusammen mit ihren neuen Freunden lernt, ihre Magie zu kontrollieren. Zusammenhalt und Freundschaft stehen an erster Stelle, denn schon bald müssen sie sich auch gegen dunkle Mächte behaupten, die auf den Weiten des Ozeans ihr Unwesen treiben. „Verbündete des Meeres“ ist der gelungene Auftakt der neuen Reihe „Das magische Schulschiff“ aus der Feder von Anna Lisa Kiesel. Man darf gespannt sein, wie es weitergehen wird! Buchreihe für Kinder ab 8 Jahren!

**EMPFOHLEN VON**



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT  
 Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach  
[www.buchhandlung-degenhardt.de](http://www.buchhandlung-degenhardt.de)



Marietta Slomka  
**NACHTS IM KANZLERAMT**

Droemer Verlag  
 1336 Seiten | 20,- €  
 ISBN: 978-3-426-27871-0

Koalitionsverhandlungen, Klimawandel, Corona-Krise. Politik ist überall. Wer aber Zusammenhänge verstehen, den täglichen Nachrichten folgen

oder gar das Geschehen beeinflussen will, muss wissen, wie Politik funktioniert, was sie bewirkt, wo sie scheitert und warum.

Marietta Slomka kennt sich mit dem deutschen Politikbetrieb bestens aus. Viele große Entscheidungen begleitet sie journalistisch aus großer Nähe. Sie zeigt, wie Politik gemacht wird und was man Wissen muss, um sie zu verstehen. Kenntnisreich und mit einer Prise Ironie, die man auch aus ihren TV-Interviews kennt, bietet sie Gedankenfutter für alle Generationen.

Ergänzt wird das Buch durch die witzigen Cartoons von Mario Lars.

**EMPFOHLEN VON**



PROLIBRI  
 Zur Burgmühle 20 | 41199 MG -Odenkirchen  
[www.prolibri-buchladen.de](http://www.prolibri-buchladen.de)

»Volkverein Mönchengladbach«  
 gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®

Möbel und geprüfte E-Geräte  
 Kleinförmige Möbel  
 Kleiderläden  
 Rapsöl  
 Glas Keramik Hausrat  
 Wir sind familienfreundlich!  
 Familienkarte  
 Meine Stadt. Meine Familie  
 mg+ MÖNCHENGLADBACH  
 Wir sind Partner der Familienkarte!  
 second hand 6 mal in unserer Stadt  
 Bücher Spiele CDs  
 Geöffnet:  
 Mo-Fr 9:30-18 h  
 Sa 9:30-13 h  
 Zentrale:  
 02166 671 16 00  
 teilen macht reich  
 Accessoires  
 Möbelhalle:  
 Geistenbecker Str. 107  
 41199 MG-Geistenbeck  
 Kleiderläden:  
 Geistenbecker Str. 118  
 41199 MG-Geistenbeck  
 St. Helena-Platz 7  
 41179 MG-Rheindahlen  
 Eickener Str. 141-147  
 41063 MG-Eicken  
 Roermonder Str. 56-58  
 41068 MG-Waldhausen  
 Dünner Str. 173  
 41066 MG-Neuwerk  
[www.volkverein.de](http://www.volkverein.de)

Gut fürs Herz  
 Deutsche Herzstiftung

**Kennen Sie Ihr Herzinfarkt-Risiko?**

Rund 300.000 Menschen erleiden in Deutschland jedes Jahr einen Herzinfarkt. Finden Sie heraus, ob Sie gefährdet sind.

Jetzt den Test machen:  
[www.herzstiftung.de/risiko](http://www.herzstiftung.de/risiko)

# Sopranistin aus Leidenschaft

## Sophie Witte im Interview

Redaktion: Jessica Sindermann

**In unseren deutschen Theatern sind rund 1.200 Sängerinnen und Sänger beschäftigt – Sophie Witte ist eine davon. „Libretto“, „Rezitativ“ und „Arie“ sind für sie längst keine Fremdwörter mehr, denn bereits als Kind sammelte sie ihre ersten Bühnenerfahrungen mit der Kinderoper. Seit der Spielzeit 2012/ 2013 ist sie ein fester Teil des Ensembles am Theater Krefeld und Mönchengladbach und begeisterte mit ihrem Gesang sowie ihrer Leidenschaft zur Musik in den letzten Jahren u.a. als Susanna in „Le nozze di Figaro“, als Manon in der gleichnamigen Oper, als Zerlina in „Don Giovanni“, als Pamina in „Die Zauberflöte“, als Rusalka in der Märchenoper Rusalka, als Ophelia in Hamlet, und als Gilda in „Rigoletto“. Ab Mai wird die Sängerin dann als „Amina“ in Vincenzo Bellinis Melodrama „Die Nachtwandlerin (La Sonnambula)“ auf der Bühne stehen.**

HINDENBURGER-Redakteurin Jessica Sindermann hat die gebürtige Berlinerin zum Interview getroffen und mit ihr über ihren Weg auf die große Bühne, ihren Arbeits(all)tag und die kommende Spielzeit gesprochen. Auch ihren Lieblingskomponisten hat sie am Ende verraten – Aber lesen Sie selbst!

**HINDENBURGER:** Wie sind Sie zu Ihrem Beruf gekommen? Haben Sie sich schon als Kind für die Oper interessiert?

**Sophie Witte:** Ich war eigentlich schon als Kind an klassischer Musik interessiert. Meine Eltern sind beide Rock- und Popmusiker und daher bin ich mit Musik aufgewachsen. Dass wir Kinder ein Instrument lernen sollten, war vollkommen klar und nachdem ich meinen Geschwistern dann regelmäßig beim Klavierüben zugehört hatte wusste ich, welches Instrument es bei mir werden sollte. Klavier war auch mein erstes Hauptfach damals in der Musikschule, wo seinerzeit übrigens hauptsächlich klassisch ausgebildet wurde. Die Kinder, die ein Orchesterinstrument gespielt haben, gingen ins Orchester und als „Klavierkind“ nahm man am Chor teil. Das Singen hat mir immer schon wahnsinnig viel gegeben und ich erinnere mich genau, dass ich mich deswegen jede Woche auf den Mittwoch gefreut habe! Auf den Chor. So hat sich mein Bewusstsein für die Liebe zum Gesang entwickelt. Wenn ich mir alte Videos aus meiner Kindheit anschaue fällt auch auf, dass ich auf jedem Video singe! (lacht) Und später habe ich mich doch dazu entschlossen, Operngesang zu studieren. Das klingt jetzt wie eine logische Konsequenz. Aber lange Zeit dachte ich, dass ich Pianistin werden will. Der Gesang schien mir immer eher ein Hobby zu sein, da es mir eben schon immer so viel Spaß gemacht hat.





**HINDENBURGER:** Haben Sie auch schonmal darüber nachgedacht, in die Popmusik zu wechseln?

**Sophie Witte:** Ich habe zwischendurch immer mal gedacht, dass es spannend wäre, mich darin auszuprobieren. Aber klassische Musik hat so viel zu bieten, so viel zu entdecken, so viel Tiefgründiges! Also – keine Chance für die Popmusik! Wobei es sowohl in der früheren, als auch in der heutigen Zeit wunderbare Popmusik gibt. Ariana Grande ist zum Beispiel eine wirklich großartige Sängerin.

**HINDENBURGER:** Was ist in Ihrem Beruf besonders wichtig?

**Sophie Witte:** Definitiv der Wille, mit den Mitteln der Musik und der Darstellung etwas erzählen zu wollen. Dem Publikum diese wunderschöne Musik zu präsentieren und dabei keine Scheu zu haben, auch ein Stück von sich selbst zu zeigen. Und besonders wichtig: eine gewisse Nervenkraft zu besitzen.

**HINDENBURGER:** Welche Bedeutung hat die Oper für Sie? Was reizt Sie daran?

**Sophie Witte:** Die dargestellten Stoffe erhalten durch die Musik irgendwie nochmal eine besondere Dramatisierung, die mitten ins Herz trifft. Ich habe das Gefühl, dass man sich dem nicht entziehen kann und die Seele irgendwie einfach mitgerissen wird! Das erfüllt und fasziniert mich so an der Oper.

**HINDENBURGER:** Wie sieht ein Arbeitsalltag bei Ihnen aus? Singen Sie von morgens bis abends?

**Sophie Witte:** Nein, das geht natürlich LEIDER nicht. Die Stimmlippen sind schließlich ein kleiner Muskel, den ich nicht in dem Maße strapazieren darf, wie ich es gerne würde. Mein Arbeitsalltag ist daher immer sehr unterschiedlich. Momentan habe ich kaum szenische Proben, denn es wird parallel ein anderes Stück geprobt, in dem ich nicht singe. Dafür habe ich jetzt Zeit, die nächste Partie auswendig zu lernen. Das nimmt immer sehr viel Zeit in Anspruch, da zur Übung des Gesangs und der Ausarbeitung der Gestaltung meistens erstmal die Übersetzung ins Deutsche erforderlich ist. Außerdem setzt man sich schon sehr intensiv mit dem Text, der Wort-Ton-Beziehung, mit Subtexten, mit der Entwicklung des Charakters der Partie und auch den Entstehungshintergründen auseinander. So nähere ich mich dann Stück für Stück dem Charakter an. Wenn etwas Zeit bleibt, mache ich gleich nach dem Aufstehen erstmal ein bisschen Sport. Jogging und im besten Falle auch noch Yoga. Bevor ich dann mit dem Üben der Partien beginne ist es auch wichtig, meine Stimme aufzuwärmen. Daher mache ich jeden Tag dieselben Stimmübungen. Wenn es dann auf die szenischen Proben zugeht, die komplette 8-stündige Arbeitstage in Anspruch nehmen, halte ich gerne immer wieder mit dem Regisseur Rücksprache.

**HINDENBURGER:** Sie müssen sehr viel Text behalten, da Sie teilweise mehrere Stücke gleichzeitig proben. Haben Sie Tipps, wie das gelingt?

**Sophie Witte:** Ich würde eindeutig sagen: Die Wiederholung ist die Mutter des Erfolgs! Wir Sängern und Sänger haben das Glück, dass wir die Musik zur Verfügung haben, denn sie erleichtert das Auswendiglernen enorm. Wobei auch für Zählzeiten für Gesangseinsätze und Strophenlieder immer wieder viele Eselsbrücken benötigt werden.

**HINDENBURGER:** Erzählen Sie gerne etwas über die aktuelle Spielzeit - Worauf kann sich das Publikum freuen?

**Sophie Witte:** In meinem Fall auf „La Sonnambula“ von Bellini, dem Belcanto Komponisten schlechthin. Das ist für mich als Sängerin ein Traum, da man sehr viel Gestaltungsfreiraum hat und Bellini viele schöne Gesangsmelodien geschrieben hat. Es handelt sich dabei um eine klassische Rettungsoper, allerdings etwas anders als damals üblich. Die Hauptfigur Amina wird nämlich nicht vor äußeren Umständen gerettet, sondern eher vor innerer Isolation und dem Unverständnis der Gesellschaft. Als die junge Braut am Tag vor ihrer Hochzeit schlafend im Hotelzimmer des Grafen Rodolfo entdeckt wird, wird ihr zunächst Untreue vorgeworfen und ihr Verlobter Elvino verlässt sie. Später stellt sich dann heraus, dass Amina, ausgelöst durch emotional aufwühlende Geschehnisse, schlafwandelt. Am Ende findet die Hochzeit dann doch mit Amina statt und nicht mit der zwischenzeitlich favorisierten

Lisa. Es gibt also ein glückliches Ende, bei dem beide wieder zueinander finden! So zumindest in der Originalversion der Oper.

**HINDENBURGER:** Haben Sie ein Lieblingslied oder einen Lieblingskomponisten?

**Sophie Witte:** Das ist schwierig zu sagen. Ich denke, Belcanto ist mein Lieblingsgenre und daher ist auch Bellini auf jeden Fall einer meiner Lieblingskomponisten, wenn es um die Oper geht. Zusammen mit Donizetti, Massenet, Gounod und vielen weiteren Komponisten. Auch die spätromantischen Opern mag ich sehr! Wobei ich sagen muss, dass ich jedes Mal, wenn ich mich mit dem Werk eines anderen Komponisten eingehend beschäftige, meistens auch dessen Musik zu lieben lerne.

**HINDENBURGER:** Vervollständigen Sie bitte folgenden Satz: Theater bedeutet für mich...

**Sophie Witte:** ...die Beschäftigung mit den verschiedensten emotionalen, Seelen- und Geisteszuständen und das Lernen, damit umzugehen. Theater ist eine Stütze im Leben und dafür da, all die Probleme, mit denen man konfrontiert wird, als etwas Alltägliches anzunehmen. Als etwas, mit dem man nicht alleine ist.

**HINDENBURGER:** Liebe Frau Witte, herzlichen Dank für die spannenden Einblicke in ihr Leben als Sopranistin! Ab dem 21. Mai können alle Theaterfans dann in Bellinis Oper „La Sonnambula/ Die Nachtwandlerin“ eintauchen und Sophie Witte in der Rolle der „Amina“ bestaunen!

**DIE NACHTWANDLERIN**

15 Mai MO   18:45 Soiree	21 Mai SO   18:00 Premiere	27 Mai SA   19:30
30 Mai DI   19:30	01 Juni DO   19:30	09 Juni FR   19:30
17 Juni SA   19:30	23 Juni FR   19:30	25 Juni SO   16:00

TICKETS

Foto: Matthias Stutte

## DER UNAUSGESPROCHENE BACH

Wenn der BachChor Mönchengladbach zum Konzert bittet, erwarten die Zuhörer Musik Johann Sebastian Bachs. Bei seiner ersten Bewährungsprobe mit einem reinen A-cappella-Programm, das am 7. Mai um 17 Uhr in St. Laurentius, Odenkirchen, unter dem Titel „Hommage à Bach“ steht, kommt Musik des großen Vollenders des musikalischen Barock jedoch so gut wie nicht vor. Wie das?



Foto: Renate Resch

Es ist Reger-Jahr. Max Reger, der große Spätromantiker, wird 150. Weder als Komponist noch als Organist hat er aus seiner Verehrung von Bach einen Hohl gemacht, was sich nicht zuletzt in seinem bedeutenden Orgelwerk „Phantasie und Fuge über B-A-C-H“ niederschlägt. Um dieses Werk, das Kantorin Stephanie Borkenfeld-Müllers an „ihrer“ Rensch-Orgel in St. Laurentius Odenkirchen spielen wird, gruppiert der BachChor sein Programm mit Chorsätzen von Reger und J. G. Rheinberger, dem auch das 1900 entstandene Werk über B-A-C-H zugeeignet ist. Zu Gehör kommen vier Teile aus Regers „Acht Geistlichen Gesängen“ und vier Chorwerke Rheinbergers. Bachs Chorsatz „Komm, süßer Tod“ erklingt zwar auch in diesem rund einstündigen Programm, aber gewissermaßen als „Steinbruch“ für eine Komposition des schwedischen Zeitgenossen Knut Nystedt, der in seiner Chor-Improvisation „Immortal Bach“ Bachs Töne zu Klangtrauben aufschichtet. Die musikalische Gesamtleitung hat Stephanie Borkenfeld-Müllers, die Moderation übernimmt Jochem Enzenmüller. Der Eintritt ist frei, eine Spende ist für den BachChor Mönchengladbach.

Sonntag, 07.05.2023, 17:00 Uhr  
St. Laurentius, Odenkirchen

Schauspiel Wuppertal,  
Ein Sommernachtstraum  
(Foto: Jens Grossmann)

## IT'S SHAKESPEARE TIME

Ab Samstag, 13. Mai 2023, erweckt das Shakespeare Festival seine beeindruckende Spielstätte, das Globe Theater Neuss, zum Leben.

Vom 13. Mai bis 10. Juni 2023 dreht sich alles um William Shakespeare und sein Werk. 19 Compagnys aus NRW und der ganzen Welt bringen ihre Shakespeare-Lesarten an den Niederrhein. Dabei richtet sich der Fokus des Festivals auf Shakespeares zeitlose Themen und die thematischen Verknüpfungen, die uns ins Hier und Jetzt führen.

Theatrale Schwergewichte wie „Hamlet“ oder „Macbeth“ treffen auf Komödien wie „Ein Sommernachtstraum“, „Komödie der Irrungen“ oder „Much Ado About Nothing“. Zahlreiche Veranstaltungen richten sich am Werk Shakespeares aus, so zum Beispiel „Sein oder Nichtsein oder The Director is not Present“, „Everybody wants to be Puck“, „Shakespeare's Villains“, „Steeped in Blood“ und „The Dreams of Hamlet“. Ein Kinder- und Jugendstück für Menschen ab acht Jahren, „Heinrich der Fünfte“, ergänzt das Angebot ebenso wie eine Inszenierung von „Der Sturm“ als Papiertheater mit nostalgischem Flair.

Musikalisch wird es mit „The Erlkings“, die Shakespeare und Goethe auf tollkühne Art miteinander verschmelzen. Ebenso trifft Literatur auf Musik, wenn die Schauspieler Angela Winkler mit dem delian::quartett ein Konzertprogramm mit dem

### Shakespeare Festival 2023

13. Mai bis 10. Juni 2023  
Globe Theater Neuss,  
Hammer Landstraße 2, 41460 Neuss  
Ticket-Hotline: 02131 526 99 99 9  
[shakespeare-festival.de](http://shakespeare-festival.de)

Klaus Pohl  
(Foto: Jim Rakete)Theatre Radost  
Hamlet on the Road  
(Foto: Theatre Radost)Theater Aachen,  
Sein oder Nichtsein oder  
The Director is not present  
(Foto: Theater Aachen)

Titel „Shakespeare. Begegnungen“ uraufführen. Schulvorstellungen sowie ein umfangreiches Begleitprogramm mit Workshops für Schulklassen, Kinder und Erwachsene ergänzen das Festivalprogramm.

Infos, Termine und Tickets: [shakespeare-festival.de](http://shakespeare-festival.de)

## HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT



[www.hindenburger.de](http://www.hindenburger.de)

+ AKTUELLES + MAGAZIN + TERMINE + GASTRO-JOBBÖRSE + UND VIELES MEHR +

## Gartenbau Lessmann

**Riesenauswahl**  
an Beet-, Balkon- und Gemüse-  
pflanzen in bester Gärtnerqualität

Öffnungszeiten im Mai:

Mo.-Fr. 8.00-12.30 & 14.00-18.00 Uhr

Sa. 8.00-16.00 Uhr

So. und Feiertage 11.00-15.00 Uhr

Giesenkirchen • Mülforter Str. 27 b  
(schmaler Weg ins Feld, ca. 200m)

[www.gartenbau-lessmann.de](http://www.gartenbau-lessmann.de) • Telefon: 0 21 66/8 23 29

Wir beraten Sie gerne  
und bepflanzen Ihre  
Kästen und Kübel.





Es herrscht immer beste Stimmung bei der SommerMusik Schloss Rheydt (Foto: Voila)

Das Event-Highlight im August

## SOMMERMUSIK SCHLOSS RHEYDT WIEDER MIT VIEL FESTIVALFLAIR

Die SommerMusik startet zwar erst in 4 Monaten - aber schon jetzt sind fast 6.000 Tickets weg.

„Das ist das beste Zwischenergebnis aller Zeiten“ freut sich Günter vom Dorp, der das Open-Air Festival seit 16 Jahren organisiert. „Das Konzert mit Querbeat ist schon ausverkauft, aber auch bei **Stefanie Heinzmann** und den Kings of Floyd gehen wir langsam auf die Zielgerade“ fügt er hinzu.



Swingkönig Götz Alsmann steht am 20.08. auf der Bühne an Schloss Rheydt (Foto: Jens Koch)

Vom 18. – 27. August stehen klangvolle Namen auf dem Programm. Swingkönig **Götz Alsmann**, **Kings of Floyd** und das große Klassik Open Air der **Niederrheinischen Sinfoniker** unterstreichen die musikalische Bandbreite der SommerMusik. Aus Berlin reisen **The BASEBALLS** an und die legendären **SÖHNE MANNHEIMS** kommen mit ihrem brandneuen Album. Die Söhne haben sich musikalisch wie personell neuformiert. Sie definieren sich seit über 27 Jahren über ihren eigenen Sound, gehen volle Kraft voraus und machen das, was sie am besten können: verdammt gute Musik. Der mehrstimmige Gesang der Söhne ist manifest, harmonisch, eigen und unverwechselbar. „Riesige Vorfreude im gesamten Team der SommerMusik auf den Besuch der Söhne“ bekennt SommerMusik-Chef Günter vom Dorp.

Sport und Live-Konzerte – Volles Programm im August in Mönchengladbach

Viele Musikfans reisen aus ganz Deutschland und dem benachbarten Ausland zur SommerMusik an. Da in diesem Jahr zeitgleich auch die Hockey-EM in Mönchengladbach stattfindet, können die Besucher der Spiele am Abend tolle Open-Air-Konzerte mit internationalen Stars im Schloss Rheydt erleben. So wird die SommerMusik auch touristisch zum Magnet für Szenefans. Es scheint, dass nach schwierigen Jahren ganz viele Menschen die besondere Festival-Atmosphäre im Rheydter Schloss endlich wieder genießen möchten. Wer im August bei der SommerMusik dabei sein möchte, sollte sich aber beeilen.

Tickets gibt es an vielen Vorverkaufsstellen und online unter [voilakonzerte.de](https://voilakonzerte.de)



Die Karten für Stefanie Heinzmanns Konzert am 27.08. sind bereits kapp (Foto: Maximilian König)

DEIN KONZERTSSOMMER 2023

SOMMERMUSIK  
SCHLOSS RHEYDT

OPEN AIR MIT FLAIR



18.08.23 | SCHLOSS RHEYDT



19.08.23 | SCHLOSS RHEYDT



20.08.23 | SCHLOSS RHEYDT



23.08.2023 | SCHLOSS RHEYDT



24.08.23 | SCHLOSS RHEYDT



26.08.23 | SCHLOSS RHEYDT



25.08.2023 | SCHLOSS RHEYDT



27.08.2023 | SCHLOSS RHEYDT

VOILA KONZERTE.DE



## FLACHSMARKT 2023 RUND UM BURG LINN IN KREFELD



Foto: Veranstalter



Foto: Joerg Hoelzer

Zu Pfingsten präsentieren wieder traditionelle Handwerker, wie auch moderne Kunsthandwerker ihr Geschick rund um die schöne Wasserburg Linn. Etwa zwanzig Handwerker werden in diesem Jahr erstmals dabei sein und zusammen mit den

Handwerkern, die schon viele Jahre kommen tolle Dinge aus Materialien wie Metall, Holz, Leder, Papier, Glas, Wolle oder Ton erschaffen. Außergewöhnliche, kuriose oder individuelle Kunstobjekte, schlichte und schicke Alltagsgegenstände bei deren Entstehung Sie zuschauen und die Sie zur eigenen Freude oder als Geschenk erwerben können.

### Tradition hat das Mitmachen:

Viele Handwerker laden die Kinder, aber auch die Erwachsenen beispielsweise zum Drechseln, Filzen, Töpfern, Schmieden oder Seife sieden ein. Große Ritterspiele, Gaukler, Musikanten, eine Falknerei sowie viele kulinarische Köstlichkeiten ergänzen das Programm und machen den Flachsmarkt zu einer spannenden Tagestour für die ganze Familie.

Auch in diesem Jahr können Sie wieder Ihre Eintrittskarte bequem für die Anreise mit Bus und Bahn und den Weg zurück nutzen. Die Karte gilt als Ticket für die öffentlichen Verkehrsmittel im VRR (2. Klasse) Preisstufe B, bezogen auf das Tarifgebiet Krefeld.

**Pfingstsamstag ist Familientag.** Alle Kinder unter 16 Jahren haben freien Eintritt! 10,-€ für Erwachsene (ab 16 Jahren), 3,-€ für Kinder (ab 6 Jahren am Sonntag und Montag). Karten für starpac Kunden im VVK bei der SSK MG.

27. Mai – 29. Mai 2023, Sa. u. So. 10 Uhr – 19 Uhr, Mo. 10 Uhr – 18 Uhr

Rund um Burg Linn, Rheinbabenstr., 47809 Krefeld  
[www.flachsmarkt.de](http://www.flachsmarkt.de)

**Wir verlosen** 3 x 2 Eintrittskarten zum Flachsmarkt Burg Linn, für einen Veranstaltungstag nach Wahl.

Teilnehmen können Sie über den Gewinnspielbereich auf unserer Webseite [www.hindenburger.de](http://www.hindenburger.de), wo Sie auch weitere Informationen sowie die Teilnahmebedingungen finden oder Sie schicken uns eine Postkarte mit dem Stichwort „Flachsmarkt“ an unsere Redaktionsadresse (siehe Impressum S. 35)

Teilnahmeschluss ist der 17.05.2023, 23:59 Uhr. Teilnahme ab 18 Jahre. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Ziehung und Benachrichtigung der Gewinner erfolgt am 18.05.2023

Teilnahmeschluss ist der 17.05.2023, 23:59 Uhr. Teilnahme ab 18 Jahre. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Ziehung und Benachrichtigung der Gewinner erfolgt am 18.05.2023

## KONZERT, KIRMES UND KUNSTHANDWERK 43. PFINGSTFEST IN DER BURGGENEINDE BRÜGGEN



Fotos: Einar Storch

**Vom 26. bis zum 29. Mai 2023 darf auf dem 43. Pfingstfest in der Brügger Fußgängerzone wieder gefeiert und gestöbert werden.**

Traditionell beginnt das Pfingstfest am Freitagabend um 19 Uhr mit dem Fassanstich durch den Bürgermeister der Burggemeinde Brügggen. Anschließend startet „DJ Wombel“ mit „Summer Night Vibes“ in das Wochenende. Am gesamten Wochenende erwartet Sie auf dem Kreuzherrenplatz ein unterhaltsames Programm auf der NEW-Bühne.

Ein besonderes Highlight startet am Sonntagnachmittag um 16 Uhr mit „Brügggen tanzt“. In Kooperation mit der **Tanzschule „Happy Dance“** darf nach Herzenslust getanzt werden. Wer nicht selbst sein Tanzbein schwingen möchte, dem bieten die unterschiedlichen Tanzshoweinlagen, von der Line Dance Gruppe bis zur Discofox-Formation „Flashlights“- den 7-fachen deutschen Meistern-, beste Unterhaltung. Für Partystimmung pur sorgt „Kings For A Day“ und es kann ausgelassen weitergetanzt werden.

Am Montagvormittag übernimmt der Nachwuchs die Bühne. Musikalische Talente der lokalen Musikschulen zeigen von Gesang bis Percussion ihr Können. Danach lässt die Country-Rock-Band „Breezewood“ aus Köln das Fest stimmungsvoll ausklingen.

Nicht nur musikalisch hat das Pfingstfest eine Menge zu bieten, denn **über 60 Händler in der Fußgängerzone und Kunsthandwerker rund um die Burg** bieten ab Samstag, 26.05.2023, 11 Uhr, unterschiedlichste Waren an. Von der Gewürzmischung bis zum liebevoll hergestellten Schmuckstück ist für jeden Geschmack etwas Schönes dabei. Frische Zuckerwatte, gebrannte Mandeln und Co. haben die zahlreichen Imbissstände im Angebot. Und bei einer Fahrt mit dem „Hawaii Swing“, dem „Playball“ oder dem Autoscooter kommen auch die Kirrimesfans voll auf Ihre Kosten.

Endlich heißt es wieder „**Bewusst Brügggen**“ erleben, denn in der Burggemeinde ist immer etwas los.

### Bühnenprogramm:

#### Freitag 26.05.2023:

18:30 Uhr DJ Wombel  
19:00 Uhr Fassanstich

#### Samstag 27.05.2023:

19:00 Uhr Paintings on Concrete  
21:30 Uhr Doctor Bob

#### Sonntag 28.05.2023:

16:00 Uhr „Brügggen tanzt“ mit der Tanzschule „Happy Dance“  
21:30 Uhr Kings For A Day

#### Montag 29.05.2023:

11:00 Uhr Lokale Musikschulen  
15:00 Uhr Breezewood



## FESTSPIELE SCHLOSS NEERSEN 2023

### „VER-RÜCKTE WELT“



Festspielintendant  
Jan Bodinus

Die Welt scheint ein wenig „verrückt“, dennoch dürfen wir neben aller Bedenken auch mit großer Zuversicht in die Zukunft blicken. Das tun wir in unserem geliebten Festspieltheater mit unserem bunten, interessanten und vielfältigen Spielplan.

Eine absolute Lieblingsfigur aller Kinder über Jahrzehnte hinweg kommt endlich auf unsere Bühne. „Die Biene Maja“ wird Jung und Alt mit auf eine Abenteuerreise durch ihre wunderbare Welt nehmen.

Kalle Pohl ist wieder zu bestaunen in „Der Geizige“ von Molière - ein Klassiker der Theaterliteratur!

„Plötzlich Shakespeare“ ist unser zweites Abendstück, eine echte Uraufführung nach dem Roman des Erfolgsautoren David Safier. Mit Ralph Morgenstern konnten wir einen prominenten, äußerst sympathischen Darsteller gewinnen, der sich auf sein erstes Engagement in Neersen freut.

Im und am Schloss Neersen freuen wir uns auf: **Poetry Slam, einen literarischen Abend, „Allein in Sauna“, „Sissi“, „Udo Jürgens - unvergessen!“, die Gartenlesung** und klassisch zum Saisonende **die Opern- und Operettengala**.

Kommen Sie mit uns auf die spannende Reise durch unsere „Ver-rückte Welt“!

Ihr Jan Bodinus (Intendant)

## WILICH SCHLOSSFESTSPIELE NEERSEN

### 21. MAI BIS 06. AUGUST 2023

### „VER-RÜCKTE WELT“

DER GEIZIGE	Komödie von Molière · mit Kalle Pohl
PLÖTZLICH SHAKESPEARE	Komödie nach dem Roman von David Safier mit Ralph Morgenstern
DIE BIENE MAJA	Nach Waldemar Bonsels · ab 3 Jahren
POETRY SLAM	Ein moderner, schneller Dichterwettbewerb
ALLEIN IN DER SAUNA	Ein kabarettistisch-komödiantisch von Frank Pinkus · mit Jan Schuba <b>AUSVERKAUFT</b>
MEIN FERNER LIEBER MENSCH	Lesung über den Briefwechsel von Olga Knipper und Anton Tschechow · mit Reinhild Köhncke, Christian Miedreich (Schauspiel) und Maren Donner (Klavier)
SISSI - KAISERIN DER HERZEN	Von und mit Chris Pichler
UDO JÜRGENS...UNVERGESSEN!	Konzert mit Alex Parker <b>AUSVERKAUFT</b>
OPERN- UND OPERETTENGALA	Mit Mitgliedern der Deutschen Oper <b>AUSVERKAUFT</b>
GARTENLESUNG	„Wo die Liebe hinfällt...“ <b>AUSVERKAUFT</b>

Infos und Reservierung unter 02156 949-132  
Online-Tickets unter [www.vibus.de](http://www.vibus.de)

[www.festspiele-neersen.de](http://www.festspiele-neersen.de)

## 43. Brüggener Pfingstfest

Straßenfest mit Tradition  
26. Mai bis 29. Mai 2023

**Bühnenprogramm**

**26.05. (Freitag)**  
19:00 Uhr: Fassanstich  
18:30 - 01:00 Uhr: DJ Wombel

**27.05. (Samstag)**  
19:00 - 20:00 Uhr: Paintings On Concrete  
21:30 - 01:00 Uhr: Dr. Bob

**28.05. (Sonntag)**  
16:00 - 21:00 Uhr: Brüggen tanzt  
21:30 - 01:00 Uhr: Kings for a day

**29.05. (Montag)**  
11:00 - 14:00 Uhr: lokale Musikschulen  
15:00 - 18:00 Uhr: Breezewood

Traditionelle Kirmes, Kram- und Handwerkermarkt tagsüber im historischen Ortskern

**BEWUSST BRÜGGEN**

Veranstalter: Burggemeinde Brüggen  
Wirtschaftsförderung: Stadtmarketing Tourismus & Kultur  
willkommen@brueggen.de

Burggemeinde Brüggen

# Flachsmarkt Burg Linn

- 300 Handwerker  
- Ritterlager  
- Falkner

[www.Flachsmarkt.de](http://www.Flachsmarkt.de)  
47809 Krefeld

## Pfingsten 2023

Sa. 27. Mai von 10 bis 19 Uhr  
So. 28. Mai von 10 bis 19 Uhr  
Mo. 29. Mai von 10 bis 18 Uhr

Eintritt inkl. VRR-KombiTicket\* **KombiTicket**  
• Erwachsene 10€  
• Kinder unter 16 Jahren 3€  
• Kinder unter 6 Jahren Eintritt frei!

\*Freie Hin- und Rückfahrt mit VRR-Verkehrsmitteln (2. Klasse) Preisstufe B, bezogen auf das Tarifgebiet Krefeld. Weitere Infos unter [www.Flachsmarkt.de/vvk](http://www.Flachsmarkt.de/vvk)

**VRR-KombiTicket**  
Kostenlos mit Bus&Bahn zum Flachsmarkt  
Samstag - Familientag  
Kinder unter 16 Jahren Eintritt frei!

ANZEIGE

## FINLANTIS- AUGUSSMEISTERSCHAFT AM 6. MAI

**Stimmungsvolle Musik, außergewöhnliche Aromen, spannende Geschichten und originelle Kostüme: Das sind die Zutaten für ganz besondere Aufguss-Zeremonien.**

Am 6. Mai von 18 bis 23 Uhr steht das Finlantis im Zeichen dieser Aufguss-Gala. Dabei werden Gäste, die sich zuvor beworben haben, gegeneinander antreten. Wer bringt die Panoramasauna am kreativsten zum Zischen? Das entscheiden die Saunabesucher an diesem Abend. In den Pausen lockt der Duft würziger Puten- und Nackensteaks und knackiger Currywurst an den Grill auf unsere Sommerterrasse. Dazu gibt es drei Salatvariationen und Baguette. Wer zwischen den Aufgüssen nicht nur seinem Gaumen etwas Gutes tun möchte, bucht eine 30-minütige Massage mit feinstem Argan-Öl für nur 32 Euro.

### FINLANTIS

Buschstr. 22 | 41334 Nettetal |  
[www.finlantis.de](http://www.finlantis.de)



## ZUM SECHSTEN MAL: „MAARKRAM“ IN GENEICKEN

Der idyllische Maarplatz in Geneicken ist am Sonntag, den 07. Mai zum nunmehr sechsten Mal Veranstaltungsort des von der Bürgerinitiative Geneicken (BIG) organisierten „Maarkram“ Ein Kram- und Flohmarkt, wie man ihn sich wünscht, zum stöbern staunen und gänzlich ohne professionelle Händler und Neuware.

„Maarkram“ heißt richtig trödeln, d.h. hier kann man Kram, Schätzchen und Raritäten aus Keller oder Speicher an interessierte Mitmenschen verkaufen oder selber fündig werden.

### „Maarkram“

Sonntag, 07.05.2023, 11:00 - 16:00 Uhr, Unter den Platanen des Maarplatzes in Mönchengladbach-Geneicken



Foto: Veranstalter

## LALELU - „UNPLUGGED“ LIVE IM TIG



Foto: Mathias Knoppe

Vier Barhocker, vier Mikrofone, vier Stimmen. Nach dem furiosen Erfolg in der Elbphilharmonie gehen LaLeLu mit ihrem Programm „unplugged“ auf Deutschlandtour und kommen im Mai auch nach Mönchengladbach.

„Wir wollten unseren Fans und auch uns selbst den langjährigen Wunsch nach einem Abend zum Zuhören und Genießen erfüllen und haben ein Konzert voller Energie und ungeheurem Spaß kreiert.“, so die Künstler im Gespräch.

Die Hamburger Vollblut Musiker haben ein verblüffend anderes Programm zusammengestellt voller mitreißender neuer Songs und grandioser

Jazz-, Oper- und Schlagertitel aus 25 Jahren Bandgeschichte. Das Ergebnis: Ein Abend, der von der Leidenschaft für A cappella lebt und zugleich großartiges Entertainment ist.

Jeden Abend Standing Ovationen, Fans Tränen in den Augen vor Lachen und vor Bewegtheit: LaLeLu unplugged, das Elbphilharmonie-Programm, begeistert eingefleischte LaLeLu Fans genauso, wie jene, die noch nie in einem Konzert der A Cappella Fab 4 gewesen sind. Lassen Sie sich überraschen!

Mit dem Special „unplugged - Musik pur“ gastieren LaLeLu am 6. Mai im Mönchengladbacher TiG - Theater im Gründungshaus.

LaLeLu - „unplugged“  
Samstag, 06.05.2023, 20:00 Uhr  
TiG - Theater im Gründungshaus  
Eickener Str. 88 | 41061 Mönchengladbach

### Tickets:

VVK 27,90€, erm.: 25,70 € inkl. MwSt. u. Gebühren  
unter [www.westticket.de](http://www.westticket.de), [www.eventim.de](http://www.eventim.de) und  
Tel.: 02161 . 621 07 81 oder 0211 . 27 40 00



**BRÜCKENKOPF-PARK**  
Jülich gGmbH

**Rurauenstraße 11 \* 52428 Jülich**  
[www.brueckenkopf-park.de](http://www.brueckenkopf-park.de)

**Pfingsten im Park**  
**Epochenfest**  
**28./29. Mai 2023**

jeweils von 10 bis 19 Uhr \* am Lindenrondell





# STAND UP PADDLING IST ENTSPANNUNG UND MACHT DEN KOPF FREI

Foto: Lars Thierling

**Stand-Up-Paddling (SUP) ist eine immer beliebter werdende Sportart, die sowohl in vielen heimischen Gewässern und im Urlaub ausgeübt werden kann. Mit einem SUP Board und einem Paddel ausgestattet, gleitet man durch das Wasser und kann dabei die Schönheit der Natur genießen. Die Sportart stammt ursprünglich aus Hawaii und hat mittlerweile weltweit viele Fans gefunden. Es ist eine großartige Möglichkeit, sich auf dem Wasser zu bewegen und gleichzeitig die Natur zu genießen, während man auch noch an seiner Fitness arbeitet und dabei Stress abbaut.**

Lars Thierling von Paddeln macht Spass ist ein zertifizierter Instructor, der die Faszination von Stand-Up-Paddling im gesamten Umfang versteht. Mit seiner Hilfe können Sie schnell und sicher die Grundlagen dieser Freizeitbeschäftigung erlernen und ihre Fähigkeiten verbessern. Lars legt großen Wert darauf, dass die Teilnehmer in den Einsteigerkursen die Grundlagen erlernen, um sicher auf dem Wasser und auch in der Natur unterwegs zu sein. Als erfahrener Paddler hat er bereits mehrere tausend Menschen jeglichen Alters aufs Wasser gebracht. „Stand Up Paddling in keine Sache des Alters, der Größe oder des Gewichts. SUP ist vielmehr eine Lebenseinstellung, denn SUPen kann fast jeder“, so Lars.

Stand-Up-Paddling ist ebenfalls eine hervorragende Möglichkeit, um sich mit Freunden oder der Familie zu bewegen und gemeinsamen Spaß zu haben. Sie können zusammen auf dem Wasser paddeln, einander unterstützen und neue Fähigkeiten entwickeln. Es ist auch eine großartige Aktivität für Gruppen und Unternehmen, um den Zusammenhalt und die Zusammenarbeit zu fördern.

Egal ob als Einzelperson oder in einer Gruppe, Sie werden die Natur und die Entspannung auf dem Wasser genießen.

Der Hariksee dient Lars Thierling als Basis für seine Kurse. Seine Infrastruktur am „SUP Point Hariksee“ eignet sich perfekt zum sicheren Erlernen des Stand-Up-Paddlings. Das ruhige Wasser des Sees

bietet Anfängern die Möglichkeit, sich sicher an die Technik zu gewöhnen und ihre Fähigkeiten schnell zu verbessern.

Wer sich entspannen und den Stress des Alltags hinter sich zu lassen möchten, ist beim Stand-Up-Paddling perfekt aufgehoben. Das Gefühl, auf dem Wasser zu sein und die Natur um sich herum zu spüren, hat eine beruhigende Wirkung auf Körper und Geist. Das rhythmische Paddeln auf dem Wasser kann auch meditativ wirken und Ihnen helfen, Ihren Geist zu beruhigen und abzuschalten.

Wer nun neugierig geworden ist, meldet sich am besten direkt bei Lars Thierling, um einen Kurs für sich, seine Familie oder Freunde zu buchen.

Im beruflichen Kontext spielt Stand-Up-Paddling beim Teambuilding, Schulung von Führungskräften oder als Ausgleichsangebot in Bereichen der innerbetrieblichen Arbeitssicherheit eine Rolle. Es kann übrigens auch zur Maßnahmenableitung bei betrieblichen psychischen Belastungen eingesetzt werden.

**Individuelle Terminabsprachen:**  
+49 172 20 51 909

**Aktuelle Termine unter:**  
<https://paddeln-macht-spass.de/kurse/>

Facebook: paddelnmachtspass  
Instagram: paddelnmachtspass

Am schönen Hariksee führt Instructor Lars Thierling seine Kurse durch.

**paddeln**  
macht spass



Foto: Jens Engel

Bevor es aufs Board geht, erklärt Lars Thierling erst einmal Theorie und Grundlagen



Foto: Lars Thierling

Ins Wasserfallen passiert, das wieder aufs Board kommen gehört zur Ausbildung.



Foto: Jens Engel

SUPen ist auch in Städten möglich, wie hier bei einer geführten Tour in Utrecht.

# DIE REDAKTIONSBAR

Neben Produktempfehlungen rund um das Thema Genuss, Kulinarik und Hausbar versorgen wir Sie in dieser Rubrik mit interessanten Branchenneuigkeiten, Fachwissen, spannenden Rezepten und - jetzt, da Veranstaltungen wieder problemlos möglich sind - aktuellen Genussternen. Selbstverständlich sind unsere lokalen Anbieter von Genussprodukten, wie schon in den letzten Jahren, herzlich eingeladen, uns kostenlos ein Produkt ihrer Wahl zur Vorstellung in dieser Rubrik zuzusenden. **Kontakt:** [redaktion@hindenburger.de](mailto:redaktion@hindenburger.de)

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

## GenussTermine

MESSEN, TASTINGS & CO.

05.05.-06.05.2023

### Rhein Gin Festival 2023

Zeughaus Neuss

<https://www.rheinginfestival.de>

12.05. und 26.05.2023

### Biertasting im Bunker Güdderath

Bunker Güdderath

<https://hopfenmaedchen.com/tastings-bier-im-bunker/>

13.05.2023

### Cocktail Kurs im Eventloft

Kult + Genuss

<https://www.kultundgenuss.de>

17.05.2023

### Rum und Schokoladentasting

La Casa del Tabacco

<https://www.lacasadetabaco.de>

27.05.2023

### Whisky Tasting

La petite Cave

<https://la-petite-cave.de>

02.06.2023

### Kochkurs „Mamma Mia“ - Italienische Küche

Kult + Genuss

<https://www.kultundgenuss.de>

07.06.2023

### Wolfburn Festival - 10 Jahre Wolfburn Whisky

Kult + Genuss

<https://www.kultundgenuss.de>

08.07. - 09.07.2023

### German Rum Festival

Station Berlin

<https://rumfest-berlin.com/>

14.07. - 15.07.2023

### Gourmet Festival Mönchengladbach

Hindenburgstraße / Sonnenhausplatz

<https://gourmetfestivals.de>

## BIG KAHUNA GIN PINEAPPLE

Für den Big Kahuna Gin ist Ananas mehr als nur eine Frucht, sie ist die wichtigste Zutat, neben Lavendel, Koriander, Aprikose, Orange und natürlich Wacholder. Das macht den vom Hawaiianischen Aloha-Spirit inspirierten Gin zu etwas besonderem. Benannt ist der Gin übrigens nach dem legendären Surfer Duke Kanahamoku aka Big Kahuna, dessen Element, das Wasser der Ozeane, die Hersteller mit 1€ pro verkaufter Flasche für Schutzprojekte unterstützen. Neben dem 40% Gin gibt es den Big Kahuna auch als alkoholfreies 0.0% Produkt.



Big Kahuna Gin, 40% vol.  
Flasche 0,7 L, UVP 32,90 € (47€/L)

## KIMERUD BOTANISK GIN

Der komplexe und intensive Kräutergeschmack des aus Norwegen stammenden Kimerud Botanisk Gins ergibt sich u.a. aus Thymian, Basilikum, Oregano, Wermutkraut und 5 verschiedenen Arten von Minze. Insgesamt sind es 28 sorgfältig ausgewählte mediterrane und skandinavische Kräuter, ein Großteil sogar aus dem haus-eigenen Kräutergarten der Distille, die das Geschmacksprofil dieses London Dry Gins bilden. Entwickelt wurde das Rezept von Master Distiller Ståle Håvaldsen Johnsen, der 2006 die familiengeführte Brennerei auf dem Hof Kimerud in Lier, westlich von Oslo, gründete.



Kimerud Botanisk Gin, 42,2% vol.  
Flasche 0,7 L, UVP 32,90 € (47€/L)

# NO-ABV ALKOHOLFREI

## WINDSPIEL ALKOHOLFREI

Der alkoholfreie Verwandte des deutschen Premiumgins aus der Vulkaneifel verzichtet nicht nur auf Promille, sondern ist zudem auch zuckerfrei und vegan. Die verwendeten Botanicals, darunter Nelken, Piment, Zitrus und Wacholderbeeren, werden nach einem Geheimrezept mazeriert und destilliert. Das Endprodukt ist auch für Gin-Genießer eine echte Alternative.



Windspiel alkoholfrei  
Flasche 0,5 L, UVP 24,99 € (49,98€/L)

## TONKA ALKOHOLFREI

Ebenso wie beim alkoholhaltigen Original, ist auch beim alkoholfreien Pendant die Tonkabohne für den aromatischen Geschmack verantwortlich. Ergänzt durch über 20 hochwertige Botanicals, wird daraus ein Produkt, das sich optimal als Basis für die verschiedensten alkoholfreien Cocktails und Longdrinks eignet.

Tonka alkoholfrei  
Flasche 0,5 L, UVP 24,90 € (49,90€/L)

## LYRE'S AMARETTI ALKOHOLFREI

Der britische Hersteller Zero Proof UK Ltd. vertreibt unter dem Markennamen Lyre's eine Vielzahl alkoholfreier Alternativen zu diversen Spirituosen. Sei es Gin, amerikanischer Bourbon, italienischer Aperitif, Rum oder wie hier mit Lyre's Amaretti ein alkoholfreier Amaretto, der dem Original tatsächlich ziemlich nahe kommt.



Lyre's Amaretti  
Flasche 0,7 L, UVP 28,37 € (40,53€/L)



## SCHNIPPELDISKO AUF DEM WOCHENMARKT RHEYDT



Nach der Premiere im vergangenen Jahr wird es im Mai wieder eine Schnippeldisko auf dem Rheydter Wochenmarkt geben. Mönchengladbach feiert dann den World Disco Soup Day. Schon

seit 2017 macht Ende April das internationale Slow Food Youth Netzwerk weltweit kochend und tanzend auf das Problem der Lebensmittelverschwendung aufmerksam. Mit nur einer Woche Verspätung heißt es auch in Rheydt am 6. Mai von 11 Uhr bis 15 Uhr wieder „Topf, Tanz, Talk“.

Die lokale Slow Food Gruppe bekommt mit dem Ernährungsrat Mönchengladbach (ERMö) viel Unterstützung von der kommunalen Stabsstelle Stadtteilkoordination und den städtischen Marktmeistern, der Initiative „Rheydt lebt!“ mit dem Quartiersbüro (SKM) und der PariSozial gGmbH.

Das gerettete Gemüse und das Brot vom Vortag kommt wieder von den Marktbeschickern. Frisch gekocht wird in der Marktküche von Hussjemaat.

Etwa 350 Portionen frische Gemüsesuppe werden mittags bis auf den letzten Löffel frei ausgegeben. Reste fair-teilt wenn was übrig bleibt Foodsharing Mönchengladbach. Um 13 Uhr talkt Slow Food Youth Deutschland mit Dr. Miriam Sari, Professorin am Fachbereich Oecotrophologie der Hochschule Niederrhein, und dem ERMö über die Herausforderung, gute, saubere und faire Ernährung für alle nachhaltig zu sichern.

Neben dem geselligen Spaß für Jung und Alt am Schnippeln für den öffentlichen Suppengenuss und vielen Informationen zum Thema Ernährung (auch zum neuen „Kürbisheim“ an der Marktstraße) bringt Kultur Art Rheydt e.V. (KARhe) als musikalische Krönung das Gladbacher DJ-Kollektiv ShmitzKatze auf den Markt, das die Tanzfläche zwischen den Schnippel-Tischen bespielen wird. Natürlich ist auch wieder ein Spülmobil mit Mehrweggeschirr im Einsatz und gutes öffentliches Trinkwasser wird in nagelneuen „Markt Rheydt“-Bechern kostenlos ausgeteilt.

Quelle: Stadt MG

## Lesestoff

### GENÜSSLICHE FACHLITERATUR



Berliner Brandstifter, die Marke, die für in Berlin hergestellte Premium Spirituosen steht, hat im Februar eine Neuauflage ihres beliebten Rezeptbuchs auf den Markt gebracht. Hier treffen raffinierte Rezepte auf geschmackvolle Drink-Ideen zu den verschiede-

nen Brandstifter Dry Gins, dem Vodka, Premium Kornbrand und den gelagerten Spirituosen.

Die weltweit ausgezeichneten Spirituosen von Berliner Brandstifter werden in Rezepten wie „Der goldene Schuss“ von Hoffmann Wandt aus dem Fame Kater Blau in Berlin oder „The Last Song“ von Claire Rudolff aus dem 4 Jahreszeiten Nikkei Nine in Hamburg, neu interpretiert. Jede Spirituose kommt dabei auf ihre eigene Art zur Geltung. Die Rezepte reichen von einfach bis anspruchsvoll, denn in diesem Buch ist für jede Gelegenheit der passende Drink enthalten.

Was das Buch und die darin enthaltenen Rezepte auszeichnet ist, dass sie von einem Mix aus Barkeepern aus den renommiertesten Gastronomien Deutschlands stammen, zusammen mit Mixologen aus Bars, die als „Underground“ oder „Geheimtipp“ gelten.

Alle Barkeeper gehören zur Avantgarde ihres Fachs und sind für ihre spannenden Kreationen bekannt. Die Rezepte wurden, schon wie bei der ersten Ausgabe des Brandstifter Rezeptbuches, gezeichnet vom Illustrator Anselm Magnus Hirschhäuser. Der Künstler ist unter anderem bekannt für seine einzigartigen Zeichnungen der Szenen des Nachtlebens. Momentaufnahmen und Beobachtungen der besonderen Art.

Die 45 Rezepte aus „DRINKS – geschüttelt und gerührt“ laden dazu ein, Geschmack und Bar-kultur zu zelebrieren. Neben den Mixologen aus der ersten Ausgabe geht der besondere Dank für diese Neuauflage an:

Riffat Khan, Occhio D'or, Frankfurt am Main  
Ardian Maksuti, Lupin Bar, Düsseldorf  
Hoffmann Wandt, Fame Kater Blau, Berlin  
Jan Metzger, Radisson Collection, Berlin  
Nico Zillmann, Lost My Voice, Berlin

#### DRINKS - geschüttelt und gerührt

ISBN: 978-3-03902-152-9 | 111 Seiten | 17,90 €  
Limitierte Auflage: 2.000 Exemplare

Seit Februar 2023 bei ausgewählten Fachhändlern und im Berliner Brandstifter Onlineshop erhältlich:

<https://berlinerbrandstifter.com/produkt/rezeptbuch>



## GenussShopping

### DIE BESTEN ADRESSEN VON A-Z

#### ARISTA Kaffeerösterei und Feinkost

Albertusstraße 6 | 41061 MG

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

#### Eskaro Kaffee

Broicher Str. 13 (Werksverkauf) | 41179 MG

[www.eskaro.de](http://www.eskaro.de)

#### etepeteete

Hauptstr. 20 | 41236 MG

[www.etepeteete.de](http://www.etepeteete.de)

#### Jacques Weindepot MG-Mitte

Am Kämpchen 9-13 | 41061 MG

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

#### Jacques Weindepot MG-Neuwerk

Krefelder Str. 485-487 | 41066 MG

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

#### KULT & GENUSS

Wilhelm-Strauß-Str. 65 41236 MG

[www.kultundgenuss.de](http://www.kultundgenuss.de)

#### La Casa del Tabaco

Rheydter Str. 2 | 41065 MG

[www.lacasadetabaco.de](http://www.lacasadetabaco.de)

#### La Cava - Wein, Spirituosen, Feinkost

Hauptstraße 135 | 41747 VIE

[www.lacava-weinhande.de](http://www.lacava-weinhande.de)

#### La Tienda Weine und Feinkost

Urfstr. 99 | 41239 MG

[www.la-tienda.de](http://www.la-tienda.de)

#### Leonhard Redle Weine & Spirituosen

Berliner Platz 1 | 41061 MG

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

#### Olive & more - Feines aus Kreta

Sophienstraße 25b | 41065 MG

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

#### Unsere Schnapsidee

Steinstraße 10 | 41352 Korschenbroich

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

#### Vinothek Hesker

Herrenshoffer Str. 60 | 41352 Korschenbroich

[www.wine-online.de](http://www.wine-online.de)

#### Weinhaus Menrath

Hubertusplatz 4 | 47877 Willich-Schiefbahn

<https://vinothek-hesker.de>

Adresse fehlt?

Senden Sie uns gerne eine E-Mail an:

[redaktion@hindenburger.de](mailto:redaktion@hindenburger.de)



Biersommelière Gracia Sacher

Gracias Bierliebe

# Hallo Mai - Endlich wieder Biergartenzeit!

Text + Fotos: Gracia Sacher

Zugegeben, ein Foto eines typischen Biergartens wäre jetzt irgendwie passender gewesen. Habe ich sicherlich auch irgendwo in meinem Foto-Repertoire. Wäre aber irgendwie auch zu offensichtlich.

Und weil ich Biergärten in erster Linie mit Weizenbier verbinde, müsst ihr eben mit mir vorliebnehmen. Zudem möchte ich euch natürlich auch ans Herz legen, auch den eigenen Garten zum Biergenießen zu nutzen. Ob stilechte Biergarten-Garnitur oder gemütliche Lounge ist da erstmal zweitrangig. Hauptsache ein Bier, das schmeckt, Gemütlichkeit und die Liebsten um sich herum.

Apropos typisch - was ist für euch eigentlich „typisch Biergarten“? Na klar, frische Luft und frisches Bier. Sonniges Wetter mit schattigen Plätzchen und der ein oder andere Snack dazu. Vor allem in Oberbayern rund um München sowie in Franken ist es in vielen Biergärten gestattet, seine eigene Brotzeit mitzubringen - die Getränke werden selbstredend vor Ort gekauft. So findet ihr dort häufig Bereiche, in denen es keine Bedienung am Tisch gibt; das Bierchen bekommt ihr dann an einer Theke. Wer lieber auf die dortige Verpflegung setzt, bekommt die gute alte Vesperplatte, Brezeln, Wurstsalat und Co.

Ebenfalls typisch: Kastanienbäume (für die Bepflanzung im eigenen Biergarten würde ich Hopfenpflanzen empfehlen, dauert nicht ganz so lang...). Ist euch sicherlich auch schonmal

aufgefallen, dass es insbesondere diese Baumart ist, welche in Biergärten einen wohltuenden Schatten wirft, oder? Sieht wundervoll aus, yes. Hat aber auch noch einen bestimmten Grund.

Kastanien zählen zu den Flachwurzlern; ihre Wurzeln reichen also nicht besonders tief. Diesen Fakt machte man sich früher zunutze, als man nach Möglichkeiten suchte, die darunterliegenden Räumlichkeiten möglichst kühl zu halten. Denn: Biergärten werden auch als Bierkeller bezeichnet, zumindest wenn ihr im Süden Deutschlands unterwegs seid, habt ihr das bestimmt schon mal bemerkt. Dort geht man dann eben auf den Keller, anstatt in den Biergarten. Warum ist das so?

Bier durfte mancherorts bis ins späte 19. Jahrhundert hinein nicht im Sommer gebraut werden, zu groß war die Gefahr, dass das Bier schlecht wurde und die, dass die Hütten durch das zum Kochen verwendete Feuer in der sommerlichen Hitze zu brennen anfangen.

Letzter erlaubter Brautag war der 23. April. Um auch während der warmen Jahreszeit mit kühlem Bier versorgt zu werden, musste dieses über Monate hinweg möglichst kalt

gelagert werden. Diese Lagerung erfolgte in tiefen Kellern unter den Brauereien, den Bierkellern. Für eine konstante Temperatur kühlte man die Fässer mit dicken Eisblöcken aus zugefrorenen Seen - eine Mordsarbeit, die Teile im Winter dort runterzutragen! Und zusätzlich wurde über der Erde eben mit Kastanienbäumen (deren Wurzeln die darunterliegenden Kellergewölbe nicht zerstören konnten) und mit Kies gekühlt.

Wenn ihr also demnächst in einem Biergarten unter einem Kastanienbaum sitzt, wisst ihr Bescheid. Und notfalls tut es natürlich der eigene Biergarten oder sogar Balkonien. Es gibt einfach nichts Schöneres, als in der Sonne ein Bierchen zu genießen. Wer ist dabei?



*Cheers,  
Gracia*

Gracias Bierblog  
„Bierliebe und moodpairing“ auf  
[www.hopfenmaedchen.com](http://www.hopfenmaedchen.com)





## DER HINDENBURGER ZU TISCH IM...

# andras

Redaktion + Fotos: Marc Thiele

Nach dem für viele überraschenden Aus der beliebten „Trattoria Stefano“ vor ein paar Jahren und dem ebenfalls recht plötzlichen Ende des Nachfolgers „PAVITO“, versucht nun seit November 2022 Gastronom Andreas Anastasiadis mit seinem griechisch-mediterranen Restaurant „andras“ die eigentlich ideal gelegene Location im Eickener Quartier B. Kühlen kulinarisch zu bespielen. An potentiellen Gästen sollte es nicht mangeln, ist man dort doch quasi von der gastroaffinen Zielgruppe umzingelt. Aber wie sieht es mit dem Angebot und dem in Mönchengladbacher wichtigen Preis-Leistungsverhältnis aus?

Unser erster Besuch war Mitte März, sehr spontan auf der Suche nach einer in Redaktionsnähe gelegenen Möglichkeit für ein Abendessen. Tatsächlich kam nach einigen Überlegungen irgendwann die Frage: „Was ist denn mit dem neuen Restaurant im Quartier Kühlen, Andras oder so?“ Das „andras“, so der richtige Name, hatte tatsächlich erst einmal keiner von uns auf dem Schirm, denn seit der Neueröffnung im November, hatte im Team niemand auch nur den kleinsten Pieps darüber gehört. Ungewöhnlich bei unserer Frequenz des „Essen gehens“, aber ein Grund mehr, dort mal vorbei zu schauen und wir waren schon ein wenig überrascht, ein fast ausgebuchtes Restaurant vorzufinden. Wie gut, dass wir reserviert hatten. Überall saßen uns bekannte Gesichter aus dem Gründerzeitviertel und hatten - wenn man nach der an den Tischen herrschenden Stimmung ging - einen hervorragenden Abend, was uns auch die kurzen Begrüßungsgespräche bestätigten. Schon einmal ein Punkt für die neuen Gastgeber im Quartier.

Nachdem wir sehr freundlich begrüßt wurden, führte man uns an unseren Tisch, servierte schnell das bestellte Wasser, präsentierte uns die Speise- und Weinkarte und erklärte uns die Wochenangebote, die auf einer gesonderten Tafel standen. Neben diversen Tapas (einzeln als Vorspeisen oder in Kombination auch als Hauptgerichte geeignet, 6,90€ - 14€) gab es an die 20 Hauptgerichte, Fleisch, Fisch, Pasta und Salate (14€ - 32,50€), sowie drei Desserts (alle um die 7€). Auch die Weinkarte war mit 28 Produkten, aus Deutschland, Frankreich, Italien, Spanien und Griechenland, teilweise offen, teilweise nur als Flasche erhältlich, breit aufgestellt. Unsere Wahl fiel auf einen trockenen, von vielfältigen Fruchtaromen geprägten 2021er Johanninger Grauburgunder (24€, 0,75l), der auch sehr schnell serviert wurde. Bei den Speisen entschieden wir uns für Dreierlei Bruschetta (6,90€), Zucchini-puffer (8,90€) und Baby-Calamari (11€) als Vor-



speisen, gefolgt von Entenbrust auf Apfelrotkohl (24€), Grain Fed Rumpsteak (26€), rosa Lammfilet auf Thymiansoße (28€) und Loup de Mer vom Grill (24€). Natürlich war auch für das Dessert noch Platz und so beendeten die Crème Brûlée (6,90€) und katalanischer Mandelkuchen (7€) das abendliche Schlemmen.

### Unser Fazit:

Das „andras“ ist ein würdiger Nachfolger der beliebten Trattoria Stefano und eine Bereicherung für das kulinarische Angebot in der Stadt. Der Service ist sehr freundlich und aufmerksam, ohne aufdringlich zu sein. Die Speise- und Weinkarte bieten eine abwechslungsreiche Auswahl. Lediglich Veganer kommen bei den Gerichten deutlich zu kurz. Was das Preis-Leistungsverhältnis angeht, ist es immer schwer, die Preisgestaltung der Gastronomen einzuschätzen, ohne die Kalkulation zu kennen, aber tatsächlich waren uns die Portionen für den aufgerufenen Preis teilweise zu klein. Nichts desto trotz war der Abend in einer sehr gastfreundlichen Atmosphäre rundum stimmig und gelungen und das „andras“ ist für uns eine eindeutige Empfehlung.

### andras

Neuhofstraße 50 (Quartier B. Kühlen)  
41061 Mönchengladbach  
[www.andras-mg.de](http://www.andras-mg.de)



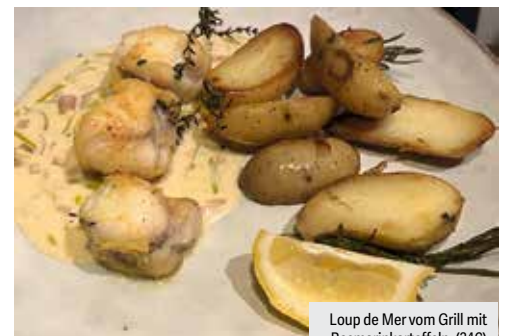
Katalanischer Mandelkuchen (7€)



Das Restaurant „andras“ im Eickener Quartier B. Kühlen



Rosa Lammfilet auf Thymiansoße mit Kartoffelgratin (28€)



Loup de Mer vom Grill mit Rosmarinkartoffeln (24€)



Entenbrust auf Apfelrotkohl, mit Kartoffelgratin (24€)



HERZLICH  WILLKOMMEN

**BURG WEGBERG**  
Hotel & Gastronomie

*Ihre TRAUMHOCHZEIT  
liegt uns am Herzen!*

Planen Sie mit uns  
Ihr Fest  
bis ins kleinste Detail.

Wir betreuen Sie vom Beginn  
der Planung an  
bis hin zum Frühstück  
am Morgen danach.

Kompetent - erfahren - liebevoll

Buchen Sie unsere  
geschmackvollen Räumlichkeiten  
mitsamt Catering und Service  
für Gesellschaften  
von 20 - 120 Personen

BURG WEGBERG HOTEL & EVENTLOCATION  
BURGSTRASSE 8, 41844 WEGBERG  
TEL: 02434-98 22-0 / MAIL@BURG-WEGBERG.DE

NEUSTART MIT MUSIKALISCHEN HIGHLIGHTS

## BIERGARTEN HAUS ERHOLUNG ÖFFNET WIEDER



Foto: © Marc Thiele

**Am 12. Mai ist es soweit - unter neuer Leitung eröffnet der Biergarten Haus Erholung wieder seine Pforten und startet in die neue Saison.**

Es ist viel Arbeit und quasi ein Neustart bei Null, denn fast alles, was für einen gastronomischen Betrieb benötigt wird, wie etwa die Möblierung, aber auch die Küchenausstattung, musste die neue Biergartenwirtin Tanja Wallenfang erst wieder anschaffen. Aber Hauptsache ist, der schönste Biergarten der Stadt kann pünktlich in die neue Saison starten.

Bleibt zu hoffen, dass Mitte Mai das Wetter mitspielt, denn die Planungen für das Wiedereröffnungswochenende lassen großes für die Saison hoffen. Zwei in Mönchengladbach sehr bekannte DJs sind gebucht und werden - so wie man diese kennt - mit ihren Beats für eine angenehme musikalische Bierbegleitung und tolle Stimmung bei den Gästen sorgen.

Die **Eröffnung am Freitag, den 12. Mai** wird mit **DJ Dennis Rixen** (Goldtunes) ein nicht mehr so oft in Mönchengladbach auflegender Hochkaräter bestreiten. Begleitet wird er von **DJ Noah Wuske** aka d-noize. Nicht wenig bekannt ist **DJ André Fossen** aka DJ Andromatic, der am **Sams- tag, den 13. Mai** mit seinem großen Repertoire aus dem Funk- und Soulgenre für die Beschallung zuständig ist und schon viele Tanzflächen mit seinen Sets zum Kochen gebracht hat.

Auch sonst plant Tanja Wallenfang für die Biergartensaison diverse Events, welche genau soll aber eine Überraschung werden. Nur soviel sei gesagt, es ist für alle etwas dabei. Am kulinarischen Angebot wird aktuell noch final gefeilt, sicher ist aber, dass man zu seinen Drinks auch ebenso leckere Speisen genießen kann. (MT)

 **paddeln**  
macht spass

TEAMBUILDING  
STÄDTE TOUREN  
SUP KURSE

www.paddeln-macht-spas.de/kurse

Tel.:  
0172 - 20 51 909

**ERLEBNISGUTSCHEINE**  
für Freunde, Familie und Mitarbeiter,  
gibt es bei uns!

## ABTSHOF STARTET MIT SUNDOWNER UND TOP-DJ DIE TERRASSENSAISON

**Frühling und Sommer stehen vor der Türe und damit die Zeit der ausgiebigen Terrassenabende mit passendem Aperitif zum Sundowner.**

Im 2022 unter neuer Leitung wiedereröffneten Restaurant Abtshof an der Krefelder Straße, mit seiner wunderschönen, großen Terrasse stehen die Zeichen dieses Jahr auf Feiern und Genießen. Vom 11. Mai bis September wird der bekannte DJ Tocadisco (u.a. Die Nacht), jeden Donnerstag, von 19:00 - 23:00 Uhr, zusammen mit dem Team des Abtshof zum **#sundowner\_mg** laden.

Bei vorwiegend leichten elektronischen Beats, zu denen sich auch hervorragend tanzen lässt, können die Gäste entspannt den Tag bei einem Aperitif ausklingen lassen und natürlich auch das kulinarische Angebot des Restaurant Abtshof ausprobieren

**Restaurant Abtshof**  
Krefelder Str. 726  
41066 Mönchengladbach  
Tel.: 02161 . 946 30 63  
E-Mail: info@gut-abtshof-restaurant.de  
[www.gut-abtshof-restaurant.de](http://www.gut-abtshof-restaurant.de)



Die große Terrasse des Restaurant Abtshof bietet den besten Rahmen um den Abend entspannt ausklingen zu lassen.

Foto: © Marc Thiele



DJ Tocadisco sorgt für die passenden Sounds zum #sundowner\_mg

Foto: © coridote



AUS LEIDENSCHAFT WIRD REALITÄT

## WIE? IHR MACHT `NE BAR AUF?



Die „feste“ Redaktionsbar schmückt seit zwei Jahren unsere Büros und bleibt auch dort.

Was lange wärt, wird endlich.... keine Ahnung wie, aber das Profi-Equipment ist gekauft, das Barmenü fast fertig und die Kalkulation weitestgehend abgeschlossen. Jetzt fehlen noch die ganzen behördlichen Genehmigungen und wäre da nicht dieses verdammte Muffensausen, würde es in der Vorbereitung nahezu perfekt laufen.



Die professionelle mobile Bar, mit eigener Strom- und Wasserversorgung geht mit zu den Events.

Barerfahrung ist vorhanden, die Jahre hinter der Cocktailtheke - auch wenn schon länger her - waren nicht umsonst. Auch die Besuche unzähliger Fachmessen und das Knüpfen vieler Branchenkontakte könnten hilfreich sein. Dann ist da diese absolute Leidenschaft für klassische Bars, wegen derer man Reisen extra nur macht, um da und dort genau diese eine grandiose Barcrew zu besuchen, ihnen bei der Arbeit zuzuschauen, sich auszutauschen, zu lernen und großartige Drinks zu genießen. Zu guter letzt die Corona-Zeit, die all das geliebte nahezu unmöglich machte, aber perfekt dafür geeignet war, sich fachlich aus- und weiterzubilden, eingerostetes Wissen auszugraben und wieder etwas mehr Praxis zu bekommen. Bis auf Flair-Bartending, das hat kein gutes Ende genommen, darum lassen wir das rumwirbeln von Flaschen und Shakern einfach sein.

Wie auch immer - dieses Jahr heißt es, aus der Theorie mit etwas Praxis in die Vollen zu gehen - der lange gehegte Traum der eigenen Bar wird Realität - zumindest temporär, als Pop-Up Konzept auf regionalen Events.

Gin steht - wie sollte es bei uns auch anders sein - dabei im Mittelpunkt. Als „Perfect Serve“ - also ein Gin mit optimal passenden Tonic und Garnish. Andere Spirituosen wie Rum, Whisky, Wodka und Co. gibt es im Bar-Menü natürlich auch, hauptsächlich in Form eines kleinen, wechselnden Cocktailangebotes und den einen oder anderen bekannten oder trendigen Aperitif.

Von Tag zu Tag steigt die Aufregung aber auch die Vorfreude, denn die Feuerprobe wird gleich ein Großevent und dort nicht irgendwo am Rand, sondern Mittendrin im Zentrum des Geschehens. Eigentlich verrückt, aber auf dem Greta-Markt am 2. Juli könnt Ihr uns auf dem Schillerplatz das erste Mal besuchen, aber bringt bitte Zeit und Muße mit (und etwas Nachsicht), denn auch wir machen das aus Spaß. Stress und Hektik stehen bei diesem Projekt für uns definitiv nicht auf der ToDo-Liste. Vielleicht sehen wir uns ja an der Theke der RedaktionsBar? Cheers!

# DIE REDAKTIONSBAR

POP-UP EDITION

Wir lieben Barkultur.

Die Drinks, die Aromen, die Menschen vor und hinter dem Tresen, die guten Gespräche, diese besondere Atmosphäre einer klassischen Bar.

Es wird Zeit unsere Leidenschaft zu leben!

2023 geht die **HINDENBURGER** Redaktionsbar als Pop-Up Edition auf eine spannende Reise.

**Kommst Du mit, als Teil des Teams?**

Wir suchen Dich (m/w/d) als...



Bartender  
mit Berufserfahrung

Bar-Back



Alle Infos zu uns, unserem Konzept und den ausgeschriebenen Stellen findest Du online unter:



[www.hindenburger.de/jobs.html](http://www.hindenburger.de/jobs.html)

# MIT PRÄVENTION ZU GESUNDEN IMPLANTATEN

Seit mehr als 20 Jahren setzen die beiden zertifizierten Implantologen Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel Implantate. Wir sprachen mit den erfahrenen Behandlern über eine wirkungsvolle Nachsorge für den langfristigen Erhalt der Implantate.

**Hindenburger:** Wie relevant ist eine Nachsorge für den langfristigen Erfolg einer Implantatbehandlung?

**Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange:** Unsere überweisen den Kollegen und wir legen bereits im Vorfeld einer Implantation Wert auf sorgfältige Mundhygiene. Eine besondere Beratung und Betreuung der Implantatpatienten und eine professionelle Nachsorge sind entscheidend für den langfristigen Erfolg einer Behandlung. Sorgfältige Prävention und in der Prophylaxe speziell geschulte Mitarbeiterinnen sind die Schlüsselemente einer erfolgreichen Nachsorge. Implantatpatienten, die regelmäßig in individuell festgelegten Abständen zur Nachsorge in unsere Praxis kommen, schützen sich wirkungsvoll vor späteren Problemen oder Komplikationen. Unser Fokus im Menge Haus liegt auf erfolgreicher Prävention, Diagnose und wirkungsvoller Nachsorge.

**Jörg Weyel:** Voraussetzung für eine langfristig erfolgreiche Implantation ist ein entzündungsfreies Gewebe um die vorhandenen Zähne. Ähnlich wie beim natürlichen Zahn kann es auch bei Implantaten zu einer Besiedelung mit plaquebildenden Bakterien und in der Folge zu einer Entzündung des Zahnfleisches um das Implantat kommen. Wir informieren unsere Patienten über diese Misserfolgsrisiken und zeigen Strategien auf, wie wir mit Hilfe einer regelmäßigen, engmaschigen Implantatprophylaxe gemeinsam mit dem Patienten bakterielle, periimplantäre Entzündungen verhindern können.

**Hindenburger:** Was ist besonders an der Implantatnachsorge?

**Jörg Weyel:** Die lange Erfahrung unserer speziell ausgebildeten Dentalhygienikerinnen in der Implantologie sorgt für eine fundierte Prophylaxe. Die Beratung ist auf jeden Patienten individuell zugeschnitten. Es werden spezielle Techniken oder Materialien für die häusliche Mundpflege vorgestellt. Die Zahnzwischenraumhygiene spielt eine besonders wichtige Rolle. In Abhängigkeit der Art der Zwischenräume suchen unsere Mitarbeiterinnen geeignete Interdentalbürstchen oder Superfloss in der entsprechenden Stärke für die Pflege zu Hause aus und schulen Patienten mit dem schonenden Umgang der Materialien.

**Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange:** Bei der Reinigung der empfindlichen Implantatoberflächen während der Implantatprophylaxe im Menge Haus werden entsprechend des verwendeten Implantatsystems – Titanimplantat, Keramikimplantat oder Titanimplantat mit Keramikaufbau die optimalen Spezialinstrumente ausgesucht. Es werden Rauigkeiten und weiche und harte Ablagerungen am Implantat abgetragen und eventuelle Schmutznischen entfernt, um erneuter Plaqueanlagerung vorzubeugen. Wichtig ist eine schonende Interdentalraumreinigung, bei der die Oberflächen der Implantate und Aufbauten nicht verkratzt oder beschädigt werden dürfen.

**Hindenburger:** Welche Folgen haben mangelnde Mundhygiene und unzureichende Implantatpflege?

**Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange:** Bei mangelnder Pflege kann sich das Gewebe rund um ein Implantat durch Bakterien entzünden. In der Folge kommt es zum Rückgang des Kieferknochens und der gefürchteten Periimplantitis, der häufigsten Ursache für den Verlust eines Implantates. Da eine

Periimplantitis oft keine Schmerzen verursacht, wird sie von Patienten meist nicht bemerkt. Deshalb sind regelmäßige Nachsorge und Früherkennung einer Komplikation so wichtig. Nur gemeinsam mit einem zur Mundhygiene motivierten Patienten können wir das Ziel eines langfristigen Implantaterfolges erreichen.

**Jörg Weyel:** Patienten wünschen sich eine langlebige, sichere und verlässliche Lösung, die über Jahre einen festsitzenden Zahnersatz und eine gute Funktion verspricht. Dafür ist die Mitarbeit jedes Patienten erforderlich. Regelmäßige Kontrollen mit professioneller Zahn- und Implantatreinigung in unserer Praxis oder bei dem überweisen den Kollegen sind unerlässlich.

**Hindenburger:** Um diesen langfristigen Erfolg zu sichern, bietet das Team im Menge Haus seinen Implantatpatienten eine spezielle Nachsorge. Diese klinisch bewährte Nachsorge ist die Grundlage für langfristige Behandlungserfolge. Implantate können neue Lebensqualität bieten. Sie verrichten an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr unbemerkt, effektiv und zuverlässig ihre Arbeit. Gewissenhafte Nachsorge im Menge Haus ist die Grundlage für einen langfristigen, nicht selten lebenslangen Erfolg einer Implantatversorgung.



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

Foto: © Fotolia/WavebreakMediaMicro



**DR. DR. LANGE & WEYEL**

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

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





# ÜBERFORDERUNG IN DER PFLEGE VORBEUGEN

PRÄVENTION IST WICHTIG, WENN MAN ANDEREN HELFEN UND SELBST GESUND BLEIBEN MÖCHTE



Viele pflegende Angehörige fühlen sich überfordert. Eine Beratung kann dann helfen, die eigenen Bedürfnisse besser zu erkennen und wahrzunehmen.

**Pflege findet in Deutschland überwiegend zu Hause statt. Von den fünf Millionen Pflegebedürftigen werden 4,2 Millionen von Angehörigen versorgt.**

Wie eine Studie der Hochschule Osnabrück im Auftrag des Sozialverbands VdK ergab, haben sich neun von zehn Pflegenden bewusst für diese Aufgabe entschieden und finden auch viel Positives daran. Dennoch ist die Überforderung oft groß. Mehr als ein Drittel gibt an, dass die Pflege nur unter Schwierigkeiten oder eigentlich gar nicht mehr zu bewältigen sei, sechs von zehn Pflegenden vernachlässigen ihre eigene Gesundheit. Das kann langfristig schlimme Folgen haben. „Prävention ist deshalb wichtig“, erklärt Beatrix Müller-Schaube von der compass private Pflegeberatung. „Um nicht stückweise in eine Überforderungssituation hineinzurutschen, sollten sich alle Beteiligten rechtzeitig mit diesem Thema auseinandersetzen.“

## Ressourcen ermitteln, Bedürfnisse wahrnehmen

Vor allem gehe es darum, die eigenen Ressourcen zu kennen und einzuschätzen, wozu man als Pflegend in der Lage ist. Helfen können dabei die Fragen und Informationen unter [www.pflegeberatung.de/selbstfürsorge](http://www.pflegeberatung.de/selbstfürsorge). Außerdem sollten sich pflegende Angehörige gerade zu Beginn unbedingt fachkundig beraten lassen. So bietet compass unter der kostenfreien Servicenummer 0800 101 88 00 Präventionsberatung für jeden an, Privatversicherte können eine Pflegeberatung auch im eigenen Zuhause oder per Videogespräch wahrnehmen. Die geschulten Beraterinnen und Berater analysieren gemeinsam mit den Pflegenden die Situation und geben Tipps, wie man neben der Sorge um den Pflegebedürftigen auch seine eigenen Bedürfnisse wahrnimmt, gut für sich sorgt und möglichst gesund bleibt.

## Hilfe annehmen und organisieren

So ist es etwa wichtig, Anzeichen von Überlastung wie ständige Müdigkeit, Schmerzen, Ängste und Gereiztheit rechtzeitig zu erkennen und gegenzusteuern. „Prävention bedeutet vor allem, etwas für den Positivzustand zu tun“, erläutert Müller-Schaube. „Das kann heißen, schöne gemeinsame Zeit zu verbringen, aber auch, sich eigenen Interessen zu widmen.“ So können Sport und Bewegung einen Ausgleich bieten und neue Kraft verleihen. Aber auch Treffen mit Freunden, ein gutes Buch oder ein Urlaub bieten Erholungsinseln im Pflegealltag. Um diese zu schaffen, sollten Pflegenden sich Hilfe suchen und annehmen – im Familienkreis oder von professioneller Seite. „Nutzen lassen sich dafür beispielsweise die Verhinderungs-, Kurzzeit- und Tagespflege sowie die Entlastungsleistungen“, so die Fachfrau. „Eine Pflegeberatung hilft, die Angebote optimal zu nutzen und so die nötige Entlastung zu bekommen.“

Quelle: djd

## Das „kleine Einmaleins“ der modernen Kardiologie: vom kathetergestützten Herzklappenersatz zur maßgeschneiderten medikamentösen Therapie

**Mittwoch, 10.05.2023 um 19 Uhr**

Wie kaum eine andere Fachdisziplin in der Medizin steht die Kardiologie für Innovation und Dynamik in der Weiterentwicklung neuer Methoden und Therapien. Was zur Zeit aktuell ist, darüber referiert der neue **Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Herr Prof. Dr. med. Emmanuel Chorianopoulos.**



Im Anschluß an den Vortrag beantwortet der Kardiologe gerne Ihre Fragen.

**Kliniken Maria Hilf, Forum**  
Viersener Straße 450  
41063 Mönchengladbach

Der Eintritt ist frei.  
Der Förderverein freut sich über Ihre Spende.

## Servicewohnen

Wohnen mit Komfort und Sicherheit

Für mehr Unabhängigkeit bis ins hohe Alter



**Die Diakonie Pflege Mönchengladbach bietet Ihnen ein Zuhause mit Service-PLUS:**

- + Hauswirtschaftliche Dienstleistungen
- + Pflege nach Ihrem persönlichen Bedarf

**Jetzt unverbindlich Besichtigungstermine vereinbaren:**

**Sonja Mackes**  
Telefon: (0 21 61) 9 80 08 - 860  
E-Mail: [smackes@diakonie-mg.de](mailto:smackes@diakonie-mg.de)

**Diakonie**   
Mönchengladbach

# SO SCHÜTZEN SIE SICH VOR ZECKENSTICHEN

Mit der warmen Jahreszeit werden auch Zecken wieder aktiver. Die Stiche der Spinnentiere sind nicht nur unangenehm, sie können in manchen Fällen auch Krankheitserreger für Erkrankungen wie Borreliose oder Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) übertragen. Wie man sich gegen die kleinen Blutsauger schützen kann, welche Risikogebiete für FSME es aktuell gibt und wann man nach einem Zeckenstich zum Arzt gehen sollte, darüber informiert die Stiftung Gesundheitswissen auf ihrem Gesundheitsportal.

Mit den Frühlingstagen zieht es viele Menschen wieder vermehrt in die freie Natur. Aber Vorsicht: Dort kann man auch auf bereits erwachte Zecken treffen. Die kleinen Blutsauger werden schon ab etwa acht Grad Celsius aktiv. Mit ihrem Stich können sie Krankheiten übertragen. Zu den häufigsten durch Zecken verursachten Erkrankungen zählen Borreliose und die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME). Borreliose wird auch Lyme-Borreliose oder Lyme-Krankheit genannt und durch Borrelien-Bakterien ausgelöst. Sie kann sich auf verschiedene Organsysteme auswirken. Am häufigsten aber sind die Haut, das Nervensystem oder die Gelenke betroffen.

Bei FSME handelt es sich um eine Entzündung des Gehirns und der Hirnhäute, die durch Viren hervorgerufen wird. Bei einer Erkrankung können grippeähnliche Beschwerden wie Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen auftreten, weshalb Betroffene oft von einer Erkältung ausgehen. Zumeist gehen die Symptome nach einigen Tagen von allein zurück. In sehr seltenen Fällen kommt es nach etwa einer Woche zu einer Entzündung des Gehirns und der Hirnhäute. Dann können Fieber, Übelkeit und Ausfälle des Nervensystems auftreten.

## Anzahl der FSME-Risikogebiete in Deutschland erhöht sich

Hierzulande besteht das Risiko einer FSME-Infektion vor allem in den südlichen Bundesländern Bayern und Baden-Württemberg, aber auch im südöstlichen Thüringen, in Südhessen, in Sachsen und seit letztem Jahr auch im südöstlichen Brandenburg an der Grenze zu Berlin. Im Januar 2023 kamen mit den Landkreisen Anhalt-Bitterfeld, Fürstentum Bismarck sowie dem Stadtkreis München drei neue Risikogebiete hinzu. Insgesamt werden 178 Kreise als FSME-Risikogebiete angegeben.

## So schützen Sie sich am besten gegen Zeckenstiche

Die beste Strategie ist, die kleinen Blutsauger gar nicht erst mit der eignen Haut in Berührung kommen zu lassen. Die Tiere sehen schlecht, be-



Alle Landkreise im Detail und Hintergrundinformationen zur Klassifikation der FSME-Risikogebiete können Sie auf der Webseite des Robert Koch-Instituts einsehen ([https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/F/FSME/Karte\\_Tab.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/F/FSME/Karte_Tab.html))

wegen sich langsam und suchen am Körper eine freie weiche Hautstelle zum Zustecken. Sie befinden sich oft im Gras oder Gebüsch – etwa auf Kniehöhe. Trägt man lange Hosen, feste Schuhe und Oberteile mit langen Ärmeln, ist man gut geschützt. Auch wenn man sich vorwiegend auf befestigten Wegen bewegt, sinkt das Kontaktisiko. Wer in der Natur unterwegs war, sollte den Körper nach den kleinen dunklen Tieren absuchen. Vor allem Ohren, Haaransatz, Hals, Achseln, Ellenbeuge, Bauchnabel, Genitalbereich oder Kniekehle sollten untersucht werden. Hier nisten sich die Tiere besonders gern ein. Hat sich doch eine Zecke festgebissen, sollte sie mit geeigneten Hilfsmitteln herausgezogen werden. Je schneller man die Zecke entfernt, desto geringer ist das Ansteckungsrisiko mit einem Erreger. Auch Insektenschutzmittel gegen Zecken können schützen: Die Wirkstoffe dieser Zeckensprays irritieren die Sinneswahrnehmungen der Zecken, sodass sie nicht zustecken können.

## Wann sollte man mit einem Zeckenstich zum Arzt gehen?

Im Falle eines Zeckenstichs sollte die Einstichstelle einige Wochen nach der Entfernung der Zecke beobachtet werden. Wenn eine ringförmige Hautrötung auftritt, ist es erforderlich, einen Arzt hinzuzuziehen. Dasselbe gilt, wenn sich sieben bis 14 Tage nach einem Zeckenstich grippeähnliche Beschwerden wie Fieber, Abge-

schlagenheit, Unwohlsein, Kopfschmerzen oder Gliederschmerzen entwickeln.

## Wie gut schützt eine Impfung?

Bisher gibt es eine Impfung nur gegen den Erreger der FSME, nicht gegen Borreliose. Die Ständige Impfkommision (STIKO) empfiehlt diese zum einen für Bewohner und Besucher von Risikogebieten, die sich viel im Freien aufhalten und so ein erhöhtes Risiko haben. Zum anderen auch für durch ihren Beruf gefährdete Personen in den Risikogebieten, wie z.B. Forstarbeiter oder Laborpersonal. Für den vollen Impfschutz sind drei Impfungen in bestimmten Abständen nötig. Im Anschluss ist laut RKI bei 99 Prozent der Geimpften ein vollständiger Schutz gegeben. Dieser hält mindestens drei Jahre an. Eine Auffrischung wird nach drei bis fünf Jahren empfohlen.

Weitere Informationen rund um das Thema Zeckenbisse, wie man sich schützen kann und die aktuelle Karte mit den FSME-Risikogebieten zum Download gibt es auf dem Gesundheitsportal der Stiftung Gesundheitswissen:

<https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/gesund-leben/koerperwissen/zeckenbisse-wie-man-sich-schuetzen-kann>



Quelle: Stiftung Gesundheitswissen





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

# SCHNULLER - DAS SOLLTEN SIE DARÜBER WISSEN

**Nuckeln und der Saugreflex sind für Kleinkindern und Säuglingen typische, bereits im Mutterleib vorhandene Verhaltensweisen. Um diesen Bedürfnissen nachzukommen, gibt es ein beliebtes Accessoire: Den Schnuller. Vielen junge Eltern fragen sich daher, ob sie ihrem Kind einen Schnuller geben sollen und falls ja, welcher ist der richtige?**



Foto: dimgphoto/stock.adobe.com

Das Wort „Schnuller“ hat sich im allgemeinen Sprachgebrauch fest etabliert. Ein umgangssprachlich selten genutzter aber fast noch passenderer Begriff ist jedoch „Beruhigungssauger“. Genau dafür, das Kind zu beruhigen, ist der kleine Helfer eigentlich da. Der angeborene Saugreflex dient beim Baby zur Beruhigung – genau wie beim Stillen beziehungsweise Trinken. Säuglinge verbinden intuitiv mit dem Saugen Geborgenheit und Sicherheit, was folglich auch in Situationen hilft, in de-

nen das Baby schreit oder zum Beispiel auch Zahnt. Wichtig zu wissen: Nach ungefähr sechs Monaten weicht das angeborene Saugbedürfnis mehr und mehr dem Kaubedürfnis, weshalb Kindern in diesem Alter auch Beikost zugeführt wird. Dies ist durchschnittlich der Zeitpunkt, wenn die ersten Zähnchen durchbrechen. Langsam, aber sicher wird aus dem „Schnullern“ eine Angewohnheit (Habit), weshalb es ratsam ist, dieses zu reduzieren, etwa nur noch zum Schlafen.



Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc

Foto: Praxis

## Stört der Schnuller die Entwicklung des Kindes?

Dies wirft die Frage auf, ob ein Schnuller die Entwicklung eines Kindes beeinträchtigen, oder gar Kieferverformungen oder Zahnfehlstellungen verursachen kann. Hier ist auch die Wahl des richtigen Schnullers wichtig. Ein Schnuller in Kirschform hat ähnliche Saugeigenschaften wie die Brustwarze der Mutter, ist für die langfristige Entwicklung aber nicht zu empfehlen. Ein orthodontisch geformter Schnuller mit einem dünnen Schaft ist so entwickelt, dass er die Gefahren von Kiefer- und Zahnfehlstellung minimiert. Im Vergleich zu einem solchen Schnuller sind andere Gewohnheiten, wie zum Beispiel Daumenlutschen oder Lutschen an einem Kuscheltuch langfristig schlechter.

Auch der Zeitpunkt der Abgewöhnung ist relevant. Spätestens ab dem zweiten Lebensjahr sollte damit begonnen werden, um schwerwiegende Kieferverformungen zu verhindern, die später mit einer aufwendigen kieferorthopädischen Behandlung behoben werden müssen. Ebenso für die Sprachentwicklung sollte bei Aktivitäten, wie dem Spielen mit anderen Kindern, gänzlich auf einen Schnuller verzichtet werden, um die Entwicklung der Sprache und der Kommunikation nicht zu behindern. Somit spricht letztlich nichts dagegen, dem Säugling einen Schnuller zu geben, sofern es dosiert geschieht und die Abgewöhnung nicht verpasst wird.

## Regelmäßige Kontrollen beim Zahnarzt

Den ersten Besuch beim Zahnarzt sollten Eltern mit ihrem Baby grundsätzlich mit dem Durchbruch des ersten Zähnchens planen. Auch die Entwicklung von Kiefer und Mund sollte ärztlich begleitet werden. Mögliche Fehlstellungen können so frühzeitig erkannt werden. Ebenso kann sie der Zahnarzt beim Thema Schnuller/Habits beratend unterstützen.

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

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



# HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

MEHR MÄRKTE

MEHR FESTE

MEHR KUNST

MEHR KONZERTE

MEHR THEATER

MEHR PARTIES

EINFACH MEHR (ER)LEBEN

termine.hindenburger.de



## MO1

MAI

### SCHAUSPIEL / BÜHNE

» QUEEN's Last Night  
Songdrama von Frank Matthus  
und Jochen Kilian.  
15:00 + 19:30 | Theater MG

### FESTE / MÄRKTE

» Trödelmarkt  
11:00-18:00 | Edeka Endt (Park-  
haus) | Mittelstr. 5

## DI2

MAI

### VORTRAG / LESUNG

» Leben in Deutschland – Arbei-  
ten in den Niederlanden: Vortrag  
und Vermittlungsvorschläge  
Kostenloser Vortrag mit an-  
schließenden Einzelgesprächen.  
Ohne Anmeldung!  
10:00-12:00 | Berufsinforma-  
tionszentrum (BiZ)

### SONSTIGES

» Just Lindy! – Social Dance zur  
Musik der 30er- und 40er-Jahre  
Einfach mal tanzen zur Swing-  
Musik. Eintritt frei!  
19:00-22:00 | Rhe-er Eck  
[www.hot-peppers.de](http://www.hot-peppers.de)

## MI3

MAI

### KONZERTE

» 6. Sinfoniekonzert 2022/2023  
der Niederrheinischen Sinfoniker  
Mit Werken von Dvorák, Marti-  
nu, Roussel und Smetana. Diri-  
genten: Annalena Hösel, Liubov  
Nosova, Simon Edelmann, David  
Fernández-Caravaca. Konzert-  
einführung um 19:15 Uhr.  
20:00 | Theater MG

### SPORT

» ADFC-Afterwork-Sporttour  
(jeden Mittwoch)  
Für Touren-, Mountain-, oder  
Gravelbiker. Nicht fürs Rennrad  
oder gemütliche Pedelecs/E-Bi-  
kes! 35 km in und um Mönchen-  
gladbach mit ca. 22 km/h.  
18:00-20:00 | Treffpunkt: Borus-  
sia-Park (Fansteinraute)

### SONSTIGES

» BDH-Sozialrechtsberatung  
(jeden Mittwoch)  
Anmeldungen unter Tel. 02166  
217810 oder [info@bdh-moen-  
chengladbach.de](mailto:info@bdh-moen-<br/>chengladbach.de)  
14:30-17:30 | Geschäftsstelle  
des BDH-Kreisverbands MG,  
Gelderner Str. 30

» Mönchs-Spaziergang – Von  
Mönchen, Sagen und Legenden  
Tour durch die Gladbacher  
Altstadt.  
19:00 | Treffpunkt: Weiherstr./  
Münstersteg

» Natur- und Reisefilme – Ama-  
teurfilmabend. Der Filmklub  
Objektiv Mönchengladbach e.  
V. zeigt Filme von Reisen der  
Filmautoren. Eintritt frei!  
19:30-21:30 | VHS MG

» BIS-Kino – Die Schwalben  
von Kabul  
Frankreich 2019, Regie: Zabou  
Breitman, Eléa Gobbé-Mévellec,  
77 Min., FSK 16.  
20:00 | BIS-Zentrum

## DO4

MAI

### SCHAUSPIEL / BÜHNE

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

» Die Udo Jürgens Story – Sein  
Leben, seine Liebe, seine Musik!  
Allen Udo-Jürgens-Fans bietet  
sich die Gelegenheit, Leben und  
Werk ihres Idols noch einmal  
ganz nahe zu kommen.  
20:00 | Red Box

» Ohne Liebe rostet nichts  
Comedy mit Jens Heinrich  
Claassen.  
20:00 | TiG

### KONZERTE

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

### SONSTIGES

» Sprechstunde im BiZ – Komm  
ins Team Polizei!  
Voraussetzungen, Bewerbungs-  
modalitäten, Auswahlverfahren,  
Verdienst- und Aufstiegschan-  
cen, Studium und alltäglicher  
Dienst. Ohne Anmeldung!  
14:30-16:00 | Berufsinforma-  
tionszentrum (BiZ)

» onLeihe-Sprechstunde – für  
den ersten Einstieg und konkre-  
te Fragen (4.5. + 18.5.)  
Für alle, die wissen wollen wie  
man eBooks, eAudios, eMaga-  
zines und ePaper mit eReader,  
Tablet und Smartphone ausleiht.  
17:00-18:00 | Stadtbibliothek  
Rheydt

» Apéro Art – Aquarell meets  
Tusche! Wasser marsch!  
Anmeldung 02166 92890-0 oder  
[info@schlossrheydt.de](mailto:info@schlossrheydt.de)  
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

## FR5

MAI

### SCHAUSPIEL / BÜHNE

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

» Nico Stank – merkste selber  
Moderner, multimedialer Mix  
aus Stand-up und Live-Comedy.  
20:00 | Red Box

» Insekten (Uraufführung) –  
Premiere  
Eine Stückentwicklung des  
Schauspielsensibles.  
20:00 | Theater MG

» Fischer&Jung – Zwei Doofe,  
kein Gedanke!  
Comedy mit Guido Fischer und  
Björn Jung.  
20:00 | TiG

### KONZERTE

» die feisten – jetzt!  
Im neuen Programm der Träger  
des deutschen Kleinkunstpreis-  
es gesellen sich Lieder für die  
Ewigkeit zu ganz frischen feisten  
Songs.  
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

» 4. Zykluskonzert 2022/2023  
„Junge Virtuosen“  
Sonia Crisante (Harfe) spielt  
Werke von Louis Spohr, Carl  
Philipp Emanuel Bach, Giovanni  
Caramelli, Marcel Tournier,  
Carlos Salzedo u. a.  
20:00 | Schloss Rheydt

» Stefan Jürgens – so viele  
Farben  
Der bekannte Schauspieler und  
Musiker stellt sich als passionier-  
ter Sänger und Klavierspieler vor.  
20:00 | Alte Kirche Lobberich |  
Nettetal  
[www.kdw-nettetal.de](http://www.kdw-nettetal.de)

» FUN plays the Beatles

Songbook  
Mit mehr als 30 Songs aus dem  
riesigen Repertoire von John,  
Paul, George und Ringo geht es  
zurück in die Roaring Sixties.  
20:30 | KUNSTWERK – das rote  
Krokodil

### KIDS/JUGENDLICHE

» Ohrenbibliothek – Die  
Zwillingsdetektive und die Soko  
Blumenwiese  
Werde zum Star in deinem  
eigenen Hörspiel. Teilnahme  
kostenlos! Weitere Termine:  
Sa. 6.5., 10:00-13:00 Uhr + So.  
7.5., 9:00-13:00 Uhr (Radio 90,1).  
Anmeldung: [ohrenbibliothek@  
moenchengladbach.de](mailto:ohrenbibliothek@<br/>moenchengladbach.de)  
15:00-18:00 | Stadtbibliothek  
Rheydt

### SONSTIGES

» VHS Makerspace (jeden  
Freitag)  
Der VHS-Makerspace öffnet  
seine Pforten und packt die  
Technik aus. Teilnahme kosten-  
los. Info/Anmeldung: [www.  
vhs-mg.de](http://www.<br/>vhs-mg.de), Tel. 02161 25-6400.  
17:15-19:30 | VHS MG

» Eröffnung der Ausstellung  
„Kümmert Euch um meine  
Bilder“ (5.5.-28.5.)  
In Erinnerung an den verstorbe-  
nen Künstler Peter Rech anläs-  
slich seines 80. Geburtstags.  
18:00 | City-Kirche Alter Markt

» Bierstaging im Bunker  
Güdderath  
Tasting mit Biersommelière  
Gracia Sacher. Reservierung:  
[info@bernhardpetz.de](mailto:info@bernhardpetz.de) oder  
02166 912485.  
19:00-21:00 | Bunker Güdderath



Foto: © Giada di Blasio

5.5.2023 | 20:00 Uhr | Schloss Rheydt (Rittersaal)  
**4. ZYKLUSKONZERT 2022/2023 „JUNGE  
VITUOSEN“: SONIA CRISANTE**

Sonia Crisante absolvierte ihr Bachelor-Studium am  
Conservatorio Jacopo Tomadini in Udine und setzte  
ihre Ausbildung an der Robert-Schumann-Hoch-  
schule in Düsseldorf fort. Wichtige Impulse erhielt sie  
in Meisterkursen bei Künstlern wie Isabelle Perrin,  
Marie-Pierre Langlamet, Lisetta Rossi, Davide Burani,

Lucia Antonacci, Clara Gizzi und Raoul Moretti. Seit ihrer frühen Jugend spielte die junge Harfenistin,  
die im Lauf ihrer Karriere bereits etliche Preise bei internationalen Wettbewerben errang, in Orches-  
tern wie den Düsseldorfer Symphonikern oder dem Mahler Chamber Orchestra.

[www.mgmg.de](http://www.mgmg.de)



Foto: © Giuliano Sole

20.5.2023 | 19:30 Uhr | BIS-Zentrum  
**MAT – ALTERNATIVE ROCK**

Die ursprüngliche Band wurde im November 2009  
von Mehmet Karakoc und Timo Otte gegründet  
und besteht seit Mitte 2022 in der jetzigen Forma-  
tion. Neben rockigen Alternative-Kompositionen  
mit einer Prise Grunge bewegt MAT auch durch  
ruhige Momente. Nach einer sechsmonatigen  
Schreib- und Studiophase ist nun die neue EP der  
Band produziert und der Release Party am 20. Mai steht nichts mehr im Wege. Oberstes Ziel ist es  
natürlich, die Stimmung, die auf der Bühne herrscht, auf das Publikum zu übertragen, um allen  
ein auf den Leib geschneidertes Erlebnis an Stimmung und Spaß zu verschaffen.

[www.bis-zentrum.de](http://www.bis-zentrum.de)



Foto: © Theater KR/MG/Stutte

28.5.2023 | 19:30 Uhr | Theater MG  
**JUBILÄUMSGALA 10 JAHRE OPERNSTUDIO  
NIEDERRHEIN**

„Talente entdecken – Talente fördern“ lautet das  
Credo des Opernstudio Niederrhein. 30 junge  
Nachwuchskünstler haben mittlerweile an dem  
Förderungsprogramm teilgenommen und ihre er-  
folgreichen Bühnenkarrieren gestartet. Für die Ju-  
biläums-Gala kehren zahlreiche der jungen Künstler an den Niederrhein zurück. Begleitet von  
den Niederrheinischen Sinfonikern, präsentieren sie sich mit einem musikalischen Programm.  
Populäre Arien und Ensembles aus Werken von Mozart, Bizet, Donizetti, Rossini, Verdi oder Wag-  
ner sind ebenso dabei wie Ausschnitte aus bekannten Unterhaltungswerken.

biläums-Gala kehren zahlreiche der jungen Künstler an den Niederrhein zurück. Begleitet von  
den Niederrheinischen Sinfonikern, präsentieren sie sich mit einem musikalischen Programm.  
Populäre Arien und Ensembles aus Werken von Mozart, Bizet, Donizetti, Rossini, Verdi oder Wag-  
ner sind ebenso dabei wie Ausschnitte aus bekannten Unterhaltungswerken.  
[www.theater-kr-mg.de](http://www.theater-kr-mg.de)



Foto: © Stefan Küller-Suhrkamp Verlag

31.5.2023 | 19:30 Uhr | Theater MG (Studio)  
**JURI ANDRUCHOWYTSH LIEST AUS „RADIO NACHT“**

Im Mittelpunkt steht Josip Rotsky, in dessen Namen Trotzki,  
Brodsky und Joseph Roth anklingen. Als „Barrikadenpianist“ hat  
er die Revolution unterstützt, als Emigrant hat er ein Attentat auf  
den vorletzten Diktator Europas geplant. Von einem unbekann-  
ten Ort sendet er auf „Radio Nacht“ Musik, Poesie und Geschich-  
ten in die sich verfinsternde Welt. Juri Andruchowytsh kehrt  
mit diesem Buch zu seinen Anfängen zurück: Robert Walsler,  
Edgar Allan Poe und Harry Potter spielen mit. Und doch kann dieser  
virtuose Autor hinter den vielen Maskierungen die Verzweiflung  
seines Helden nicht verbergen.

[www.stadtbibliothek-mg.de](http://www.stadtbibliothek-mg.de)



# SA 6

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Let's Play – Jugendkulturfestival (6.5. + 7.5.)  
Mönchengladbacher Schultheater- und Jugendtanzgruppen stellen sich vor. Eintritt frei für Kinder und Jugendliche!  
11:00-17:00 | Theater MG

## KONZERTE

» Kammermusik  
Mit Francis Norman (Viola), Harald Stöpfigshoff (Violine) und Michael Rämisch (Klavier). Werke von Johann Halvorsen, John B. McEwen und Franz Schubert. Eintritt frei!  
17:00 | Ev. Friedenskirche

» Travelin' Alligators (Open Air im Villengarten)  
Rock und Rock'n'Roll Oldies from the 60's und 70's.  
19:30 | BIS-Zentrum

» Sinfoniekonzert „Tänze der Welt“  
Das Sinfonieorchester OPU 125 unter der Leitung von Javier Alvarez.  
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

» TINA – THE ROCK LEGEND  
20:00 | Red Box

» LaLeLu: unplugged – Musik pur  
A-capella-Comedy.  
20:00 | TiG

## SPORT

» Trabrennen  
13:00 | Trabrennbahn

» Fußball – RL West Männer  
Borussia Mönchengladbach U23 – SV Rödinghausen  
14:00 | Grenzlandstadion

» Fußball – Bundesliga  
Borussia Mönchengladbach – VfL Bochum  
15:30 | Borussia-Park

» Handball – OL Männer  
Borussia Mönchengladbach – TV Angermund  
17:30 | Jahnhalde

» Handball – OL Männer  
TV Geistenbeck – DJK Unitas Haan  
19:30 | Sporthalle Mülfort

## PARTY

» **Sunrise-Party**  
Songs der 80er aus Indie, Rock, Pop, Wave und EBM.  
Eintritt 12,- Euro, Tickets unter [www.sunrise-club.com](http://www.sunrise-club.com)  
22:00 | Kaiser-Friedrich-Halle (über dem ninety nine)

## FESTE / MÄRKTE

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

» Rheydter Flohmarkt  
Am ersten Samstag im Monat tauschen, handeln, kaufen in angenehmer Markt-Atmosphäre.

9:00-15:00 | Harmonieplatz + Hauptstraße

» Schützen- und Heimatfest mit Kirmes (6.5.-9.5.)  
St. Sebastianus Schützenbruderschaft Giesenkirchen.  
Parkplatz Am Alten Friedhof

## SONSTIGES

» Sommerfahrttage 2023 der LGB-Freunde Rhein/Sieg (6.5. + 7.5.)  
Die Modellbahnanlagen sind für alle Freunde der Modelleisenbahn an den Tagen der offenen Tür zugänglich. Freier Eintritt für Kinder bis 9 Jahren!  
10:00-17:00 | Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg e. V. | Endepohlstr. 3

» Altstadt-Rundgang – Zwischen Historie und Moderne  
Abwechslungsreiche Tour durch Gladbachs Altstadt.  
14:00 | Treffpunkt: Weiherstr./Münsterstieg (gegenüber Geroplatz)

» Walking-Dinner im Zoo Krefeld  
Abendlicher Rundgang durch den Zoo mit nordischen, asiatischen, afrikanischen, südamerikanischen Snacks.  
Niederrheinischer Abschluss in der Zooscheune.  
18:00-21:00 | Zoo Krefeld  
[www.zookrefeld.de](http://www.zookrefeld.de)

» Eröffnung der Ausstellung „Matej Bosnic“ (6.5.-4.6.)  
19:30 | MMIII Kunstverein e. V.

# SO 7

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Rheinisches Universum  
Kabarett mit Konrad Beikircher.  
18:00 | TiG

## KONZERTE

» Romantische Reise – Konzert des Jugendsinfonieorchesters  
Mit Werken von Mozart, Sibelius, Saint-Saëns u. a. Eintritt frei!  
16:00 | Ev. Hauptkirche Rheydt

» Musikalische Reise  
Mit dem Kinder- und Jugendchor des Theaters Aachen.  
Eintritt frei!  
16:00 | Klosterkirche Neuwerk

» Hommage à Johann Sebastian Bach  
Der BachChor Mönchengladbach präsentiert anspruchsvolle Chorwerke. Leitung/Orgef: Chorleiterin Stephanie Borkenfeld-Müllers.  
17:00 | Kirche St. Laurentius | Josef-Vohn-Weg 1

## SPORT

» Fußball – RL West Frauen  
Borussia Mönchengladbach – SGS Essen II  
13:00 | Grenzlandstadion

» American Football  
Mönchengladbach Wolfpack – Dortmund Giants  
15:00 | Bezirkssportanlage Odenkirchen-Süd

## FESTE / MÄRKTE

» Trödelmarkt  
Nur privater Trödel, keine Neuware.  
10:00-17:00 | Eickener Markt/ Fußgängerzone Eicken

» MaarKram  
Hier kann man den eigenen Kram, Schätzchen und Raritäten loswerden oder günstig verkaufen. Keine Neuware und gewerbliche Händler!  
11:00-16:00 | Maarplatz (unter den Platanen)

## KIDS / JUGENDLICHE

» Lesefohlen – wortreich | Rheydt liest vor, Sonntagsgeschichten  
Für Kinder ab 4 Jahre. Mit Lesepatin Mechthild Poswa-Scholzen. Eintritt frei!  
15:00 | Stadteilbibliothek Rheydt

## SONSTIGES

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

» Erster Sonntag – Führungen und Offene Malklasse  
Stündlich Führungen und Kunstgespräche zu den aktuellen Ausstellungen. Für Kinder und Jugendliche von 5 bis 12 ist die Malklasse geöffnet. Eintritt frei!  
11:00-18:00 | Museum Abteiberg

» Eröffnung des Skulpturenensembles von Ruth Buchanan  
„Ein Garten mit Brücken (Wirbelsäule, Magen, Kehle, Ohr)“  
12:00 | Arbeitslosenzentrum Mönchengladbach e. V. (Garten)

# MO 8

MAI

## SONSTIGES

» VHS-Programmokino – Im Taxi  
Mit Madeleine Frankreich 2022, 101 Min., FSK 0. Line Renaud, Dany Boon und Alice Isaaz in einem Film von Christian Carion.  
20:00 | Comet-Cine-Center

# DI 9

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Insekten (Uraufführung)  
Eine Stückentwicklung des Schauspielensembles.  
20:00 | Theater MG

## SONSTIGES

» Apéro Art – Gelli Print  
Anmeldung 02166 92890-0 oder [info@schlossrheydt.de](mailto:info@schlossrheydt.de)  
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

# MI 10

MAI

## KONZERTE

» The Rock Orchestra – Bei Kerzenlicht  
Musik u. a. von Pink Floyd, Metallica, Rammstein, Black Sabbath, Rage Against The Machine, Linkin Park.  
20:00 | Red Box

## VORTRAG / LESUNG

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

## SONSTIGES

» Lady's Night – Book Club 2: Das nächste Kapitel  
USA 2023, 104 Min. Regie: Bill Holderman. Zutritt ausschließlich für Damen ab 16 Jahre, Einlass ab 19:00 Uhr auf dem roten Teppich mit Sekt-Empfang u.v.m. Herren haben keinen Zutritt!  
20:15 | Comet-Cine-Center

# DO 11

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Comedy in the Box  
Neben Newcomern, StandUp-ern und Varietisten stehen Zubereitende und Comedy-Musiker auf der Bühne.  
19:30 | Red Box

» Chlorreiche Tage  
Comedy mit „Bademeister Schaluppe“.  
20:00 | TiG

## SONSTIGES

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

» Sprechstunde im BiZ – Mit Sicherheit sind Sie dabei!  
Ausbildung im allgemeinen Vollzugsdienst  
Zugangsmöglichkeiten und Perspektiven für junge Erwachsene. Ohne Anmeldung!  
16:30-18:00 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

» Mittelaltertour – Von Spießbürgern, Bauern und Diebesgesindel  
Reise in lang vergangene Zeiten mit einem historisch gewandten Stadtführer.  
18:00 | Treffpunkt: Weiherstr./Münsterstieg (gegenüber Geroplatz)

# FR 12

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Ensemble MusenBISs – TOC  
TOC (Premiere)  
Komödie von Laurent Baffie.  
19:30 | BIS-Zentrum

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

» Wer Pläne macht wird ausgelacht  
Comedy mit Johann König.  
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

## PARTY

» **Summervibes**  
Mit den DJs Dennis Rixen und Noah Wuske.  
16:30 | Haus Erholung Biergarten

## FESTE / MÄRKTE

» Rheydter Frühkirmes (12.5.-15.5.)  
17:00-23:00 | Marktplatz Rheydt + Gracht

## SONSTIGES

» Late Night Shopping in MG-Eicken – Eicken entdecken & genießen  
Mode, Accessoires, Kunst, Spiele, Design, Kulinarisches u.v.m. Eintritt frei!  
17:00-22:00 | Eickener Markt/ Eickener Straße und Umgebung

» Eröffnung der Ausstellung „vorher – nachher – mittendrin“ (12.5.-28.5.)  
19:00 | Galerie im Atelierhaus E71

» Biertasting im Bunker  
Güdderath  
Tasting mit Biersommelière Gracia Sacher. Reservierung: [info@bernhardpetz.de](mailto:info@bernhardpetz.de) oder 02166 912485.  
19:00-21:00 | Bunker Güdderath

# SA 13

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Ensemble MusenBISs – TOC  
TOC  
Komödie von Laurent Baffie.  
19:30 | BIS-Zentrum

## SPORT

» Feldhockey – 2. BL Nord Männer  
Gladbacher HTC – DSD D'dorf  
14:00 | GHCT-Hockeyplatz

## FESTE / MÄRKTE

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

## SONSTIGES

» Rheydt – Versteckte Schönheiten der Geschichte und Architektur  
Stadtrundgang.  
12:00 | Treffpunkt: Rathaus Rheydt

# SO 14

MAI

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Denke macht Koppweh!  
Comedy mit Maddin Schneider.  
18:00 | TiG – Theater im Gründungshaus

» Fifty Years and Grey  
Schauspieler und Sänger Tobias Wessler startet einen musikalisch-kabarettistischen Angriff auf Ihre Lachmuskeln.  
20:00 | Theater MG

## KONZERTE

» Kulturfrühstück – Jazz-Genuss mit Birdy & Friend(s) (Open Air im Villengarten)  
Berühmte Jazz-Songs aus der ganzen Welt mit Rainer Königs.  
11:00 | BIS-Zentrum

» 5. Kammerkonzert 2022/2023 – 100 Jahre Jung!  
Das Vitus Quartett spielt Werke von Maurice Ravel, Igor Stravinsky und Erwin Schulhoff.  
11:00 | Theater MG

» Konzert am Muttertag  
Mit dem Bläserorchester „Premiere“, „Wirbelwind“ und „Brasselbände“ und dem Jugendblasorchester der Musikschule.  
16:00 | Theater MG

» Jazz-Serenade – Walter Maaßen & die Borderland Jazzband  
Der jazzige und swingende Auftakt zur Heiligtagssahrt (28.5.-4.6.).  
17:00 | Münster St. Vitus

» Abschiedskonzert von Reinhold Richter  
Festliches Konzert mit Werken von Denis Bédard, Joseph Haydn und Francis Poulenc mit Helenakantor Reinhold Richter, Orchester Camerata Gladbach und KMD Udo Witt, ehemaliger Kantor der Ev. Hauptkirche Rheydt. Eintritt frei!  
17:00 | Pfarrkirche St. Helena

## SPORT

» Fußball – RL West Frauen  
Borussia Mönchengladbach – BV Borussia Bocholt  
13:00 | Grenzlandstadion

» Fußball – RL West Frauen  
FV Mönchengladbach 2020 – VFR SW Warbeyen  
13:00 | Campuspark Rheydt

## PARTY

» **Funky Garden**  
Mit DJ André Fossen.  
15:00-19:00 | Haus Erholung Biergarten

## FESTE / MÄRKTE

» Hochzeitsmesse „Ja“-Markt  
11:00-17:00 | Kaiser-Friedrich-  
Halle

## KIDS / JUGENDLICHE

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

» Prinzessin Dodo im Märchen-  
schloss  
Kindertheater mit Diana  
Drechsler alias Dodo, die ihre  
Lieblingsmärchen erzählt. Für  
Kinder ab 4 Jahre.  
16:00 | BIS-Zentrum

## SONSTIGES

» Bunter und Botanischer Garten  
– Geheimnisse eines Parks  
Es werden einheimische und  
fremdländische Gewächse  
vorgestellt.  
14:00 | Treffpunkt: Bunter Garten

# MO 15

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» THEATER EXTRA – Soiree  
zu „Die Nachtwandlerin (La  
Sonnambula)“  
Oper von Vincenzo Bellini.  
Stückführung, anschl.  
Probenbesuch.  
18:45 | Theater MG

## KIDS / JUGENDLICHE

» Prinzessin Dodo im Märchen-  
schloss  
Kindertheater mit Diana  
Drechsler alias Dodo, die ihre  
Lieblingsmärchen erzählt. Für  
Kinder ab 4 Jahre.  
9:00 + 11:00 | BIS-Zentrum

# DI 16

## KONZERTE

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

## KIDS / JUGENDLICHE

» 4. Krabbelkonzert – Tanz in  
den Mai  
Für Kinder von 0 bis 2 Jahren.  
10:30 | Theater MG

## SONSTIGES

» Altstadt-Rundgang – Zwischen  
Historie und Moderne  
Abwechslungsreiche Tour durch  
Gladbachs Altstadt.  
18:00 | Treffpunkt: Weiherstr./  
Münsterstieg (gegenüber  
Geroplatz)

» Apéro Art – Eigene Bade- und  
Duschpralinen kreieren!  
Anmeldung 02166 92890-0 oder  
info@schlossrheydt.de  
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

# MI 17

## PARTY

» Tonspuren  
Party-Serie mit Dj.rokka („Rolle“).  
21:00 | Messajero

## FESTE / MÄRKTE

» Frühkirmes (17.5.-21.5.)  
St. Nikolaus-Bruderschaft Hardt.  
Parkplatz Glockenstr.

## SONSTIGES

» Das neue Gesicht der Altstadt  
– After-Work Kultur & Kulinarik  
Mit dem Stadtführer die Schön-  
heiten der #kunstroutealtstadt  
entdecken.  
18:00 | Treffpunkt: Frenzen Res-  
taurant | Waldhausener Str. 89

» Kräuterglück – Schloss Rheydt  
kräutern neu entdecken  
In Vergessenheit geratene Wild-  
pflanzen werden neu entdeckt.  
19:00 | Treffpunkt: Schloss  
Rheydt (Brücke a.d. Schutzhütte)

» Nachtwächter-Rundgang – Mit  
Hellebarde, Horn und Laterne  
Reise in eine längst vergangene  
Zeit.  
19:00 | Treffpunkt: Weiherstr./  
Münsterstieg (gegenüber  
Geroplatz)

» BIS-Kino – Jack  
Deutschland 2014, Regie: Ed-  
ward Berger, 102 Min., FSK 6.  
20:00 | BIS-Zentrum

# DO 18

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» THEATER EXTRA – Abo-  
Cocktail  
Generalintendant Michael  
Grosse und sein künstlerisches  
Team stellen den Spielplan  
2023/2024 vor.  
18:00 | Theater MG

## SPORT

» Trabrennen  
13:00 | Trabrennbahn

## FESTE / MÄRKTE

» GartenLeben mit Kräutergartenfest im Schloss Moyland  
(18.5.-21.5.)  
Kräuterkraft, Pflanzenpower,  
ausgefällene Wohnaccessoires,  
Gartengeräte und andere  
Wohlfühl- und Lifestyle-Artikel.  
Eintritt frei für Kinder!  
10:00-18:00 | Schloss Moyland

# FR 19

## FESTE / MÄRKTE

» Schützenfest und Frühkirmes  
(19.5.-21.5.)  
Bruderschaften in Neuwerk und  
Bettrath.  
Parkplatz Gathersweg

## SONSTIGES

» ADFC-AbendRadTour  
Gemütliche Radtour durch Mön-  
chengladbach. 15 km mit ca. 15  
km/h. Teilnahme kostenlos!  
18:00-19:30 | Treffpunkt: Markt-  
platz Rheydt

# SA 20

## KONZERTE

» Weltklassik am Klavier –  
Glücklich oder traurig? Ying  
oder Yang?  
Jan Cmejla spielt Werke von W.  
A. Mozart, M. Ravel, F. Chopin  
und S. Rachmaninow.  
17:00 | KunstSignal – Alter Bahn-  
hof Geneicken

» MAT – Alternative Rock  
Kraftvoll, rhythmisch, melodisch  
– diese Worte beschreiben die  
Alternativ-Rocker von MAT am  
besten.  
19:30 | BIS-Zentrum

» Apache 207 – Sommer-Tour  
Der deutsche Rapper spielt  
das Auftakt-Konzert seiner  
Sommer-Tour.  
20:00 | Sparkassenpark

## FESTE / MÄRKTE

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

» Schützenfest (20.5.-22.5.)  
St. Antonius-Bruderschaft  
Wanlo.  
Parkplatz Turnhalle Wanlo

## KIDS / JUGENDLICHE

» Theaterspatzen: Madama  
Butterfly lädt ein zum Tee – Eine  
musikalische Reise ins Land der  
aufgehenden Sonne  
Workshop für Kinder von 6 bis  
12 Jahren mit Mezzosopranistin  
Susanne Seefing.  
10:00-13:00 | Theater MG

## SONSTIGES

» Stadtrundfahrt – Mön-  
chengladbach mit dem Bus  
entdecken  
Lernen Sie Mönchengladbach  
von seinen attraktivsten Seiten  
kennen.  
14:00 | Geroplatz (Busspur  
Speicker Str.)

# SO 21

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Die Nachtwandlerin (La  
Sonnambula) – Premiere  
Oper von Vincenzo Bellini.  
In italienischer Sprache mit  
deutschen Übertiteln. Anschl.  
Premierenfeier in der Theaterbar.  
18:00 | Theater MG

» René Steinberg und Doc Esser  
– Lachen und die beste Medizin  
Der eine ist Mediziner und Rock-  
musiker, der andere Kabarettist  
und Literaturwissenschaftler.  
20:00 | TiG

## KONZERTE

» Bandtag 2023 – Bands &  
Ensembles der Musikschule  
stellen sich vor  
Mit Chicken Wings, Leertaste,  
Rock Kids, Acedia, ToBeOrNot-  
ToBop, Blue Duke und Terror  
Quark. Eintritt frei!  
14:00 | Musikschule (Berggarten)

» Musik im Schloss  
Konzert mit Schüler\*innen der  
Musikschule.  
15:30 | Schloss Rheydt

## SPORT

» American Football – Verbands-  
liga NRW-West  
Mönchengladbach Wolfpack –  
Aachen Vampires  
15:00 | Bezirkssportanlage  
Odenkirchen-Süd

## KIDS / JUGENDLICHE

» Die drei Schweinchen und  
der Wolf  
Für Kinder ab 3 Jahren. Von  
Alexander Betov für zwei Schau-  
spieler und Puppen.  
11:00 | Theater MG

## SONSTIGES

» Weltbienentag  
Veranstaltung des BNE-Regio-  
nalzentrums.  
10:30-16:30 | Zoo Krefeld  
[www.zookrefeld.de](http://www.zookrefeld.de)

» Wickrather Schlossgeschichten  
Die Tour zeigt die Schönheiten  
der restaurierten Schlossanlage.  
14:00 | Schloss Wickrath (Brücke  
am Parkplatz, Schild „Treffpunkt  
Stadttour“)

# DI 23

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Insekten (Uraufführung)  
Eine Stückentwicklung des  
Schauspielensembles.  
20:00 | Theater MG

## SONSTIGES

» Mit dem Waschweib durch  
die Stadt  
Geschichten wichtiger weib-  
licher Persönlichkeiten von

damals und heute.  
18:00 | Treffpunkt: Weiherstr./  
Münsterstieg (gegenüber  
Geroplatz)

# MI 24

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

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

» Radikal witzig  
Comedy mit Amjad.  
20:00 | TiG

## VORTRAG / LESUNG

» TEXT | STATIONEN – Markus  
Orths liest aus „Mary & Claire“  
Ein nicht nur historischer  
Roman, der buchstäblich  
Literatur-Geschichte lebendig  
werden lässt.  
19:30 | Theater MG

## FESTE / MÄRKTE

» Schützenfest (24.5.-29.5.)  
St. Nikolaus-Bruderschaft Hardt.  
Parkplatz Glockenstr.

## KIDS / JUGENDLICHE

» 2. Schulkonzert 2022/2023  
Von der Moldau bis zur Elbe.  
Für Schüler\*innen der 3. und  
4. Klasse.  
11:00 | Theater MG

# DO 25

## KONZERTE

» Mötley Crüe & Def Leppard –  
The World Tour  
Die wohl kultiertesten und gefei-  
ertsten Rocklegenden der Welt  
gehen 2023 auf Welttournee.  
17:30 | Sparkassenpark

» Tasten & Knöpfe  
Schüler\*innen des Fachbereichs  
Klavier/Akkordeon musizieren  
solistisch und im Ensemble.  
19:00 | Musikschule MG

» Jazzclub Mönchengladbach –  
Jazzsession  
Eröffnungssset mit Opener  
Band. Anschl. können alle Jazz-  
begeisterten mitmachen und  
einsteigen. Eintritt frei!  
19:30 | BIS-Zentrum

» 6. Meisterkonzert 2022/2023 –  
Harmonic Brass  
Das Ensemble sucht mit seinem  
Konzertprogramm „Die Donau-  
reise“ die schönsten Geschich-  
ten über den Fluss, erkundet  
die großartigsten Landschaften  
und Städte und präsentiert die  
Musik der Donau.  
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

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

## SONSTIGES

» Patienten-Infoabend zum The-  
ma „Unerfüllter Kinderwunsch“  
Kostenlos und unverbindlich.  
Anmeldung unter [www.ki-nd.de/](http://www.ki-nd.de/)  
veranstaltungen oder Tel. 02161  
49686-0 bis zum 22.5.  
19:00 | Kinderwunschzentrum  
Niederrhein

» Apéro Art – Urban Sketching,  
Zeichnen und Kolorieren  
Anmeldung 02166 92890-0 oder  
info@schlossrheydt.de  
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

# FR 26

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Vögel  
Von Wajdi Mouawad. Anschl.  
Publikumsgespräch in der  
Theaterbar.  
19:30 | Theater MG

» Wieder da!  
Kabarett mit Liedermacherin  
Sarah Hakenberg.  
20:00 | TiG

## KONZERTE

» Jazz Circle Viersen e. V. –  
Pulsar Trio  
Mit scheinbar so gegensätz-  
lichen Instrumenten wie Sitar,  
Piano und Drums lässt das  
Pulsar Trio einen neuartigen  
Klangraum entstehen.  
20:00 | Weberhaus Viersen-  
Süchteln | Hochstr. 10a

## FESTE / MÄRKTE

» Jubiläumsfeier „10 Jahre  
Kulturküche“  
Vielfältiges und inklusives  
Programm mit Live-Musik und  
kleinen Köstlichkeiten für das  
leibliche Wohl.  
11:00-17:00 | Kulturküche

## SONSTIGES

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

» Toleranz und Vernunft?  
Ein Gespräch mit dem Publikum  
über „Vögel“ und „Nathan der  
Weise“. Eintritt frei!  
22:15 | Theater MG (Theaterbar)

# SA 27

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Die Nachtwandlerin (La  
Sonnambula)  
Oper von Vincenzo Bellini.  
In italienischer Sprache mit  
deutschen Übertiteln.  
19:30 | Theater MG



## KONZERTE

» Defender – The Most Authentic Manowar Tribute  
19:30 | BIS-Zentrum

## SPORT

» Fußball – Bundesliga  
Borussia Mönchengladbach – FC Augsburg  
15:30 | Borussia-Park

## FESTE / MÄRKTE

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

## KIDS / JUGENDLICHE

» 4. Sitzkissenkonzert – Blechmusik  
Für Kinder von 3 bis 6 Jahren.  
9:30 + 11:00 | Theater MG

## SONSTIGES

» Aktionstag „ZooLeben“  
Begleiten Sie Beschäftigungsfachfrau Christine Peter bei der Tierbeschäftigung und erfahren zudem, was einen modernen Zoo ausmacht: Artenschutz, Forschung und Bildung.  
10:00-15:30 | Zoo Krefeld  
[www.zookrefeld.de](http://www.zookrefeld.de)

» Rund um das Münster – Mysterien, Historie und Kirchenkunst  
Lassen Sie sich entführen in die Welt des dunklen Mittelalters.  
11:00 | Treffpunkt: Edmund-Erlemann-Platz

## SO 28

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Jubiläumsgala 10 Jahre Opernstudio Niederrhein  
Populäre Arien und Ensembles aus Werken von Mozart, Bizet, Donizetti, Rossini, Verdi oder Wagner sind ebenso dabei wie Ausschnitte aus bekannten Unterhaltungswerken.  
19:30 | Theater MG

## KIDS / JUGENDLICHE

» 5. Kinderkonzert 2022/2023 – Mensch, Bach  
Ein Komponistenporträt für Kinder von 6 bis 10 Jahren. Mit Christoph Hohmann als J. S. Bach und Paula Emmrich als Konzertkoblod Kiko. Dirigent: Sebastian Engel.  
11:00 | Theater MG

## DI 30

## SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Die Nachtwandlerin (La Sonnambula)  
Oper von Vincenzo Bellini.  
In italienischer Sprache mit deutschen Übertiteln.  
19:30 | Theater MG

## SONSTIGES

» Sprechstunde im BiZ: Komm zur Feuerwehr Mönchengladbach – Ein starkes Team  
Es werden Fragen zu den Voraussetzungen für die verschiedenen Ausbildungswege beantwortet. Ohne Anmeldung!  
13:30-15:30 | Berufsinformationszentrum (BiZ)

» Apéro Art – Töpfern für Einsteiger und Fortgeschrittene  
Anmeldung 02166 92890-0 oder [info@schlossrheydt.de](mailto:info@schlossrheydt.de)  
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

## MI 31

## VORTRAG / LESUNG

» TEXT | STATIONEN – Juri Andruchowitsch liest aus „Radio Nacht“  
19:30 | Theater MG

» BIS-Kino – Gelobt sei Gott Frankreich 2019, Regie: François Ozon, 132 Min., FSK 6.  
20:00 | BIS-Zentrum

**Termine der Heiligtumsfahrt** (28.5.-4.6.) siehe [www.hindenburg.de/termine.html](http://www.hindenburg.de/termine.html) (bei SUCHE IN TITEL, TEXT „Heiligtumsfahrt“ eingeben!) oder unter [www.heiligtumsfahrt.de](http://www.heiligtumsfahrt.de)

## ADRESSEN

**ADFC Stadtverband Mönchengladbach e.V.**  
Eickener Str. 72 | 41063 MG  
[www.adfc-mg.de](http://www.adfc-mg.de)

**Altes Zeughaus**  
Weierstr. 1-6 | 41061 MG  
[www.altes-zeughaus.de](http://www.altes-zeughaus.de)

**Arbeitslosenzentrum Mönchengladbach e.V.**  
Lüpertzender Straße 69 | 41061 MG  
[www.arbeitslosenzentrum-mg.de](http://www.arbeitslosenzentrum-mg.de)

**BIS-Zentrum**  
Bismarckstr. 97-99 | 41061 MG  
[www.bis-zentrum.de](http://www.bis-zentrum.de)

**BIZ – Berufsinformationszentrum**  
Lürriper Str. 56 | 41065 MG  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

**Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e.V.**  
Hennes-Weisweiler-Allee 1  
41179 MG | [www.borussia.de](http://www.borussia.de)

**Bunker Gülderath**  
Gülderath 29 | 41199 MG  
[www.bunkerfuehrungen.de](http://www.bunkerfuehrungen.de)

**Campuspark Rheydt**  
Jahnplatz 10 | 41236 MG

**City-Kirche Alter Markt**  
Kirchplatz 14 | 41061 MG

**Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg e.V.**  
Endepohlstr. 3 | 41236 MG  
[www.lgb-rheinsieg.de](http://www.lgb-rheinsieg.de)

**Comet-Cine-Center**  
Viersener Str. 8 | 41061 MG  
[www.comet-cine-center.de](http://www.comet-cine-center.de)

**Evangelische Friedenskirche**  
Margarethenstr. 20 | 41061 MG

**Evangelische Hauptkirche Rheydt**  
Hauptstr. 90 | 41236 MG  
[www.kirche-rheydt.de](http://www.kirche-rheydt.de)

**Fohlenweil**  
Hennes-Weisweiler-Allee 1  
41179 MG  
[www.museum.borussia.de](http://www.museum.borussia.de)

**Galerie im Atelierhaus E71**  
Eickener Str. 71 | 41061 MG  
[www.co-mg.de](http://www.co-mg.de)

**Gladbacher Hockey- und Tennis-Club e.V.**  
An den Holter Sportstätten 11 |  
41069 MG | [www.ghtc.de](http://www.ghtc.de)

**Grenzlandstadion**  
Seminarstr. 20 | 41236 MG

**Haus Erholung**  
Johann-Peter-Bölling-Platz 1 | 41061 MG  
[www.hauserholung.de](http://www.hauserholung.de)

**Jahnhalle**  
Volksgartenstr. 165 | 41065 MG

**Kaiser-Friedrich-Halle**  
Hohenzollernstr. 15 | 41061 MG  
[www.kaiser-friedrich-halle.de](http://www.kaiser-friedrich-halle.de)

**Kinderwunschezentrum Niederrhein**  
Madrider Str. 6 | 41069 MG  
[www.ki-nd.de](http://www.ki-nd.de)

**Klosterkirche Neuwerk**  
Dammer Str. 165 | 41066 MG  
[www.klosterkirche-neuwerk.de](http://www.klosterkirche-neuwerk.de)

**Kulturküche**  
Waldhausener Str. 64 | 41061 MG  
[www.kulturkueche.com](http://www.kulturkueche.com)

**KunstSignal – Alter Bahnhof Geneicken**  
Otto-Saffran-Str. 102 | 41238 MG  
[www.kunstsignal.de](http://www.kunstsignal.de)

**KUNSTWERK – das rote Krokodil**  
Wickrathberger Str. 18b | 41189 MG  
[www.kunstwerk-krokodil.de](http://www.kunstwerk-krokodil.de)

**Messajero**  
Sophienstr. 17 | 41065 MG  
[www.messajero.com](http://www.messajero.com)

**MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH**  
Voltastr. 2 | 41061 MG  
[www.mgm.de](http://www.mgm.de)

**MMIII Kunstverein e.V.**  
Rudolf Boetzelen-Silo | Künkelstr. 125  
41063 MG  
[www.mmiii.de](http://www.mmiii.de)

**Monforts Quartier**  
Monforts Quartier 1 (vormals Schwalmstr. 301) | 41238 MG  
[www.monforts-quartier.de](http://www.monforts-quartier.de)

**Museum Abteiberg**  
Abteistr. 27 | 41061 MG  
[www.museum-abteiberg.de](http://www.museum-abteiberg.de)

**Musikschule Mönchengladbach**  
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG  
[www.musikschule-moenchengladbach.de](http://www.musikschule-moenchengladbach.de)

**Pfarrkirche St. Helena**  
St. Helena-Platz 9 | 41179 MG  
[www.helenamusik-rheindahlen.de](http://www.helenamusik-rheindahlen.de)

**Red Box**  
Am Nordpark 299 | 41069 MG  
[www.redbox-mg.de](http://www.redbox-mg.de)

**Rhe-er Eck**  
Odenkirchener Str. 29 | 41236 MG

**Schloss Moyland**  
Am Schloß | 47551 Bedburg-Hau  
[www.moyland.de](http://www.moyland.de)

**Schloss Rheydt**  
Schlossstr. 508 | 41238 MG  
[www.schlossrheydt.de](http://www.schlossrheydt.de)

**Sparkassenpark**  
Am Hockeypark 1 | 41179 MG  
[www.sparkassenpark.de](http://www.sparkassenpark.de)

**Sportanlage Am Haus Lütz**  
Am Haus Lütz 57 | 41066 MG

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

**Stars of the Galaxy**  
Berliner Platz 10 | 41061 MG  
[www.starsofthegalaxy.de](http://www.starsofthegalaxy.de)

**Stadtteilbibliothek Rheydt**  
Am Neumarkt 84 | 1236 MG  
[www.stadtteilbibliothek-mg.de](http://www.stadtteilbibliothek-mg.de)

**TextilTechnikum**  
Schwalmstr. 301 | 41238 MG  
[www.textiltechnikum.de](http://www.textiltechnikum.de)

**Theater KR MG**  
Odenkirchener Str. 78 | 41236 MG  
[www.theater-kr-mg.de](http://www.theater-kr-mg.de)

**TiG – Theater im Gründungshaus**  
Eickener Str. 88 | 41061 MG  
[www.dein-tig.de](http://www.dein-tig.de)

**Trabrennbahn an der Niersbrücke**  
Am Flughafen 5 | 41066 MG  
[www.mgtrab.de](http://www.mgtrab.de)

**Volkshochschule**  
Am Sonnenhausplatz | 41061 MG  
[www.vhs-mg.de](http://www.vhs-mg.de)

**Volkverein Mönchengladbach**  
Geistenbecker Str. 107 | 41199 MG  
[www.volkverein.de](http://www.volkverein.de)

**Weberhaus Viersen-Süchteln**  
Hochstr. 10a | 41749 Viersen

**Zoo Krefeld**  
Uerdinger Straße 377  
47800 Krefeld  
[www.zookrefeld.de](http://www.zookrefeld.de)

## Sie möchten einen Termin melden?

**Redaktionsschluss des Terminkalenders** ist der 15. des Vormonats oder der vorhergehende Werktag.

Bitte senden Sie eine E-Mail mit folgenden Informationen: Name, Datum und Uhrzeit der Veranstaltung, Veranstalter, Veranstaltungsort und Adresse sowie Eintrittspreise und Website der Veranstaltung. Für den Onlinekalender zusätzlich einen Beschreibungstext und Bildmaterial / Flyer (Urheberangabe bei Fotos nicht vergessen!) an: [termine@hindenburg.de](mailto:termine@hindenburg.de) (Wir geben generell keine Aufnahmegarantie)

## IMPRESSUM

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach erscheint bei:  
Markimpuls GmbH & Co. KG, Schillerstr. 59, 41061 Mönchengladbach, Tel. 02161/68695-20, Fax 02161/68695-21,  
Geschäftsführer: Marc Thiele  
Amtsgericht Mönchengladbach, HRA 5838, UStID: DE247218101  
PhG: Markimpuls Verwaltungs GmbH  
Anschrift wie oben, Amtsgericht Mönchengladbach, HRB 11530

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

**KONTAKT REDAKTION:**  
E-Mail: [redaktion@hindenburg.de](mailto:redaktion@hindenburg.de)

## TERMIKALENDER:

Martin Huth, E-Mail: [termine@hindenburg.de](mailto:termine@hindenburg.de),  
Redaktionsschluss Terminkalender: 15. des Vormonats

## REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Jessica Sindermann, Gracia Sacher, Lars Thierling, RA Peter Kolb  
**COVERFOTO:** © Milenko Dilas - Veternik; Serbia - stock.adobe.com  
**GRAFIK:** Markimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,

**DRUCK:** Senefelder Misset, Doetinchem (NL)

## ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:

Marion Freier, Marion E. Auguste  
Tel. 02161/68695-20, E-Mail: [media@markimpuls.de](mailto:media@markimpuls.de)

## AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

werden auf Wunsch zugeschickt.

Vertrieb in ausgewählten Verteilstellen und Stadtteilen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Wegberg, Viersen, Willich und Schiefbahn  
Für die Richtigkeit der Termine und Anzeigentexte kann der Verlag keine Gewähr übernehmen. Alle Berichte und Beiträge sind nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Autoren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte Unterlagen jeglicher Art übernimmt der Verlag keine Haftung. Satiren und Kolumnen verstehen sich als Satire im Sinne des Presserechts. Nachdruck des gesamten Inhaltes, auch auszugsweise, sowie der vom Verlag gestalteten Anzeigen nur mit schriftlicher Freigabe des Verlages. Alle Rechte liegen beim Verlag. Kontakt s. o.



# LÜCKENLOS IST EINFACH SCHÖNER.

IMPLANTATE – UM LÜCKEN ZU SCHLIESSEN.

Implantologie · Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie  
Oralchirurgie



**Dr. Dr. Lange & Weyel**

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

[www.lange-weyel.de](http://www.lange-weyel.de)