

FEBRUAR 2021 · 15. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

WWW.HINDENBURGER.DE

IHR GRATIS-EXEMPLAR  
ZUM MITNEHMEN

# HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH + RHEYDT

LIFESTYLE  
**HYGGE + DIY**

STADTLIBEN  
**NEUE STADTTUREN  
IN 2021**

STADTLIBEN  
**CITYMOVEMENT  
DAS ALTERNATIV-  
KULTURFESTIVAL**

KUNST + KULTUR  
**STRANDKORB OPEN AIR 2021**

WIRTSCHAFT  
**BERUFSAUSBILDUNG UND CORONA**



**»Volkverein Mönchengladbach«**  
gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®



**Volk'sLaden**  
second hand

**Öffnungszeiten:**  
Mo-Fr 9:30-18 h  
Sa 9:30-13 h

**Zentrale:**  
02166 / 671 16 00

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

Geistenbecker Str. 107+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

Öffnungszeiten  
Mo - Fr 10:00 - 18.30 | Samstag 10:00 - 15:00

*fräulein*  
MIT DEM GESPÜR FÜR SCHÖNE DINGE  
**Smilla**

Mode · Lifestyle · Deko · Geschenkideen

Du suchst noch ein schönes Outfit,  
Deko für zu Hause oder Geschenkartikel?  
Dann komm zu uns!

Bring diesen Ausschnitt mit und sicher Dir  
**10% auf Deinen Einkauf!**  
Angebot ist gültig bis zum 27.02.2021

@mitdemgespuefuerschoenedinge  
0172 49 44 179 | Fräulein Smilla

Fräulein Smilla Concept Store · Goethestraße 2a · 41061 M' Gladbach



Foto: © Sturdiline

Liebe Leserinnen und Leser,

um es mit Heid-Klum-ähnlichen Worten zu sagen:  
„Ich habe heute kein Editorial für Sie“

Was soll ich Ihnen auch erzählen? Wollen Sie wissen, wie wütend ich auf unsere Politik bin? Wie sehr mir so viele andere Menschen mittlerweile auf den Senkel gehen - ob nun wegen ihrer Meinung oder ihres Egoismus? Vielleicht sollte ich Ihnen ja mal erzählen, wie sehr mich und viele meiner Bekannten und Geschäftspartner die pure Existenzangst und oft schon Verzweiflung befällt! Das will ja niemand hören und ändern können wir an dieser Situation ja sowieso nichts. Wir können uns drüber aufregen, hin und wieder noch mit ein paar Menschen diskutieren, ohne irgendwie angegriffen oder beleidigt zu werden, aber ansonsten kann man ja nur ausharren und hoffen, dass noch etwas da ist, wenn man aus den Trümmern der Coronapolitik hoffentlich wieder aufersteht.

Wenn ich mir für dieses Jahr eines wünschen dürfte, wäre das die Rückkehr von Vernunft und Intelligenz und das Verschwinden der Panik und Angst.

Bis dahin versuchen wir das Beste - soweit noch möglich - aus der Situation zu machen....

- die nächste Ausgabe vorbereiten - schließlich ist es der 150. Hindenburger im 15. Jahr - Juchuu!

- an den Post-Corona-Projekten rund um den Hindenburger arbeiten,

- sich durch den Dschungel von Vorschriften und Gesetzen ackern, um sich ein neues geschäftliches Standbein aufzubauen,

- und ein paar andere Dinge, auf die Sie sich hoffentlich freuen können....

Ich glaube, ich habe meine Frustration ausreichend zum Ausdruck gebracht und dabei habe ich so sehr (aber erfolglos) versucht, irgendwas nettes und fröhliches zu schreiben.... Dumm gelaufen.

Trotz dieses Frustes, der es manchmal auch sehr schwer macht, Spaß am „Heft machen“ zu finden, haben wir auch eine Ausgabe 149 hin bekommen.

Aufgeben zählt nicht („Klappspatenprinzip“)... und wer Monty Python's Ritter der Kokosnuss kennt... wir sind der schwarze Ritter.

Umso mehr freue ich mich, dass Jessica Sindermann den Weg in unser Redaktionsteam gefunden hat und mit „Hygge“ (S. 16/17) und Teilen des Ausbildungsthemas ihre ersten Artikel beigesteuert hat.

Dass auch andere nicht aufgeben, zeigt das Engagement des Projekt42 in der Altstadt, das ein Festivalkonzept beim Förderprogramm „Neustart Kultur“ eingereicht hat und dieses angenommen wurde. Das Alternativkulturfestival „Citymovement“ wird definitiv dieses Jahr stattfinden - ob nun real oder digital, entscheidet jedoch Corona. Erste Infos dazu in dieser Ausgabe auf Seite 6 und mehr in der nächsten Ausgabe Nr. 150.

Und mit einem langsam und genüsslich erhobenen „Effe-Finger“ an Corona verabschiede ich mich aus diesem Vorwort, gieße mir einen leckeren Gin ins Glas und gehe netflixen...

Bleiben Sie gesund und guten Mutes....

Herzlichst,

Marc Thiele  
Herausgeber

projekt.42

**city movement**

Das Alternativkulturfestival  
August 2021

**KULTUR BLEIBT!**

KÜNSTLER & MUSIKER BEWERBT EUCH UNTER:  
[BEWERBUNG@PROJEKT42.INFO](mailto:BEWERBUNG@PROJEKT42.INFO)

GEFÖRDERT VON:





6

STADTLIBEN



19

KUNST + KULTUR



26

SPORT

Fotografie siehe Themenseiten

## STADTLIBEN

- 6 **SERIE:** Gladbacher Platt  
Citymovement - Das Alternativkulturfestival
- 7 Spannende neue Stadttouren der MGMG
- 8 Trägerverein für Textiltechnikum gegründet
- 9 Maske ab, Headset auf

## BAUEN + WOHNEN

- 10 Halfmann Raumausstatter -  
Auch im Lockdown für Sie da  
Natürlich wohnen
- 11 SHL Badwelt Niederrhein -  
Bad und Heizung aus einer Hand
- 12 Obrock - Attraktive Doppelhälfte  
Bei Bauverzögerung frühzeitig reagieren
- 13 Lenas Art - Kreative Raumkonzepte zum Wohlfühlen
- 14 Leben in MG - Attraktiv. Generationengerecht.  
Vielfältig

## LIFESTYLE

- 16 Hygge - Das dänische Glücksrezept für den Alltag

## KUNST + KULTUR

- 18 Literaturtipps
- 19 Strandkorb Open Air 2021: Erste Termine

## WIRTSCHAFT

### SONDERTHEMA AUSBILDUNG IN CORONAZEITEN

- 20 Caritas:  
Nimm die Herausforderung an! Box Dich durch!
- 21 Pflegefachkraft. Ein Beruf mit Perspektive
- 22 Interview: Pflegeausbildung und Corona? Wie geht  
das überhaupt?
- 24 Interview: Berufsausbildung in der Pandemie

## SPORT

- 26 **BORUSSIA:** Gut gerüstet für den Erfolg

## MEDIZIN + CO

- 28 Dr. Dr. Lange Weyel: Schnarchen - Da hört der Spaß auf
- 29 Be5-Physio: Physiotherapie als Hausbesuch  
Hülsen & Platte: 24-Stunden Seniorenbetreuung aus  
Ihrer Region
- 30 Praxis Dr. Bongartz MSc. MSc. & Kollegen: Zahnersatz  
Viele Möglichkeiten für ein schönes Lächeln

## HINDENBURGER UNTERWEGS

- 31 Zu Gast bei der AWO im L64

## GENUSSKULTUR

- 32 GenussShopping
- 34 **SERIE:** Gracias Bierliebe:  
Bierstil Helles - Gerne auch modern interpretiert
- 35 **SERIE:** Whisky: Die Highland Park Destillerie

## SONSTIGES

- 5 Corona Update
- 34 Impressum

# CORONA UPDATE

## Ist Impfen der einzige Ausweg aus der Pandemie?

Redaktion: Marc Thiele

Verfolgte man bisher die Medien oder auch die Auftritte der Politik, war ausschliesslich der aktuelle Stand der Impfung Thema. Welche Impfstoffe sind da oder kommen bald, wie ist der Stand des Impffortschritts oder wie schlecht ist das Impfkonzep? Jetzt, da immer mehr Virusmutationen auftreten und damit eventuell die Impfungen weniger wirksam sein könnten, ist auch in der politischen und medialen Kommunikation fast nirgendwo etwas von anderen Lösungen, Alternativen oder differenzierten Wegen die Rede, sondern erneut nur von Verschärfungen - der Krise und der Maßnahmen. Dabei gab es von Beginn an nicht nur einen Weg aus der Pandemie, sondern - da war sich die Wissenschaft einig - der Weg muss mindestens dreispurig sein. Testen, Impfen aber auch Therapieren. Der Grund ist einfach und auch einleuchtend. Die Wissenschaft ist sich in seltener Einheit sicher, dass SARS-CoV-2 wie die meisten anderen Viren nicht einfach wieder verschwinden wird, auch nicht durch eine Impfung, sondern in Zukunft als Gesundheitsrisiko bleibt. Es wird immer wieder zu Ausbrüchen kommen, es wird immer wieder schwere Fälle geben und auch Tote - eben wie bei jeder anderen Viruserkrankung auch. Daher lag der Fokus der forschenden Wissenschaftler schon seit Auftreten des Virus nicht alleine auf Impfstoffen, sondern auch auf Therapeutika. Am bekanntesten ist wohl das jüngst von Gesundheitsminister Spahn medienwirksam eingekaufte Antikörpermedikament REGN-CoV2 des US-Konzerns Regeneron, das zuvor wohl wirksam bei Ex-US-Präsident Trump eingesetzt wurde. Aber ist das schon alles? Nein, denn die Forschung läuft auf Hochtouren, nur eben nicht mit der gleichen finanziellen Unterstützung durch die Regierungen wie bei den Impfstoffen. Gerade einmal 30 Millionen Euro hat die Bundesregierung vor ein paar Wochen in diesen Forschungsbereich investiert, obwohl die Fachwelt deutlich die Wichtigkeit von Therapeutika zum Ausdruck gebracht hat.

Nehmen wir das in Deutschland in der Entwicklung befindliche Mittel COR-101 als Beispiel. Die präklinischen Tests haben gezeigt, dass die Viruslast in der Lunge um 99% binnen kürzester Zeit reduziert werden konnte, womit z.B. schwere Verläufe verhindert werden könnten. Seit diesem Monat laufen die klinischen Tests an Menschen. Es gibt zudem noch weitere Vorteile alleine dieses Meikamentes - Logistik, Sicherheit und schnellere Wirksamkeit, als es bei Impfungen der Fall ist. Aber COR-101 ist nicht das einzige Medikament gegen SARS-CoV-2 in der Entwicklung.

Wenn Sie dieses Thema interessiert, dann finden Sie unter den folgenden Links weitergehende Informationen:

Der aktuelle Stand der Medikamentenentwicklung:  
<https://bit.ly/3iHeLG3>

Informationen zu COR-101  
Informationen der TU Braunschweig: <https://bit.ly/36c965P>  
Aktueller Stand (NDR): <https://bit.ly/3c66fP>

Neue  
Agentur  
gesucht?



Digital  
Social  
Print  
Media  
Consulting

Lernen  
Sie uns  
kennen!



**WIR** machen den Mehrwert.

**LACK & BLECH**  
Autolackiererei  
Fachbetrieb für Unfallreparaturen

BEULEN  
HEILER

SEIT 1991

Kretfelder, Str. 510  
41066 Mönchengladbach  
[www.lack-blech.de](http://www.lack-blech.de)



**Uut di Reeh: Wi di Alde kalle:**

von Kurt Paul Gietzen (\*16.06.1934 / †25.03.2020)

**LEBENSWEISHEITEN IN  
MÖNCHENGLADBACHER  
PLATT**

„Dat Huus öß minn on doch net minn Nöötse wütt et och net sinn, dä Dredde dräht merr och eruut, dröm sacht mesch, wämm jehü-et nuu dat Huus.“ „Das Haus ist mein und doch nicht mein, dämm dem Nächsten wird es auch nicht sein, den Dritten trägt man auch heraus, darum sagt mir, wem gehört nun das Haus?“ (Inscrift über der alten Post in Rheindahlen)

„Dat Wäjer deet merr erkenne am Wengh, ne Vadder am Kengh, on dä Hä-er am Jesengh.“ „Das Wetter erkennt man am Wind, einen Vater am Kind, und den Herrn am Gesinde.“

„Dä jeh en e Klosster, wo tweelee Klompe vörr et Bett shtonnt.“ „Der geht in ein Kloster, wo zweierlei Holzschuhe vor dem Bett stehen.“ i.ü.S. wo Männlein und Weiblein zusammen leben.

„Dat klöschdechste am Jeldverdeene es, dat merr angere vör Ärbeete betaale kann, di eenem fröhjer sälefs Freud jemäck hannt.“ „Das Seltsame am Geldverdienen ist, das man andere für Arbeiten bezahlen kann, die einem früher selber Freude gemacht haben.“

„Dä lüsch, dat merr möt de Klompe draan föhle kann.“ „Der lügt, dass man mit den Holzschuhen daran fühlen kann.“ i.ü.S. so offensichtlich.

„De Huusvrau en Kü-ek, Schtall on Keller, d'r Hä-er en Schü-er on Fääl, dann öss et Huus joot beschältt.“ „Die Hausfrau in Küche, Stall und Keller, der Herr in Scheune und Feld, dann ist das Haus gut bestellt.“ i.ü.S. wenn jeder seinen Fähigkeiten entsprechend handelt.

„De Daach send Brö-er, maar sälde jlick eene dä angere.“ „Die Tage sind Brüder, Nur selten gleicht ein Tag dem anderen.“ i.ü.S. es treten immer neue Ereignisse ein.

Illustration: Stefan Voeller



ANZEIGE

**CITY MOVEMENT 2021 -  
Das Alternativkulturfestival im Projekt 42**

Jetzt bewerben!



Das **PROJEKT 42** - die Alternativkulturlocation im Herzen der Mönchengladbacher Altstadt gibt auch im 20. Jahr ihres Bestehens trotz Corona nicht auf! Statt in Lethargie zu verfallen, engagieren Andreas Ochotta und sein Team sich stark dafür, dass die Alternativkultur und die Altstadt weiterleben und haben ein Festival auf die Beine gestellt, das sich gewaschen hat.

Im Rahmen des Förderprogramms **NEUSTART KULTUR 2021** wird der gesamte August zum **CITY MOVEMENT**. An allen acht Wochenendtagen wird das Projekt42 auf der Waldhausener Straße Livebands, DJs sowie Lichtkünstler eine Bühne bieten. Neben Top Acts der jeweiligen Genres werden pro Veranstaltungstag insgesamt drei Bands, drei DJs und drei Lichtkünstler/Innen aus der Region auftreten. Insgesamt werden also jeweils 24 Bands, DJs und Lichtkünstler aus der Region den Weg auf die Bühne finden. Quer durch alle Genres, von Rock, Metal, Psychedelic, Experimental, über Hip Hop, Electro bis hin zu Ethno und Jazz werden wir alle Nischen abdecken.

**Interessierte Künstler können sich bis zum 31.03.2021 unter: [bewerbung@projekt42.info](mailto:bewerbung@projekt42.info) bewerben.**

Das Alternativkulturfestival wird gefördert durch:  
Initiative Musik gGmbH & Die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien

**Wir suchen Dich als:**

**Zeitungsverteiler** m/w/d  
Minijob

**Web-Designer** m/w/d  
Teilzeit 20-25 Std. / Woche

Stellenausschreibungen unter  
[www.marktimpuls.de/jobs.html](http://www.marktimpuls.de/jobs.html)

**marktimpuls**  
Marketingagentur + Verlag

Schillerstraße 59 | 41061 Mönchengladbach  
Tel.: 0 21 61 - 686 95 20 | [info@marktimpuls.de](mailto:info@marktimpuls.de)  
[www.marktimpuls.de](http://www.marktimpuls.de)

**2021: Spannende neue Stadttouren im  
Programm der Marketing Gesellschaft**

Ein Exponat der Skulpturenmeile 2.0, vor dem Rathaus Abtei (Foto: MGGM)

Mönchengladbach lädt auch 2021 zu großer Geschichte und kleinen Anekdoten, zu Reisen in die Vergangenheit und Ausblicken in die Zukunft, zu Sport-Mythen und kulinarischen Verlockungen ein. Ob Genießer oder Entdecker, Kunst- oder Fußballfan – mit der großen Auswahl von über 20 Stadttouren ist für jeden Geschmack etwas dabei!

**Die hier genannten Termine sind – je nach aktueller Situation zu diesem Zeitpunkt – unter Vorbehalt!**

Neben den beliebten bisherigen Touren gibt es in diesem Jahr **fünf neue Touren, die ab März bis November gebucht werden können**. Gestartet wird mit der „**Skulpturenmeile 2.0**“. Skulpturale Kunst und Plastiken findet man in Mönchengladbach auf vielen öffentlichen Plätzen, in Parklandschaften und manchmal auch in versteckten Innenhöfen. Ein Großteil der Kunstwerke der Skulpturenmeile hat seinen Ursprung im regionalen Projekt „Kunstwege“, welches seinerzeit zur EU-ROGA 2002plus entstanden ist. Erweitert um jüngere Exponate führt die Stadttour Skulpturenmeile 2.0 vom Skulpturengarten unterhalb des Museums Abteiberg und dem Hans-Jonas-Park über die Altstadt bis hin zum Bunten Garten und zeigt ca. 50 Exponate von 1927 bis 2016. **Erster geplanter Termin ist der 13. März 2021 (14 Uhr)**.

**Im April gibt es direkt zwei neue Touren: Am 7.4.2021 (19 Uhr) steht die erste neue Tour**

die erst wachsen musste, erfahren Sie auf diesem erlebnisreichen Stadtrundgang.

**Am 5. Mai (18 Uhr)** gibt es mit der Tour-Reihe „**Das neue Gesicht der Altstadt – After-Work Kultur & Kulinarik**“ eine unterhaltsame Mischung aus Kultur und Kulinarik. Entdecken Sie mit unserem Stadt-führer die Schönheiten der #kunsttroueatstadt und erleben Sie besondere Konzepte der Szene-Hotspots als kulturelle Treffpunkte. Zwischendurch werden Ihnen bei „Food- und Tastings-Stops“ in verschiedenen Restaurants appetitliche Häppchen serviert.

**Am 18. Mai (18 Uhr)** geht es „**Mit Dem Waschweib durch die Stadt**“. Wollten Sie immer schon mal beim Tratsch und Klatsch unter Frauen lauschen? Dann ist die Waschweibertour genau das Richtige für Sie. An historisch und kulturell bedeutsamen Orten in Mönchengladbach weicht diese Stadttour Sie in die Geschichten wichtiger weiblicher Persönlichkeiten aus dem heutigen und dem damaligen Mönchengladbach ein – alles ganz diskret. Frauensache halt!

**Noch ein Tipp:** Mit einem Geschenkgutschein für eine Stadtführung verschenken Sie nicht nur Vorfreude, sondern finden immer das passende Präsent! Alle Touren können zu Ihrem Wunschtermin gebucht werden! Ob Familienfeier, Firmenfeier oder als Geschenk.

Natürlich gibt es hier Hygiene- und Verhaltensregeln nach der Corona-Schutzverordnung. Ausführliche Hinweise erhalten die Teilnehmer schon bei der Buchung

**Buchungen**

**Reisebüro Haupts**  
Neusser Straße 317,  
Tel.: 02161-82 09 80,  
[www.haupts-reisen.de](http://www.haupts-reisen.de),  
Mo-Fr 9.30 -18.30 Uhr, Sa 10 -13 Uhr

**TOURIST INFO im FIRST Reisebüro**  
Alter Markt 9,  
Tel.: 02161-93 09 20,  
Mo – Fr. 12.00 – 16.00 Uhr. Sa. geschlossen

Alle weiteren Touren, Infos und Termine unter [www.stadttouren-mg.de](http://www.stadttouren-mg.de) oder [www.deinmg.de](http://www.deinmg.de)



Foto: rimapress | Markus Rick

## Trägerverein für das TextilTechnikum gegründet

Hochschulpräsident Dr. Thomas Grünewald zum Vorsitzenden gewählt

Die Stadt Mönchengladbach verfügt über eine bedeutende Sammlung historischer Textilmaschinen. Seit 2015 ist diese im Monforts Quartier an der Schwalmstraße öffentlich zugänglich. Seither erleben Individual- und Gruppenbesucher die Geschichte der Textiltechnik anhand vorführbereiter Maschinen. „Darüber hinaus sieht sich das TextilTechnikum nicht allein als musealer Ort an einem authentischen Industriestandort, sondern es bündelt vielfältige Aktivitäten in einem textilen Themenspektrum“ erklärt Dr. Gert Fischer, der städtische Beigeordnete für Kultur. Es war beispielsweise in den letzten drei Jahren wichtiger Teil eines wissenschaftlichen Forschungsprojektes zur Geschichte der Farbstoffe. Hintergrund: Die weltweit wohl einmalige (textile) Farbstoffsammlung der Hochschule Niederrhein wird ebenfalls an der Schwalmstraße gezeigt.

„Die Hochschule hat weitreichende Pläne an diesem Standort“, erläutert ihr Präsident Dr. Thomas Grünewald. „Hier soll das großangelegte Projekt Textilfabrik 7.0 seinen Ausgang nehmen, da fügt sich das TextilTechnikum hervorragend ein.“ Grünewald ist in der Gründungsversammlung am 13. Oktober zum ersten Vorsitzenden des neuen TextilTechnikum e.V. gewählt worden.

Zum Vorstand des Vereins gehören außerdem: Prof. Dr. Wolfgang Kleinebrink, Geschäftsführer Verband der Rheinischen Textil- und Bekleidungsindustrie (Stellvertretender Vorsitzender), Dr. Gert Fischer, Beigeordneter für Bildung, Kultur und Sport der Stadt Mönchengladbach, Helmut Wallrafen, Geschäftsführer der Sozial-Holding Altenheime der Stadt Mönchengladbach GmbH, Dr. Rolf Keuchen,

Vorsitzender der Otto von Bylandt-Gesellschaft und Dr. Karlheinz Wiegmann, Direktor des Städtischen Museums Schloss Rheydt.

Bislang war das TextilTechnikum formal eine Unterabteilung des Städtischen Museums Schloss Rheydt. Der neue Trägerverein, dessen Gründung auf einen Beschluss des Rates der Stadt Mönchengladbach zurückgeht, bietet den Vorteil, flexibler agieren zu können. Vor allem gibt er den Partnern des TextilTechnikums die Möglichkeit, den künftigen Kurs intensiv mitzugestalten. Denn ohne diese geht es nicht. Die Eröffnung im Monforts Quartier war nur möglich durch die finanzielle Unterstützung der Textilwirtschaft. Gern erinnert sich Rolf Königs, Präsident des Verbandes der Rheinischen Textil- und Bekleidungsindustrie, daran, wie er sich damals aufmachte, seine Unternehmerkollegen von der Notwendigkeit und Unterstützung der neuen Einrichtung zu überzeugen – mit großem Erfolg. Mittlerweile erlernen auch die Schüler der von den Textilverbänden in unmittelbarer Nachbarschaft errichteten Textilakademie regelmäßig an den alten Maschinen im Monforts Quartier die grundlegenden technischen Abläufe.

Wie für den Textilverband stand es auch für Helmut Wallrafen, den Geschäftsführer der Sozial-Holding der Stadt Mönchengladbach außer Frage, sich am neuen Verein zu beteiligen. Seit vielen Jahren ist ein Berufsqualifizierungsprojekt der Sozial-Holding zentraler Baustein der Arbeit des TextilTechnikums. Einen Vorstandsposten übernahm er aber als Geschäftsführer der Altenheime der Stadt Mönchengladbach GmbH. „Der Arbeit mit älteren Menschen kommt an diesem Ort besondere Bedeutung

zu“, so Wallrafen. Eingebunden in ein größeres Forschungsprojekt wurde daher mit Landesförderung unter Führung der Altenheim GmbH ein besonderes Programm für Menschen mit Demenzerkrankungen im TextilTechnikum entwickelt. Eines der zahlreichen Projekte, die im Technikum in den letzten Jahren realisiert wurden. Ein verlässlicher Partner ist dabei seit jeher die Otto von Bylandt-Gesellschaft. Ihr Vorsitzender, Dr. Rolf Keuchen, freut sich daher: „Im neuen Verein sind wir noch viel stärker in die Planungen einbezogen.“

„Die Vereinsgründung bringt uns deutlich nach vorn“, sagt auch Dr. Karlheinz Wiegmann, als Museumsdirektor von Schloss Rheydt nun Geschäftsführer des neuen Vereins. Sie ist geeignet, Raum für die vielen unterschiedlichen Projekte zu geben. Aktuell zeigt beispielsweise die Montagsstiftung „Made in Rheydt. Textile Geschichte von gestern und heute“ – im Zentrum einen 32 Meter langer Teppich, entstanden mitten Rheydt. Genauso wichtig wie die Vereinsmitglieder sind auch künftig die finanziellen Förderer wie das Land NRW, der LVR oder die textile Berufsgenossenschaft. Wiegmann blickt dabei zuversichtlich in die Zukunft: „Es tut sich so viel“. Aktuell bringt der Techniker des Hauses, Holger Hellwig, die alte Dampfmaschine wieder in Schwung, unterstützt vom Berufskolleg Rheydt-Mülfort für Technik und der benachbarten Firma Hepp-Schwamborn. Und mit Finanzierung des LVR und des Landes sollen ab Januar Textil-„Tutorials“ entstehen. In einem neuen Youtube-Kanal soll die Arbeit mit und an den Maschinen dokumentiert werden – damit nicht nur die Technik erhalten bleibt, sondern dieses Wissen nicht verloren geht.

### TextilTechnikum e.V.

c/o Städtisches Museum Schloss Rheydt, Schlossstraße 508, 41238 Mönchengladbach

### Vorsitzender:

**Dr. Thomas Grünewald**, Präsident der Hochschule Niederrhein

### Stellv. Vorsitzender:

**Prof. Dr. Wolfgang Kleinebrink**, Geschäftsführer Verband der Rheinischen Textil- und Bekleidungsindustrie

**Kassierer: Dr. Gert Fischer**, Beigeordneter für Bildung, Kultur und Sport der Stadt Mönchengladbach

### Beisitzer:

**Helmut Wallrafen**, Geschäftsführer der Altenheime der Stadt Mönchengladbach GmbH  
**Dr. Rolf Keuchen**, Vorsitzender der Otto von Bylandt-Gesellschaft

**Dr. Karlheinz Wiegmann**, Direktor Städtisches Museum Schloss Rheydt

## Maske ab, Headset auf

Per Weiterbildung in kontaktlosen Live-Online-Schulungen Wissenslücken schließen



djd/ www.ibb.com/kerkezz - stock.adobe.com

Dank kontaktlosem Live-Online-Unterricht sind Weiterbildungen selbst in Zeiten von Social Distancing möglich.

Wer den aktuellen Stellenmarkt betrachtet, wird schnell feststellen: Bewerber ohne spezielle Fachkenntnisse haben es schwer. Wenn die richtigen Qualifikationen fehlen, sollte man die Wissenslücken möglichst schnell durch eine Weiterbildung schließen. Dank kontaktlosem Live-Online-Unterricht ist eine Kursteilnahme selbst in Zeiten von Social Distancing möglich.

### Lernen in der Online-Akademie

Daniela Thiem etwa hat mitten im bundesweiten Frühjahrs-Lockdown 2020 eine Online-Fortbildung mit IHK-Zertifikat im Bereich Rechnungswesen absolviert. „Mein virtueller Kurs startete Anfang April. Corona hatte keine Auswirkungen auf den Ablauf“, berichtet die 54-Jährige aus Rheinböllen im Hunsrück. Jeden Morgen um acht Uhr habe sie ihr Headset aufgesetzt und sich am PC in den Lerncampus der Virtuellen Online Akademie (Viona) eingeloggt. „Dort fand der Unterricht mit den Dozenten statt, aber ich habe mich auch mit anderen Teilnehmern ausgetauscht und an Lerngruppen teilgenommen“, so Thiem. Bei Fragen habe sie stets einen Mitarbeiter des Anbieters kontaktieren können. „Aber man muss bei einem solchen Kurs ausreichend Disziplin aufbringen, um außerhalb des Unterrichts selbstständig zu lernen und sich nicht ablenken zu lassen“, betont Thiem.

### Kurs wurde vollständig gefördert

Für die gelernte Verkäuferin war das virtuelle Lernen auch aus anderen Gründen die ideale Lösung:

„Ich sitze seit einigen Jahren im Rollstuhl und bin daher auf barrierefreie Seminarräume angewiesen, die es in meinem Wohnort nicht gibt“, sagt Daniela Thiem. Ihre gesundheitliche Situation sei auch der Auslöser gewesen, sich beruflich neu zu orientieren und eine sitzende Tätigkeit zu suchen. „Ich arbeitete einige Jahre als Bürokräft bei einem Fußballverein und brachte mir vieles selbst bei. Aber als ich einen neuen Job suchte, wollten die Unternehmen trotzdem entsprechende Zertifikate sehen.“ Auf der Suche nach einer passenden Fortbildung stieß sie beim IBB Institut für Berufliche Bildung auf das Online-Kursprogramm Viona@home. „Hier konnte ich die Weiterbildung zur Fachkraft für Rechnungswesen komplett übers Internet absolvieren. Außerdem startete der Kurs kurzfristig und ich wollte keine Zeit verschwenden“, sagt Thiem.

Unter [www.ibb.com](http://www.ibb.com) gibt es weitere Informationen zum Online-Kursprogramm. Ihre Weiterbildung wurde von der Agentur für Arbeit durch einen Bildungsgutschein gefördert und war damit kostenlos für die 54-Jährige. Ihr neues IHK-Zertifikat hat sich auch gleich bezahlt gemacht: Inzwischen hat sie eine Festanstellung an der Rezeption eines Hotels gefunden. „Ich habe für mich die Erfahrung gemacht: Es gibt immer einen Weg“, so das Fazit von Daniela Thiem.

Quelle: djd/ IBB Institut für Berufliche Bildung AG

## HUK-COBURG

persönlich in Mönchengladbach

### ■ Faire und kompetente Beratung

zu allen Versicherungsfragen

### ■ Kostenlose Analyse

Ihrer persönlichen Altersvorsorge- und Versicherungssituation

### ■ Unverbindliches Angebot

der optimalen Versicherungslösung

### ■ Günstiger Rundumschutz

von der Autoversicherung bis zur Riesterreife und Zahnzusatzversicherung



## Kundendienstbüro

### Roman Feis

Versicherungskaufmann

Telefon: 02161 44488

E-Mail: [roman.feis@hukvm.de](mailto:roman.feis@hukvm.de)

Erzbergerstr. 54

41061 Mönchengladbach

Mo. - Do. 9:00 - 17:30 Uhr

Fr. 9:00 - 13:00 Uhr

 **HUK-COBURG**  
Aus Tradition günstig



erzbergerstraße 132-134  
41061 Mönchengladbach  
telefon 0 21 61 / 4 40 33  
telefax 0 21 61 / 4 42 66  
info@halfmann-mg.de  
www.halfmann-mg.de

## Halfmann Raumausstatter

Auch im Lockdown sind wir für Sie da



Foto: JAB-Anstoetz

### Ihr Wohlfühlservice

Schön, dass Sie Ihr Zuhause mit uns einrichten möchten. Damit jedes Detail Ihren persönlichen Vorstellungen entspricht, bieten wir Ihnen freundliche und professionelle Unterstützung von der Beratung bis zur Montage.

### Beratung

Wir verstehen Ihre Wünsche und bringen unsere ganze Erfahrung und Kreativität ins Spiel, um Ihre Einrichtungsideen zu verwirklichen. Lassen Sie sich von unserem Team inspirieren!

### Massenfertigung, Dekoration und Montage

Jedes Zuhause ist einzigartig. Deshalb ist die individuelle Fertigung und Anpassung von Vorhängen, Teppichen, Polsterbezügen u.v.m. ein selbstverständlicher Teil unseres Angebots. Am Ende soll es perfekt sein. Wir wissen worauf es ankommt und richten in Ihren vier Wänden alles so ein, dass Sie sich sofort entspannen und wohlfühlen können.

### Bleiben Sie optimistisch und gesund

Halfmann | Erzbergerstraße 132-134 | 41061 Mönchengladbach | [www.halfmann-mg.de](http://www.halfmann-mg.de)

## Natürlich wohnen

Krise als Chance: Die Einrichtung mit Möbeln und Accessoires in Richtung Nachhaltigkeit verändern



Schlafen im Zirbenbett: Herrlicher Zirbenduft kann das persönliche Wohlbefinden für eine geruhliche Nacht fördern. Auch weitere Möbel wie die Kommode sind aus Zirbenholz.



Die Naturteppiche werden in Österreich aus 100 Prozent Schafschurwolle nach alter Tradition von erfahrenen Webern per Hand gewebt.

Homeoffice, keine Veranstaltungen wie Konzerte und wohl auch weniger Restaurantbesuche als sonst: Die Menschen halten sich seit Monaten viel mehr zu Hause auf als gewohnt. Die Zeit nutzen viele, um ihre Einrichtung zu betrachten, über ihren Stil nachzudenken und danach vielleicht etwas zu verändern. Die Krise als Chance gewissermaßen. Dabei wird immer öfter Wert auf natürliche umweltfreundliche Materialien gelegt. Auf Nachhaltigkeit, Langlebigkeit und Robustheit setzt etwa der junge österreichische Möbelhändler LaModula. Aus heimischem Zirbenholz und vier weiteren Holzarten entstehen Massivholzbetten, Massivholzmöbel wie Schränke und Kommoden und Lattenroste. Bestellbar im Online-Shop unter [www.lamodula.de](http://www.lamodula.de). Dort sind auch Accessoires aus natürlichen Materialien zu finden.

Quelle / Fotos: djd/LaModula GmbH

## SHL Badwelt Niederrhein: Bad und Heizung aus einer Hand



Fotos: SHL-Badwelt

Sie wollen Ihr Badezimmer sanieren und haben keine Zeit bzw. Erfahrung alle Gewerke zu koordinieren? Kein Problem, wir übernehmen das für Sie. Wir betreuen Ihre Badezimmersanierung von Anfang bis Ende - egal ob mit Ihren Stammhandwerkern oder unseren Partnerfirmen. Wir wissen, worauf es beim Traumbad ankommt: Neben den neuesten Trends und Technik-Highlights spielt auch die Anordnung von Dusche, Wanne & Co. eine wichtige Rolle für Komfort und Wohlbefinden. Wir beraten Sie und planen genau nach Ihren Wünschen. Zudem haben Sie die Möglichkeit, sich vorher mit uns zusammen unsere Ausstellung anzuschauen, damit Ihr Badezimmer Ihrem persönlichen Stil entspricht.



Inspiration gefällig? In der modernen Ausstellung finden Sie auf 800m<sup>2</sup> ca. 40 Beispiel-Bäder für jeden Geschmack.

Auch für Um- oder Neubaumaßnahmen und Instandhaltung Ihrer sonstigen Sanitär- und Heizungsanlagen sind wir mit unserem Partner Stockmanns GmbH für Sie da. Bei Rohrbruchbehebungen klären wir die Angelegenheit auch gerne mit Ihrer Versicherung. Auch rund um das Thema Wasser sind wir Ihr kompetenter Partner.

Egal, worum es geht: Vereinbaren Sie einfach einen Termin mit uns. Wir stehen Ihnen mit unserer langjährigen Erfahrung und Fachkompetenz in allen Belangen zur Seite.

### SHL Badwelt Niederrhein

Alsstraße 268 | 41063 Mönchengladbach | Tel.: 02161 8273558  
E-Mail: [info@shl-badwelt.de](mailto:info@shl-badwelt.de) | [www.shl-badwelt.de](http://www.shl-badwelt.de)



- 800 m<sup>2</sup> große Badausstellung
- Beratung, Badplanung und Heizungssysteme
- Ausstellungsstücke zum Sonderpreis

### SHL Badwelt Niederrhein Verkauf – Planung – Einbau

Alsstraße 268 · 41063 Mönchengladbach  
Tel. 02161 8273558 · [info@shl-badwelt.de](mailto:info@shl-badwelt.de)  
[www.shl-badwelt.de](http://www.shl-badwelt.de)

Öffnungszeiten:  
Mo. – Fr. 10 – 18 Uhr · Sa. 10 – 14 Uhr

# SIE WOLLEN VERKAUFEN?

## WIR WISSEN WIE!

### IN MÖNCHENGLADBACH UND DÜSSELDORF



0 21 61 - 49 26 90 | 02 11 - 88 25 02 99

[info@enger-dittrich.de](mailto:info@enger-dittrich.de)  
[www.enger-dittrich.de](http://www.enger-dittrich.de)



**ENGER & DITTRICH**  
IMMOBILIEN GMBH · RDM · IVD



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

**G. Obrock**  
Immobilien- u.  
Finanzierungsvermittlung GmbH

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

[www.obrock.de](http://www.obrock.de)  
Telefon: 02161 / 2 47 59-0  
E-Mail: [info@obrock.de](mailto:info@obrock.de)



**Immobilien verkaufen  
ist einfach.**



[sparkasse-mg.de/immobilien](http://sparkasse-mg.de/immobilien)

Mit den Immobilienprofis  
der Stadtsparkasse.

Jetzt Beratungstermin  
vereinbaren:  
02161-279-33 25

Immobilienvermittlung  
Stadtsparkasse  
Mönchengladbach

ANZEIGE

## Attraktive Doppelhaushälfte in beliebter Lage von Mönchengladbach – Hamern



### Lage:

Mönchengladbach-Hamern. Ruhige Wohnlage mit guter Infrastruktur und hohem Freizeitwert. Hamern ist aufgrund seiner ruhigen und doch zentralen Lage ein sehr beliebter Stadtteil. Alle Einrichtungen des täglichen Bedarfs sind fußläufig zu erreichen. Hier wohnt man gerne!

### Objekt:

Das 1961 massiv erstellte Wohnhaus wurde als Doppelhaushälfte gebaut. Die Raumaufteilung ist großzügig, die Räume hell und freundlich. Im Erdgeschoß gelangen Sie von der großen Diele in das Gäste-WC, die Küche sowie den angrenzenden Essplatz und das Wohnzimmer/Wintergarten. Der Garten ist uneinsehbar und schön angelegt. Im Obergeschoß befindet sich ein großes Wannabad, großes Elternschlafzimmer, Balkon zur Gartenseite sowie zwei weitere Kinderzimmer. Der Spitzboden wurde nachträglich ausgebaut und verfügt über einen Raum und ein zusätzliches WC.

Das Haus befindet sich in gepflegtem Zustand, Modernisierungsmöglichkeiten sind gegeben. Vollständig unterkellert, beheizt über eine Ölzentralheizung. Die Zuwegung nebst Eingangsbereich, als auch die Terrasse im Garten sind mit hochwertigem Naturstein gearbeitet. Insgesamt eine charmante, gepflegte Doppelhaushälfte mit großzügiger Garage in gesuchter Lage.

<b>Baujahr:</b>	1961	<b>Wohnfläche:</b>	ca. 130 m <sup>2</sup> + Spitzboden	<b>Zimmer:</b>	5
<b>Ausstattung:</b>	ca. 464 m <sup>2</sup> großes Grundstück, überw. Doppelverglasung, teilw. elektr. Rolläden, Wannabad mit Dusche und Fenster, große Garage, uneinsehbarer Garten				
<b>EnEV:</b>	Bedarfsausweis, Energiekennwert: 271,7 kWh/(m <sup>2</sup> a), wesentlicher Energieträger: Öl EEK: H, Baujahr 1978, gültig vom 19.09.2020				
<b>Kaufpreis: 490.000,- Euro</b> zzgl. 3,57% Käufercourtage, inkl. gesetzlicher MwSt.					

**G. Obrock Immobilien- und Finanzierungsvermittlung GmbH**  
Viersener Str. 48 | 41061 MG | Tel.: 02161 . 2 47 59 -0 | [info@obrock.de](mailto:info@obrock.de) | [www.obrock.de](http://www.obrock.de)

## Bei Bauverzögerungen frühzeitig reagieren

Unabhängige Beratung kann sich in der Coronakrise doppelt lohnen



Sind Verzögerungen auf der Baustelle wirklich coronabedingt? Unabhängige Bauherrenberater helfen Bauherren bei einer realistischen Einschätzung ihrer Situation.

Die Einschränkungen durch die Coronapandemie können sich auch auf die Eigenheimprojekte privater Bauherren auswirken. Ver-

zögerungen des Projekts müssen jedoch nicht unwidersprochen hingenommen werden. Wenn ein vereinbarter Ausführungszeitraum abläuft, sollte dem beauftragten Bauunternehmer eine Frist gesetzt werden. Spätestens dann muss das Unternehmen den Verzug begründen – das ist wichtig, damit der Bauherr seine Verzugsansprüche prüfen und seine Rechte für später sichern kann. Bei der Suche nach einvernehmlichen Lösungen können unabhängige Bausachverständige und Vertrauensanwälte des Bauherren-Schutzbund e. V. die Bauherren unterstützen. Unter [www.bsb-ev.de](http://www.bsb-ev.de) gibt es mehr Tipps und Infos sowie Berateradressen in ganz Deutschland.

Quelle / Fotos: djd/Bauherren Schutzbund

ANZEIGE

## Lenas Art Kreative Raumkonzepte zum „Wohnfühlen“



Foto: JAB-Anstötz

ihrer Kunden durch ein harmonisches Zusammenspiel von Licht, Farben und Textilien.

Im Frühjahr und Sommer sind Sicht- und Sonnenschutz ein großes Thema. Schwerpunkte sind Fensterdekorationen, Gardinen, Flächenvorhänge oder Faltrollo, die alle handwerklich perfekt aus hochwertigen Stoffen verarbeitet und an Ihre Fenstersituation angepasst werden. Rein dekorativ oder zweckmäßig, als Sicht- und Sonnenschutz vervollständigen Jalousien, Vertikal- und Plisseeanlagen das Angebot von „Lenas Art“.

Immer mehr Menschen arbeiten im Homeoffice. Daher ist jetzt genau die richtige Zeit, die Umgebung zu Hause neu zu gestalten und sich geschmackvoll einzurichten. Lassen Sie sich von einem funktionalen Gesamtkonzept für Ihre neue Bürosituation überzeugen – optisch wie praktisch!

Helene Terstappen ist seit 1988 Raumausstattermeisterin und steht mit ihrer Firma „Lenas Art“ für geschmackvolles Design und perfektionistische Arbeitstechniken aus der hauseigenen Werkstatt. Seit vielen Jahren erfüllt sie kreativ die Wünsche

Auch Polsterarbeiten, Kissenauflagen, textile Bodenbeläge, Designböden oder freiliegende Teppiche gehören zu ihrem Portfolio. Helene Terstappen erarbeitet gerne mit Ihnen ein Gesamtkonzept – die perfekte Designantwort für Ihr geschmackvolles Zuhause am Puls der Zeit. Lassen Sie sich online inspirieren unter [www.lenasart.de](http://www.lenasart.de)

**Unverbindliche Informationen und Beratung nach telefonischer Absprache**

**Lenas Art | Helene Terstappen Raumausstattermeisterin** | WinkelN 80a | 411068 Mönchengladbach | [www.lenasart.de](http://www.lenasart.de)

Jetzt ist die Zeit  
für ein schönes  
Zuhause.



**Lenas Art**

Helene Terstappen  
Raumausstattermeisterin seit 1988

WinkelN 80a / 41068 Mönchengladbach  
Tel.: 02161-952097 / Mobil: 0160-93022077

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



**Bauen für alle**  
auf städtischen Grundstücken

Ihr städtischer Partner  
für Baugrund:



Tel. 02161/4664-222  
oder [ewmg.de](http://ewmg.de)

MÖNCHENGLADBACH



„The Green Lofts“ an der Ecke  
Hindenburgstraße / Breiten-  
bachstraße

ANZEIGE  
Bild: Containernetzwerk Pro GmbH

## Attraktiv. Generationengerecht. Vielfältig

Junge Familien und Senioren, Studenten und Gründer, Hightech-Unternehmen und Logistikdienstleister: Mönchengladbach ist Wohn- und Arbeitsort für ganz unterschiedliche Gruppen. Das macht die Stadt bunt, lebendig und liebenswert und formuliert gleichzeitig den Anspruch auf ein vielfältiges Angebot etwa beim Wohnraum. Die Entwicklungsgesellschaft der Stadt Mönchengladbach (EWMG) hat bei ihren Vermarktungsaktivitäten „alle Altersgruppen, Lebenssituationen und Einkommensklassen im Blick“, wie Dr. Ulrich Schückhaus, Vorsitzender der EWMG-Geschäftsführung betont.

An vielen Stellen im Stadtgebiet entstehen neue Baugebiete. Je nach Größe, Lage und Bebauung der verfügbaren Wohnbauflächen werden unterschiedliche Vergabeverfahren angewendet: von der Konzeptvergabe über einen mehrstufigen öffentlichen Wettbewerb, Qualifizierungsverfahren mit dem Höchstbietenden bis zur Vergabe an Baugruppen sowie der Einzelvermarktung an private Bauherren und die Ausweisung von Flächen für geförderten Wohnungsbau. Einige Beispiele:

### Baugrundstücke

Im neuen Baugebiet in Bettrath-Hoven sind die ersten 24 Grundstücke von insgesamt ca. 100 bereits vermarktet. Dabei wurden Einfamilienhausgrundstücke per Gebotsverfahren und Doppelhaushälften nach Sozialpunkten vergeben. „Über die verschiedenen Vergabeverfahren schaffen wir eine größtmögliche Chancengleichheit und damit soziale Ausgewogenheit in dem neuen Wohnquartier“, erläutert Schückhaus. Der zweite Bauabschnitt mit ca. 40 weiteren Grundstücken folgt noch in diesem Jahr. Baugrundstücke für Einfamilien- und Doppelhäuser gehen 2021 auch auf dem REME-Gelände (Los 1) und in Bonnenbroich in die Vermarktung.

### Geförderter Wohnraum

In Hardt und in Waldhausen werden Investoren gesucht, die vielfältige Wohnangebote realisieren, inklusive gefördertem Wohnraum, und so für eine gesunde soziale Vielfalt und Durchmischung sorgen. Dazu sind jeweils unterschiedlich große Wohneinheiten in Mehrfamilienhäusern geplant. Die Vergabe für beide Baugebiete soll noch in diesem Jahr erfolgen.

### Angebote für Wohngemeinschaften

Familien, Paare, Seniorenwohngemeinschaften, Wohngruppen: Sie alle sollen auf den Maria-Hilf-Terrassen im Herzen der Stadt Platz finden. Dazu wird 2021 zum einen das Denkmalensemble an einen Investor vergeben, der in den ehemaligen Krankenhausgebäuden entsprechenden Wohnraum realisiert. Zum anderen sollen in diesem Jahr die ersten Baugrundstücke im Neubaubereich des Quartiers in die Vermarktung gehen.

Insgesamt umfassen die Maria-Hilf-Terrassen 350 Wohneinheiten in Appartements, Stadthäusern und Mietwohnungen.

### Flexibles Wohnen

Mit gleich zwei Projekten in zentraler Lage bedient Mönchengladbach den gesellschaftlichen Bedarf an innovativem und unkompliziertem Wohnen auf Zeit. An der Aachener Straße entstehen Mikro-Appartments und möblierte Ein-Zimmer-Wohnungen für Studenten, Senioren und klassische Singlehaushalte, aber auch für Young Professionals und Expats, die für eine Zeit in Mönchengladbach arbeiten. Darüber hinaus hat der EWMG-Aufsichtsrat jüngst den Bau eines grünen Boardinghouse („The Green Lofts“) aus recycelten Schiffscontainern an der Ecke Hindenburgstraße / Breitenbachstraße beschlossen. In 48 gebrauchten 40-Fuß-Seecontainer entstehen hier auf ca. 1.250 Quadratmetern unterschiedlich große Apartments von 14 bis 56 Quadratmetern.



Das neue Baugebiet in  
Bettrath-Hoven

Bild: Stadt Mönchengladbach

Von Privat zu vermieten

## Helles renoviertes Büro in Top-Immobilie, direkt am Bismarckplatz



**8,50€**  
pro m<sup>2</sup>



Fotos: © M.Friedrich-Golla

### Lage:

Mitten im Bankenviertel von Mönchengladbach, direkt am Bismarckplatz gelegen, bietet dieses 205m<sup>2</sup> große, helle und renovierte Büro im 4. OG eines markanten Eckgebäudes, einen weiten Blick über den Süd-Osten der Stadt. Zu den Mietern zählen renommierte Notare, Rechtsanwälte und Ärzte.

<b>Etage:</b>	4. OG	<b>Fläche:</b>	205 m <sup>2</sup>	<b>Räume:</b>	8
<b>Ausstattung:</b>	Aufzug, 2 WCs (renoviert), Anschlüsse für Küche, geräumiger Wandschrank mit Schiebetüren im Flurbereich, Netzwerkverkabelung, DSL-Anschluss, Eingangstür mit Rolltor gesichert, moderne integrierte Arbeitsplatzbeleuchtung im Deckenbereich.				
<b>EnEv:</b>	liegt vor				
<b>Miete:</b>	8,50 Euro / m <sup>2</sup> zzgl. Nebenkosten				

Frau Friedrich-Golla | Telefon: 02161 - 92 39 20

**# SUPPORT  
YOUR  
LOCAL**

Einzelhandel  
Gastronomie  
Kunst & Kultur  
Veranstaltungs- &  
Touristikbranche

ANZEIGE

**mags**  
GEM

## Einfach mal machen lassen

- **Gehwegreinigung**  
wöchentlich
- **Straßenreinigung**  
wöchentlich
- **Winterdienst**  
rund um die Uhr



service@gem-mg.de  
0 21 61 49 100

www.mags.de

fahrrad  
werkstatt **360°**

## IMMER HER MIT DEM ALTEN DRAHTESEL!



Sie haben ein gebrauchtes und nicht mehr benötigtes Fahrrad, das Sie abgeben möchten? Wir suchen für unser Recycling-Projekt funktionstüchtige, aber auch defekte Fahrräder.

Mehr über unsere **Rad-Spende-Aktion** und die fahrradwerkstatt360grad erfahren Sie im Internet.

### ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag: 10:00 - 16:30 Uhr  
Mittwoch: geschlossen  
Samstag: geschlossen und nach Vereinbarung

**NEUE  
ÖFFNUNGS-  
ZEITEN**

### Ein Service vom Reha-Verein

Sophienstraße 31 • 41065 Mönchengladbach  
Telefon 02161 83924-14 • www.fahrradwerkstatt360grad.de



# Hygge

## Das dänische Glücksrezept für den Alltag!

Redaktion + Fotos: Jessica Sindermann

Hygge – ein Lebensgefühl, das auf Wohnlichkeit beruht und einfach glücklich macht. Der Begriff „Hygge“ hat seinen Ursprung im Norwegischen und tauchte erst Ende des 18. Jahrhunderts in der dänischen Schriftsprache auf. Von „Gemütlichkeit der Seele“ über „Kunst der Innigkeit“, „Wohlbefinden verbreitend“ und „Freude an der Gegenwart beruhigender Dinge“ hat der Begriff bis heute vielerlei Bedeutungen und ist seit 2017 auch im deutschen Duden zu finden. Es geht darum, die vielen kleinen Dinge im Leben zu schätzen,

das Gute zu genießen und sich daran zu erfreuen. Neben wertvollen Stunden mit der Familie und Freunden bei gutem Essen und Trinken, ist ein gemütliches Heim für echte „Hyggelikeit“ kaum wegzudenken. Nicht verwunderlich ist daher, dass den Dänen Jahr für Jahr der Titel des glücklichsten Volkes der Welt zugesprochen wird!

Dem Alltag und der derzeitigen Situation zu entkommen fällt oft schwer, daher sollten wir uns ein Beispiel an den Dänen nehmen und in unse-

ren vier Wänden eine kuschelige Atmosphäre kreieren. Warmes Licht, gerade Linien, leichte Farben und Naturmaterialien, die den schlichten Einrichtungsstil Skandinaviens auszeichnen, sollen dabei helfen. Ein Zuhause ist ein Ort, an dem wir uns wohlfühlen sollen und Hygge eine Haltung, die erlernt werden kann! Lassen auch Sie den skandinavischen Wohntrend in Ihrem Zuhause einziehen!

Mit den folgenden Do-it-yourself-Inspirationen gelingt es ganz bestimmt!

## Makramee Wandbehang knüpfen

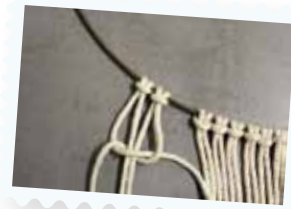
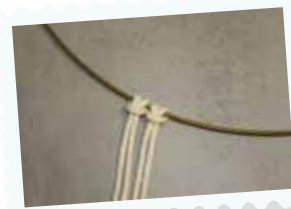
Die Zeit, die wir nun nicht mehr mit Freunden und in großer Gesellschaft verbringen dürfen, können wir nutzen, um Neues auszuprobieren. Handarbeit hat sich während der Pandemie wieder zu einem echten Hype entwickelt und immer mehr sogenannte „Makramees“ erobern die Wohnzimmer! Die aus dem Orient stammende Knüpftechnik hat sich als echter Wohntrend etabliert und auch Anfänger können mit nur wenigen Knoten effektvollen Wandschmuck basteln.

1. Die Baumwollstränge für das Makramee auf jeweils 1,60 m zuschneiden. Insgesamt benötigen Sie ca. 20 Stück.

2. Zur simpleren Handhabung kann der Ring mit einigen Streifen des Klebebandes am Tisch befestigt werden.

3. Die Stränge am Ring befestigen: Hierfür einfach das Garn in der Mitte zusammennehmen und mit einer Schlaufe um den Ring befestigen. So mit allen 20 Schnüren verfahren.

4. Nun geht's ans Knüpfen! Sie beginnen mit dem Kreuzknoten. Dieser ist einer der wichtigsten Knoten bei der Makramee-Technik. Dabei wird die Schnur, die ganz links liegt über die beiden Mittelschnüre nach rechts geführt und im nächsten Schritt wird das Ganze umgedreht. Jetzt wird die linke Schnur unter den mittleren Schnüren nach rechts geführt. Gut festziehen! So verfahren Sie nun weiter, bis Sie die gewünschte Länge erreicht haben.



(Tipp: An dieser Stelle sind Ihrer Kreativität keine Grenzen gesetzt! Eine Vielzahl weiterer Knoten zur Inspiration finden Sie ansonsten im Netz.)

5. Optional: Bündeln Sie einige Trockenblumen zu einem kleinen Strauß und befestigen Sie diesen mit dem goldenen Draht seitlich an Ihrem Metallring. Fertig!



### Das benötigen Sie:

- einen goldenen Dekoring mit dem Durchmesser von 40 cm
- ca. 20 x 1,60m lange Stränge aus Baumwollgarn (Stärke 3-4mm)
- Zollstock
- Schere
- Klebeband
- Optional: Trockenblumen Ihrer Wahl, goldener Draht zur Befestigung

## Blumentopf aus Marmeladengläsern/Konservendosen und Eisstielen

Beigetöne, viel Holz, einige goldene Akzente und ein kleines Stück Natur verwandeln ihr Zuhause schnell in ein hyggeliges Heim. Grünpflanzen sehen in ihren vielen unterschiedlichen Formen und Größen nicht nur hübsch aus und verbessern die Luft, sondern wirken sich auch positiv auf das Lebensgefühl aus. Wie wäre es also mit diesem dekorativen Blumentopf aus Marmeladengläsern/Konservendosen und Eisstielen? Darin kommen kleine Pflanzen garantiert ganz groß raus!



1. Optional: Möchten Sie ihr Pflanzgefäß farbig gestalten, bemalen Sie zunächst einige Eisstäbchen mit der goldenen Acrylfarbe.

2. Alte Marmeladengläser oder Konservendosen eignen sich hervorragend, da Ihr Pflanzgefäß wasserdicht sein sollte. Verteilen sie nun nacheinander etwas Heißkleber auf jedem Stäbchen und befestigen Sie diese nach und nach rundherum. Achten Sie darauf, sie lückenlos und gerade anzubringen. Je nachdem wie groß ihr Gefäß ist, benötigen sie circa 20-30 Stück.

3. Befüllen Sie das Gefäß nun mit etwas Blumenerde und einer kleinen Pflanze ihrer Wahl.

4. Anschließend können Sie ihren Blumentopf noch mit Washi-Tape oder einem beliebigen Band ganz individuell verschönern. Und voilà! Fertig ist das kleine hyggelige Wohnaccessoire!



### Das benötigen Sie:

- Leeres Marmeladenglas/ leere Konservendose
- Heißklebepistole
- ca. 20-30 Eisstiele
- eine kleine Pflanze (Tipp: Sukkulenten eignen sich hervorragend, da sie pflegeleicht sind und kaum Wasser benötigen!)
- etwas Blumenerde
- Optional: Washi-Tape und goldene Acrylfarbe

## Himmeli aus Strohhalmen

Der aus Schweden stammende Begriff „Himmeli“ leitet sich von dem schwedischen Wort „himmel“ (deutsch: „Himmel“) ab und bezeichnet ein von der Decke hängendes, pyramidenförmiges Mobile, das traditionell aus Roggenstroh gebunden wird. In den skandinavischen Ländern wird damit die Wintersonnenwende zelebriert, denn es soll für Reichtum, Glück und eine gute Ernte im kommenden Jahr sorgen. Mit ein paar einfachen Hilfsmitteln können Sie sich ihren persönlichen Glücksbringer in die eigenen vier Wände holen und Ihrer Inneneinrichtung den letzten Schliff verpassen!

1. Optional: Zeichnen Sie einen Entwurf ihrer Form.

2. Messen Sie die Strohhalme nach den oben genannten Maßen ab und schneiden Sie sie passgenau zu.

3. Fädeln Sie die ersten Strohhalme auf den Draht auf und Formen Sie daraus ein Dreieck. Gut fixieren!

4. Anschließend die restlichen Strohhalme auf denselben Draht auffädeln, weitere Dreiecke bilden und nach jedem fixieren.

5. Die fertige Form mit dem Farblack besprühen.

6. Nun die Nylonschnur in gewünschter Länge zur Befestigung an der Decke anbringen.

7. Eine Grünpflanze hineinsetzen, fertig! (Tipp: Auch an dieser Stelle eignen sich Sukkulenten wieder hervorragend! Sie können diese einfach vollständig von der Erde abtrennen und in der Mitte Ihres Himmelis platzieren. Ohne Wasser halten sie mehrere Monate!)

### Das benötigen Sie:

- Strohhalme
- Sprühlack in Gold oder Silber
- Schere
- Draht
- Nylonschnur
- Papier und Bleistift
- Lineal



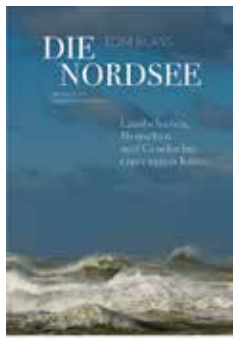


**LEW TOLSTOI  
KRIEG UND FRIEDEN (NEUÜBERSETZUNG)**

Winter 2021: Beste Bedingungen, mit Leo Tolstoj eine Zeitreise ins Russland des frühen 19. Jahrhunderts zu unternehmen. In Krieg und Frieden führt er den Leser über fast 1.600 Seiten auf die Schlachtfelder Europas und von dort auf die Güter und in die Salons der feinen Moskauer und Petersburger Gesellschaft. Gleichzeitig fasziniert und abgestoßen beobachtet man dort Napoleons Eroberungszüge, bis er schließlich mit der Einnahme Moskaus seinen eigenen Untergang besiegelt. Spannend und klug bringt Tolstoj uns sowohl die historische Bedeutung der napoleonischen Kriege als auch die menschlichen Höhen und Tiefen der Hauptpersonen so nahe, dass wir ganz in dieser anderen Welt versinken. Jetzt ist eine gute Zeit dazu.

dtv Literatur | 2288 Seiten | TB | 29,90 € | 978-3-423-59085-3

Empfohlen vom **Antiquariat am St. Vith**  
Rathausstr. 10 | 41061 MG | [www.antiquariat-am-stvith.de](http://www.antiquariat-am-stvith.de)



**TOM BLASS  
DIE NORDSEE**

Reisen, das geht sehr gut und mühelos mit der Lektüre von Büchern. Toni Blass schenkt uns mit diesem fundierten Werk eine inspirierende Reise rund um die Nordsee. Er hat die entlegensten Orte und Ufer der Nordsee bereist und ist nach vielen Gesprächen und aufwendigen Recherchen mit einem beeindruckenden Fundus an Mythen, Anekdoten und historischen Fakten zurückgekehrt. Wir Leser folgen ihm mit großem Vergnügen und feiner Spannung. Die Nordsee schlägt zuweilen „hohe Wellen“ und die raue Küste hat nicht nur Künstler und Schriftsteller in ihren Schaffensprozessen inspiriert und beflügelt. Das Buch ist ein wunderbares Porträt dieser einzigartigen Meereslandschaft und zeigt uns deren Bewohner in einem neuen, sehr lebendigen Licht. Ein gelungenes und vielschichtiges Buch, dem man eine große Leserschaft wünscht.

Mare Verlag | 352 Seiten | HC | 28 € | ISBN: 978-3-86648-270-8

Empfohlen von **Buchhandlung Wackes**  
Korschenbroicher Str. 81 | 41065 MG | [www.wackes-buch.de](http://www.wackes-buch.de)



**BJÖRN BERENZ, CHRISTOPH DITTERT  
EXPLORER TEAM – DAS ABENTEUER BEGINNT (AB 8 JAHRE)**

Lias ist verzweifelt. Sein Vater, der berühmte Expeditionsforscher Bruce X. Milestone, ist seit einigen Monaten verschwunden. Sein neuestes Abenteuer hat ihn in den Himalaya geführt, um bei einem verschollenen Ureinwohnervolk ein Allheilmittel gegen Krankheiten zu finden. Doch dann wird Lias das geheime Expeditionstagebuch seines Vaters zugespielt und er hofft, ihn so wiederzufinden. Wie passend, dass er als Gewinner eines Forscherwettbewerbes mit 10 anderen Kindern zum Finale nach Nepal

fliegen darf! Und schon beginnt das Abenteuer voller Rätsel – ein hervorragendes Buch für alle Rätselfans ab 8 Jahren! Mithilfe des Expeditionstagebuchs kann jede Knobelei gelöst werden! Und das Beste – am Ende kann selbst entschieden werden was passiert und bei welchem der drei anderen Bücher das Abenteuer weiter geht!

Arena Verlag | 160 Seiten | 10 € | ISBN 978-3-401-60566-1

Empfohlen von **Buchhandlung Degenhardt** | Friedrichstr. 14 | 41061 MG | [www.buchhandlung-degenhardt.de](http://www.buchhandlung-degenhardt.de)

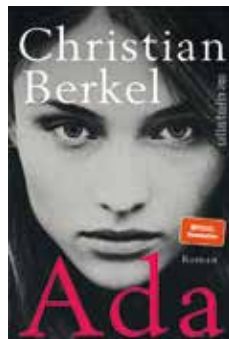


**DAUSEND / KNAUP  
ALLEINER KANST DU GAR NICHT SEIN**

Nur wenige Freundschaften überdauern den politischen Betrieb, denn zu groß ist die politische Konkurrenz. Wie kommen eigentlich Bundestagsabgeordnete mit den Härten ihres Berufes zurecht? Aggressionen, Gewaltandrohungen und Einsamkeit bestimmen zu oft den Alltag. Die Autoren haben mit vielen Abgeordneten gesprochen und geben einen tiefen, bisweilen sehr ernüchternden und schockierenden Einblick in das Leben von Berufspolitikern. Ständiger Druck, Fraktionszwänge, Gewissenskonflikte, permanente Präsenz, gerade in den sozialen Medien, Drohungen, Druck von Lobbygruppen und bis zu 100 Arbeitsstunden pro Woche bestimmen das Leben. Wie hält man das aus? Und was kommt nach dem Abgeordnetenleben, wenn man nicht wiedergewählt wurde? Reicht das Übergangsgeld, um den beruflichen Wiedereinstieg zu schaffen? Ein diskussionswürdiges Buch.

dtv Sachbuch | 464 Seiten | HC | 22 € | ISBN: 978-3-423-28249-9

Empfohlen von **Buchhandlung Degenhardt**  
Friedrichstr. 14 | 41061 MG | [www.buchhandlung-degenhardt.de](http://www.buchhandlung-degenhardt.de)



**CHRISTIAN BERKEL  
ADA**

Christian Berkel erzählt in seinem neuen Roman die Geschichte seiner Titelheldin Ada:

Mit ihrer jüdischen Mutter aus Nachkriegsdeutschland nach Argentinien geflohen und vaterlos aufgewachsen, kehrt sie im Alter von neun Jahren mit ihrer Mutter Sala nach Berlin zurück - und damit in ein graues, freudloses Land, in dem vieles verdrängt und totgeschwiegen wird. In einer noch immer sehr autoritär geprägten Gesellschaft wächst Adas tiefe Sehnsucht nach Freiheit und Unabhängigkeit. Ihr Leben mit unzähligen Liebschaften und ähnlich vielen Umzügen gleicht einer rastlosen Suche. Ein mitreißender Roman über Schuld und Liebe, über eine lange Suche und das Ankommen.

Ullstein | 400 Seiten | 2HC | 4 € | ISBN 978-3-550-20046-5

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



**CULCHA CANDELA**

Foto: Leon Hahn



**GENTLEMAN**

Foto: Buenning

**STRANDKORB Open Air**

Die ersten Karten für die Termine 2021 sind ab sofort im Vorverkauf!

Eine Strandkorblandschaft mitten im SparkassenPark, die vorerst so bleibt! Denn Mönchengladbach hat noch nicht genug von ihren Lieblingskünstlern.

Die Freude auf den kommenden Open-Air-Sommer wächst so kurz vor den Weihnachtstagen noch einmal, denn seit dem 21. Dezember sind die ersten Events im Vorverkauf erhältlich. Künstler wie Culcha Candela, Gentleman, Pietro Lombardi, MONO INC., IN EXTREMO und auch die mit erfolgreichsten Coverbands Deutschlands wie „God Save the Queen“ und „Völkerball – A Tribute to Rammstein“ freuen sich auf ihre Live-Auftritte vor begeistertem Publikum.

Ein Konzept, welches auf angenehme Art und Weise einen Kurzurlaub mit dem Konzertbesuch verbindet und es gleichzeitig ermöglicht, alle Sicherheits- und Hygienevorschriften vorbildlich einzuhalten. Dabei werden die Besucher dank verschiedener „Inseln“ aufgeteilt. Neben den typischen Strandkörben im Innenbereich wurde das Konzept für das neue Jahr modifiziert und schafft zusätzlich gleich angeordnete Tribünenplätze mit ebenfalls ausreichend Abstand zueinander. Jede Insel hat einen eigenen Einlass und separate Sanitäranlagen sowie ein ausgeklügeltes Gastronomiekonzept, mit der Möglichkeit der Vorbestellung und jeweils am Platz platzierten Kühlboxen.

**Das Programm 2021 für den SparkassenPark, Mönchengladbach**

Für diese unvergleichlichen Sommertage gibt es seit dem 21. Dezember 2020 folgende Tickets im Vorverkauf:

- 6. August 2021 – IN EXTREMO
- 7. August 2021 – God Save the Queen
- 11. August 2021 – Culcha Candela
- 20. August 2021 – Völkerball
- 21. August 2021 – MONO INC.
- 26. August 2021 – Gentleman
- 5. September 2021 – Pietro Lombardi
- 9. August 2021 - Daniel Wirtz

Weitere Highlights werden folgen!

**TICKETS**

Die ersten Tickets für die Strandkorb-Sommertermine sind bereits im Vorverkauf. Alle Informationen können ab jetzt auch auf der brandneuen, offiziellen STRANDKORB Open Air – Deutschlandtour Homepage nachgelesen werden, unter [www.strandkorb-openair.de](http://www.strandkorb-openair.de)

Aktuelle Neuigkeiten und Mehr finden sich auch auf der offiziellen Facebook Seite für Mönchengladbach: @SparkassenPark

**DEIN SOMMER IM STRANDKORB!**

06.08.21 IN EXTREMO

07.08.21 GOD SAVE THE QUEEN

09.08.21 DANIEL WIRTZ

11.08.21 CULCHA CANDELA

20.08.21 VÖLKERBALL

21.08.21 MONO INC.

26.08.21 GENTLEMAN

05.09.21 PIETRO LOMBARDI

**TICKETS: STRANDKORB-OPENAIR.DE**

Fotos: Verlage



Auszubildende mit einer Bewohnerin im Garten des Caritaszentrums Holt.

## Nimm die Herausforderung an. Box Dich durch!

Die generalistische Pflegeausbildung bei der Caritas macht Dich fit fürs Leben.

Du möchtest eine Ausbildung machen, bei der Herz, Menschenkenntnis und Sachverstand gefragt sind? Du bist bereit für neue Herausforderungen und spannende Aufgaben mit und für Menschen? Du möchtest einen zukunftsorientierten Beruf erlernen, der Deine Leistungsbereitschaft fordert, Deine Stärken fördert und Dir sehr gute Karrierechancen sowie vielfältige Einsatzbereiche bietet? Dann ist die generalistische **Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann** bestimmt ein guter Einstieg in Dein Berufsleben.

### Ausbildung bei der Caritas

Unser Caritasverband erfüllt vielfältige soziale Aufgaben und ist ein wichtiger Arbeitgeber im Sozial- und Gesundheitsbereich. Mit rund 800 haupt- und 300 ehrenamtlichen Mitarbeiter/-innen unterstützen wir täglich viele Tausend Menschen in der Region Mönchengladbach.

Momentan beschäftigen wir fast 60 Auszubildende, die meisten davon im Bereich Altenpflege. Seit März 2020 bieten wir die generalistische Pflegeausbildung an, bei der man lernt, Menschen jeden Alters zu pflegen. Nach dem Examen ist ein Wechsel

innerhalb der verschiedenen pflegerischen Versorgungsbereiche problemlos möglich. Man kann dann sowohl in einem Pflegeheim als auch in einem Krankenhaus oder im ambulanten Pflegebereich arbeiten und das nicht nur in Deutschland, denn der generalistische Abschluss ist in allen Mitgliedsstaaten der EU anerkannt.

Der Beginn der dreijährigen Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann ist bei uns fünfmal im Jahr möglich und zwar jeweils zum 1. März, Mai, Juli, September und November. Voraussetzung ist mindestens ein Mittlerer Bildungsabschluss.



Junge Menschen, die in unterschiedlichen Bereichen des Caritasverbandes eine Ausbildung machen.

### Caritasverband Region Mönchengladbach e. V.

Albertusstraße 36 | 41061 Mönchengladbach | **Telefon Zentrale:** 02161 8102-0

**Telefon bei Fragen zur Ausbildung:** 02161 8102-39 (Diana Versteegen, Ausbildungs Koordinatorin) | **Telefon bei Fragen zur Bewerbung:** 02161 8102-27

**E-Mail:** bewerbung@caritas-mg.de | www.caritas-mg.de und karriere.caritas-mg.de | facebook.com/caritasmoenchgladbach

ANZEIGE



Auszubildende des Caritasverbandes bei einem Boxworkshop mit der 17-fachen Boxweltmeisterin Ina Menzer.

zum Video:  
<https://youtu.be/Uh8FE4Izvcg>  
oder QR-Code Scannen



Zusätzlich gibt es bei uns Ausbildungsmöglichkeiten für **Köche (m/w/d)** und **Kaufleute im Gesundheitswesen (m/w/d)**. Auch für ein **Freiwilliges Soziales Jahr** oder den **Bundesfreiwilligendienst** haben wir Einsatzmöglichkeiten.

### Die Caritas bietet:

- von Anfang an ein attraktives Gehalt nach den Arbeitsvertragsrichtlinien des Deutschen Caritasverbandes
- einen sicheren Arbeitsplatz
- nette Kolleginnen und Kollegen
- ein gutes Betriebsklima
- Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung
- ein gutes Weiterbildungsangebot
- Jahressonderzahlungen
- Zeitwertkonten
- zusätzliche Leistungen zur Altersversorgung
- flexible Arbeitszeitmodelle
- Bezuschussung eines Azubi-Tickets

Fotos Caritasverband Region Mönchengladbach e. V.

Foto: © 123rf.com / profile\_weddingphoto



Mehr zum Thema Ausbildung in Gesundheitsberufen finden Sie in unserem Sonderheft „**Perspektive Gesundheitsberufe**“ auf [www.hindenburger.de](http://www.hindenburger.de)

## Pflegefachkraft: Ein Beruf mit Perspektive

Redaktion + Fotos: Jessica Sindermann

Die aktuelle Situation hat uns die Systemrelevanz der Pflege- und Intensivpflegeberufe in unserer Gesellschaft deutlich vor Augen geführt. Jede medizinisch-pflegerische Versorgungsinstitution betreut inzwischen Patienten, die sich mit Covid-19 infiziert haben und auf besondere klinische Versorgung angewiesen sind. Doch laut dem Ergebnis der Untersuchung eines Pflegepersonalbemessungsinstruments fehlen in deutschen Krankenhäusern mehr als 50.000 Pflegekräfte. Motiviertes und qualifiziertes Pflegefachpersonal und Menschen, die eine Ausbildung in der Pflege antreten, werden mehr denn

je benötigt, um der pandemischen Virus-Ausbreitung gewachsen zu sein. Wer sich für eine Ausbildung in der Pflege entscheidet, erlernt einen Beruf mit Perspektive. Denn für viele Tätigkeiten in diesem Bereich gibt es attraktive Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Anfang 2020 ist das neue Pflegeberufgesetz in Kraft getreten, mit dem auch die Innovation der ehemaligen Pflegeausbildung einhergeht. Der neue generalistische Ansatz eröffnet sowohl für die Ausbildung, als auch für das Pflegestudium zusätzliche Qualifizierungswege. Gesundheits-

und Krankenpflege, Altenpflege und Gesundheits- und Kinderkrankenpflege werden zu einem gemeinsamen Berufsfeld verbunden und Auszubildenden wird es dadurch ermöglicht, Menschen unterschiedlichster Altersstufen in allen Bereichen medizinisch-pflegerisch zu versorgen. Der neue einheitliche Berufsabschluss als „Pflegefachfrau/ Pflegefachmann“ befähigt durch die europaweite Anerkennung dazu, allerorts zu arbeiten. Dennoch besteht im letzten Ausbildungsdrittel auch weiterhin die Möglichkeit, eine Spezialisierung im Bereich der Alten- oder Kinderkrankenpflege zu wählen und somit einen gesonderten Berufsabschluss zu erwerben.

Ergänzend zur generalisierten Pflegeausbildung kann für den Erwerb „der Pflegefachfrau oder des Pflegefachmanns mit dem akademischen Grad Bachelor of Science“ ein dreijähriges Hochschulstudium absolviert werden, das bei erfolgreichem Abschluss der generalisierten Pflegeausbildung eine Verkürzung gewährleistet.

Auch eine Weiterbildung in der Intensivpflege und Anästhesie ist möglich. Dieser Bereich bietet zahlreiche Optionen, die von der Weiterbildung zum/zur „Fachkrankenschwester\*in für Intensivpflege“ über eine Vielzahl an Fachweiterbildungen mit dem Ziel der Kompetenzerweiterung im Bereich der Intensivpflege reichen.

Da es um die Arbeit mit und an Menschen geht und darum, sie und ihre Angehörigen kompetent zu unterstützen, anzuleiten und zu beraten, sind Verlässlichkeit, Leistungsbereitschaft, Empathie und Genauigkeit persönliche Voraussetzungen, die Sie unbedingt erfüllen sollten!

Können wir Sie neugierig machen? Dann wenden Sie sich gerne an entsprechende Pflegeschulen in der Umgebung für weitere Fragen zu Aus- und Weiterbildungsangeboten im Bereich der Pflege und Intensivpflege.

## Pflegehelden gesucht: Komm in unser Team!



**LVR**  
Qualität für Menschen

LVR-Klinik Mönchengladbach

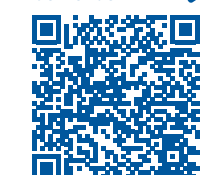
Wir suchen **Auszubildende zur Pflegefachfrau / zum Pflegefachmann (m/w/d), duale Student\*innen, Gesundheits- und Krankenpfleger\*innen, Fachgesundheits- und Krankenpfleger\*innen und Pflegefachexpert\*innen** B.A.

wertschätzende Zusammenarbeit in einem multi-professionellen Team. Wir bieten dir einen sicheren Arbeitsplatz, familienfreundliche Arbeitszeiten, Sozialleistungen des öffentlichen Dienstes, Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten und vieles mehr!

Dich erwartet eine abwechslungsreiche Tätigkeit in einer gemeindepsychiatrisch arbeitenden Klinik und

Rückfragen bitte an **Jochen Möller, Pflegedirektor**  
Mail: [jochen.moeller@lvr.de](mailto:jochen.moeller@lvr.de), Tel: 02166-618 2100

Jetzt online bewerben:



# Pflegeausbildung und Corona? Wie geht das überhaupt?

Redaktion: Marc Thiele

**Für Auszubildende und Auszubildende in den Pflegeberufen ist die aktuelle Coronasituation eine ganz besondere Herausforderung, die sich alleine schon durch das berufliche Umfeld noch einmal stark von einer Ausbildung in nicht gesundheitsbezogenen Berufen unterscheidet. Wir sprachen mit den beiden Leiterinnen der zwei Mönchengladbacher Ausbildungsinstitute für Pflegeberufe, Sabine Mansmann von Schulzentrum für Gesundheitsberufe am Niederrhein GmbH (SGN) und Evelyn Adams von der kbs | Akademie für Gesundheitsberufe Mönchengladbach über die aktuelle Situation, Herausforderungen und Lösungen.**

**HINDENBURGER: Wie kann man angesichts der dramatischen Medienberichte über die Corona-Situation in Kliniken junge Menschen überhaupt noch zu einer Pflegeausbildung motivieren?**



**Evelyn Adams (KBS):**

Wie systemrelevant die Pflegeberufe in unserer Gesellschaft sind, zeigt sich jetzt in Corona-Zeiten ganz besonders. In allen pflegerischen Versorgungsbereichen, besonders im Krankenhaus, werden Menschen mit Corona-Infektionen betreut. Klar ist: Pflegefachkräfte und Menschen, die eine Pflegeausbildung antreten, brauchen wir mehr denn je. Es erfordert Courage und Knowhow, um kompetent auf die pflegerischen, medizinischen und sozialen Herausforderungen reagieren zu können. Die Ausbildung wurde umgestellt. Mit der neu eingeführten „Generalistischen Pflegeausbildung“ befähigt man nun die Auszubildenden zum Einsatz in jedem pflegerischen Setting und mit einem Blick in alle Richtungen. Am Ende bleibt der Beruf eine machbare und hoch-interessante Herausforderung. Seine Ausübung bringt den engagierten jungen Menschen viel Dankbarkeit und Anerkennung seitens der Patienten ein. Nach der Ausbildung gesellen sich zudem noch sehr vielfältige und spannende Fortbildungs-, Weiterbildungs- und Spezialisierungsmöglichkeiten dazu.

**Sabine Mansmann (SGN):** Unsere Erfahrung ist, dass die Bewerberzahl in Corona-Zeiten nicht dramatisch eingebrochen ist. Dramatisch bleibt es dennoch, weil auch schon vor Corona die Anzahl der eingehenden Bewerbungen grundsätzlich rückläufig ist – diese Situation ist und bleibt besorgniserregend. Vielmehr entsteht der Eindruck, dass sich gerade junge Menschen sehr bewusst für einen Pflegeberuf entscheiden, da sie aktiv in dieser Krise unterstützen wollen. Schwierig ist es für das Ausbildungsjahr 2021 noch aus einem anderen Grund: Viele Pflegeeinrichtungen sagen aufgrund der aktuellen Situation Pflegepraktika ab – das ist zwar verständlich und sinnvoll,

wird aber dazu führen, dass jungen Menschen keinen ersten Einblick in ihre Berufsbildung erhalten werden. Es ist zu befürchten, dass auch diese Tatsache dazu führen wird, dass im Jahre 2021 weniger Azubis an den Start gehen werden.

**HINDENBURGER: Neben den aktuellen Schreckensbildern sind die Themen Wertschätzung und Bezahlung wohl mit die größten Hindernisse bei der Nachwuchsgewinnung. Was müsste sich ändern, damit zumindest in diesen Bereichen Motivationshürden abgebaut würden.**



**Sabine Mansmann (SGN):**

Junge Menschen, die sich für einen Pflegeberuf entscheiden, benötigen eine klare Orientierung innerhalb eines Teams, in dem sie sich willkommen und gebraucht fühlen! Es braucht daher neue und mutige Konzepte hinsichtlich Einarbeitung und vorsichtige Hinführung in die Pflegepraxis. Ich plädiere daher für einen Pflegeberuf entscheiden, benötigen eine klare Orientierung innerhalb eines Teams, in dem sie sich willkommen und gebraucht fühlen! Es braucht daher neue und mutige Konzepte hinsichtlich Einarbeitung und vorsichtige Hinführung in die Pflegepraxis. Ich plädiere daher für einen Pflegeberuf entscheiden, benötigen eine klare Orientierung innerhalb eines Teams, in dem sie sich willkommen und gebraucht fühlen!

Es braucht daher neue und mutige Konzepte hinsichtlich Einarbeitung und vorsichtige Hinführung in die Pflegepraxis. Ich plädiere daher für einen Pflegeberuf entscheiden, benötigen eine klare Orientierung innerhalb eines Teams, in dem sie sich willkommen und gebraucht fühlen! Es braucht daher neue und mutige Konzepte hinsichtlich Einarbeitung und vorsichtige Hinführung in die Pflegepraxis. Ich plädiere daher für einen Pflegeberuf entscheiden, benötigen eine klare Orientierung innerhalb eines Teams, in dem sie sich willkommen und gebraucht fühlen!

ten Räume zu keiner Patientengefährdung. Auszubildende können so an Sicherheit gewinnen und in der Pflegepraxis verantwortlich und kompetent die an sie gestellten Aufgaben meistern.

**Evelyn Adams (KBS):** Das Thema Geld spielt bei denjenigen, welche sich für das Erlernen eines Pflegeberufes entscheiden, im Vergleich zu anderen Berufsfeldern häufig eine eher kleinere Rolle. Ursächlich hierfür ist u.a., dass das Gehalt meistens besser ist, als es im Allgemeinen angenommen wird. Des Weiteren gewinnen andere Faktoren im Leben der jungen Menschen an Bedeutung: Zuverlässigkeit von Arbeitgeberseite, z. B. hinsichtlich der Dienstplanung oder auch hinsichtlich späterer Entwicklungsmöglichkeiten. Hier zeigt sich auf der Ebene KBS und den Kliniken Maria Hilf, wie wertvoll eine Anbindung der Schule an ein großes Krankenhaus als Träger ist. Enge Kommunikation und permanenter Austausch führen oft zu erfolgreichen und den Wünschen entsprechenden Karrierewegen, wie sie in einem fachlich breit aufgestelltem Haus halt eher möglich sind. Eine gute Betreuung in der Ausbildungszeit ist ebenfalls wichtig: diese gewährleisten wir seitens der kbs durch ein überdurchschnittlich engagiertes und hoch-qualifiziertes Lehrerkollegium sowie seitens der Kliniken Maria Hilf durch sieben, nur für die Ausbildung freigestellte Praxisanleiter.

**HINDENBURGER: Wie kann eine Pflegeausbildung in Corona-Zeiten überhaupt umgesetzt werden und wie müssen sich Ausbildungsbetriebe/-schulen aufstellen, um (Präsenz-)Unterricht in einem sicheren Umfeld anbieten zu können?**

**Evelyn Adams (KBS):** Hier wurde durch kbs und die Kliniken Maria Hilf in den weiteren Ausbau der Infrastruktur materiell wie personell spürbar investiert: die Einstellung eines Systemadministrators / Mitarbeiters rein für IT-Belange ermöglichte z. Bsp. den Aufbau einer kbs-eigenen Lernplattform und deren Betreuung bzw. Weiterentwicklung. Alle Schüler wurden mit iPads, welche vorab durch uns komplett konfiguriert wurden, ausgestattet. Auf dieser Grundlage sind nun alle Schüler zum Homeschooling in der Lage. Präsenzphasen gibt es nur für Abschlusskurse. Selbige werden allerdings so geplant und getaktet, dass es keine unnötigen Begegnungen in größerer Zahl geben muss. Überdies gibt es in der kbs ein klar gekennzeichnetes Wegesystem mit etlichen Ausweichmöglichkeiten durch das Haus. Und dass man untereinander und bei Besuchern auf die Einhaltung der gängigen Hygieneregeln achtet, ...das ist selbstverständlich.

**Sabine Mansmann (SGN):** Wie alle Schulen, müssen auch die Schulen im Gesundheitswesen sich an

spezielle Hygienerichtlinien und Erlasse halten. Um Auszubildende und Lehrkräfte vor einer Infektion zu schützen, ist z.B. das Eintreten und Verlassen des Schulgebäudes in einem Einbahnstraßensystem organisiert worden. Seit August letzten Jahres tragen Azubis und Lehrkräfte durchgehend im Gebäude und während des Unterrichts eine MNB. Regelmäßiges Lüften gehört ebenso zum Alltag wie ein CO<sub>2</sub> Messgerät, das die Qualität der Raumluft angibt. Wo möglich, werden Klassen geteilt, versetzte Unterrichtszeiten und Pausen eingeführt und bei Gruppenarbeiten schriftlich dokumentiert, wer sich mit wem, wann und wie lange in einem Raum aufgehalten hat. Immerhin – bisher hat es im SGN keine Corona-Infektion gegeben – die Anstrengungen und die sehr zeit- aufwendigen Organisationen lassen vermuten, dass wir alles richtig gemacht haben.

**HINDENBURGER: Wie kann Onlineunterricht in der Pflegeausbildung funktionieren? Wie wäre die Ausstattung der Schüler mit digitalen Geräten zu realisieren und zu finanzieren?**

**Sabine Mansmann (SGN):** In unserem Schulzentrum findet in diesem zweiten Lockdown rein digitaler Unterricht nach Stundenplan statt. Das bedeutet, dass die Schüler pünktlich, aber eben zu Hause, jeden Tag von 8:15 – 15:30 Uhr am Unterricht teilnehmen. Wir haben aus März 2020 gelernt und unsere unterrichtliche Strategie im Distanzlernen umgestellt. Alle Auszubildende, Lehrkräfte und Dozenten wurden in Microsoft Teams eingepflegt

und können über diese Plattform unterrichten, Videoabspaltungen durchführen, Unterrichtsmaterial gemeinsam bearbeiten, sogar in digitaler Form Gruppenarbeiten durchführen, Lernfilme gemeinsam anschauen, dies auswerten oder selbst Filme drehen. Alle Schüler haben Zugriff auf 25 digitale Lehrbücher (E-Books) und können sich bei Bedarf ein digitales Endgerät aus der Schule ausleihen, um damit im häuslichen Bereich arbeitsfähig zu sein. Unser Schulzentrum hat über den Digitalpakt Schule NRW – gefördert durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung – im August 2020 140 digitale Endgeräte bestellt, von denen bisher nur 25 Stück geliefert werden konnten. Ein Zustand den sehr viele Schulen teilen – die Nachfrage ist einfach zu hoch. Wir sind auf einem guten Weg; seit dem Neubau unseres Schulzentrums im Jahre 2015 verfügen alle Klassenräume über ein stabiles WLAN-Netz und alle Unterrichtsräume sind mit interaktiven Whiteboards ausgestattet. Reicht das? Ich denke, auch hier ist noch viel Luft nach oben:

Lehrer benötigen Schulungen, um sich in digitalen Lehren zu üben und ein gutes Standing zu entwickeln. Ob die technischen Voraussetzungen bei steigenden Nutzern ausreichend sind, bleibt abzuwarten. Kosten für eigene Schulserver, pädagogische Software und Schulungen, Lizenzgebühren für die Nutzung mobiler Endgeräte, Versicherungskosten u.v.a.m. summieren sich und müssen aktuell von den Arbeitgebern getragen werden. Hier muss aus meiner Sicht nachgebessert werden, da diese Kosten nur mit einem überschaubaren Betrag im Rahmen der Ausbildungsfinanzierungsverordnung für Pflegeberufe berücksichtigt wurden.

**Evelyn Adams (KBS):** Aufgrund der materiellen Ausstattung und hohen Qualifikation der Lehrkräfte konnte der Präsenzstundenplan in einen gleichwertigen Online-Stundenplan überführt werden. Die dazu notwendigen und an die Schüler ausgegebenen Ipads wurden mit Landesfördermitteln realisiert.

## KONTAKT

**kbs | Akademie für Gesundheitsberufe Mönchengladbach**  
Kamillianerstraße 42  
41069 Mönchengladbach  
[www.kbs-mg.de](http://www.kbs-mg.de)

**SGN Schulungszentrum für Gesundheitsberufe am Niederrhein GmbH**  
Hubertusstraße 100  
411239 Mönchengladbach  
[www.SGN-mg.de](http://www.SGN-mg.de)

# wirbleibenzuhause  
Dein PflegeJobDate kommt zu Dir!

Kliniken Maria Hilf Mönchengladbach  
mariahilf-pflege.de



Nimm die Herausforderung an: Box Dich durch!

- Mach bei uns die neue **generalistische Pflegeausbildung**.
- Der Ausbildungsbeginn ist bei uns fünfmal im Jahr möglich. **Nächster Startertermin ist der 1. März 2021.**
- Wir bieten Dir eine **attraktive Ausbildungsvergütung** und viele verschiedene **Sozialleistungen**.
- Weitere Infos: [karriere.caritas-mg.de/Pflegeausbildung](http://karriere.caritas-mg.de/Pflegeausbildung)
- Bewirb Dich jetzt: [bewerbung@caritas-mg.de](mailto:bewerbung@caritas-mg.de)

**Caritasverband Region Mönchengladbach e. V.**  
 02161 8102-27 · [www.caritas-mg.de](http://www.caritas-mg.de)

**Herzlich gern.**

# Berufsausbildung in der Pandemie

Redaktion: Jessica Sindermann

**Für viele junge Erwachsene soll demnächst der Start ins Berufsleben oder nächste Ausbildungsjahr beginnen. Doch die aktuelle Situation hat unser aller Leben auf den Kopf gestellt und beeinflusst auch weiterhin den Alltag in Betrieben, Institutionen und Berufsschulen. Das berufliche Bildungssystem wird auf eine harte Probe gestellt. Auch wenn viele Ausbildungsbetriebe und Schulen versuchen, schrittweise zu einer „Normalität“ zurückzukehren, bleiben auf Seiten der potenziellen Arbeitnehmer viele Fragen offen. Wir haben bei der der Agentur für Arbeit, der Kreishandwerkerschaft und der IHK einmal nachgehakt, damit Sie bestens auf einen Berufseinstieg zu Pandemiezeiten vorbereitet sind!**



Claudia Kamper, Bereichsleiterin Berufsberatung der Agentur für Arbeit Mönchengladbach



Daniela Perner, Geschäftsführerin im Geschäftsbereich Innovation, Bildung, Fachkräfte der IHK Mittlerer Niederrhein



Stefan Bresser, Geschäftsführer Kreishandwerkerschaft Mönchengladbach

Fotos: (v.l.) Agentur f. Arbeit MG, IHK Linker Niederrhein, KreiHa MG

## HINDENBURGER: Wie stellt sich die aktuelle Situation auf dem Ausbildungsmarkt in der Corona Situation dar?

**Claudia Kamper (Agentur für Arbeit):** Durch die Corona-Pandemie war es im Frühjahr 2020 zu einer Verzögerung am Ausbildungsmarkt gekommen. Die Schließung der Schulen fiel in die heiße Phase der Berufswahl. Deshalb hatten sich die Partner am Ausbildungsmarkt auf eine Verlängerung des Ausbildungsstartes bis zum Jahreswechsel geeinigt. Das Ziel der Berufsberatung der Agentur für Arbeit Mönchengladbach war dabei immer, jedem Ausbildungssuchenden ein Stellenangebot oder eine Vorbereitungsmaßnahme zu unterbreiten – das ist uns gelungen.

Inzwischen laufen die Vorbereitungen für das Ausbildungsjahr 2021 auf Hochtouren, das im Sommer startet. Hierbei ist es wichtig, dass alle Akteure am lokalen Ausbildungsmarkt – wie im Vorjahr – wieder gemeinsam daran mitwirken, eine Corona-Lücke am Ausbildungsmarkt zu verhindern. Jede heute nicht besetzte Ausbildungsstelle bedeutet in Zukunft eine Fachkraft weniger. Die Pandemie hat den Fachkräfte-Engpass vielleicht verschoben, allerdings nicht aufgehoben. Unser Beitrag dazu ist, dass wir für alle Fragen zur Berufsorientierung und Ausbildungsaufnahme individuell beraten.

**Stefan Bresser (Kreishandwerkerschaft):** Auch der Ausbildungsmarkt wurde von der Corona-Pandemie betroffen. Im ersten Ausbildungsjahr wurden gegenüber dem Vorjahreszeitraum ca. 13 % weni-

ger Ausstellungsverhältnisse abgeschlossen. Für das im Sommer 2021 beginnende Ausbildungsjahr hoffen wir auf wesentlich mehr Ausbildungsplatzbewerber als im Vorjahr. Aktuell ist problematisch, dass kaum oder nur in digitaler Form Berufsinformationsveranstaltungen möglich sind.

**Daniela Perner (IHK):** Wir haben das Jahr 2020 mit etwas über 4000 neuen Ausstellungsverträgen abgeschlossen, das ergibt ein Minus von 9,7 % in der Region im Vergleich zu 2019. Damit haben wir als zweitbesten IHK-Bezirk NRW-weit abgeschnitten. Der NRW-Durchschnitt liegt bei -13,8%. Allerdings liegt das Minus in MG mit -14,1 % (881 neuen Ausbildungsstellen im Vergleich zu 1026 in 2019) deutlich höher als in den anderen Städten und Kreisen der Region. Hier gab es ein ungünstigeres Bewerber-Stellen-Verhältnis als in den anderen Städten.

**HINDENBURGER: Gibt es aktuell noch Unternehmen in Mönchengladbach die Ausbildungsplätze vergeben? Wie ist hier das Verhältnis von Angebot und Nachfrage? Ist zu beobachten, dass Unternehmen aus wirtschaftlichen Gründen weniger Auszubildende suchen?**

**Claudia Kamper:** Derzeit befindet sich die Agentur für Arbeit Mönchengladbach mit den Betrieben bereits in vielen guten Gesprächen, um den jungen Leuten Ausbildungsstellen für das nächste Ausbildungsjahr anbieten zu können. Start ist im August beziehungsweise September 2021.

Schulabgängern aus dem vergangenen Sommer, die aktuell noch eine Ausbildung anstreben, kann

die Arbeitsagentur anbieten, eine sogenannte Einstiegsqualifizierung (EQ) beim zukünftigen Arbeitgeber zu fördern. Dabei handelt es sich um ein sozialversicherungspflichtiges Langzeitpraktikum für Jugendliche, das als Brücke in die Berufsausbildung dienen soll. Innerhalb von sechs bis zwölf Monaten wird ihnen betriebliches Grundlagenwissen aus einem anerkannten Ausbildungsberuf im Betrieb vermittelt, und zugleich wird die Berufsschule besucht. Ziel ist es, die jungen Menschen anschließend in ein reguläres Ausstellungsverhältnis zu übernehmen. Die Inhalte des Praktikums orientieren sich an denen des angestrebten Ausbildungsberufs. Die Vergütung wird zwischen dem Betrieb und den EQ-Teilnehmern vereinbart und wird auf Antrag von der Agentur für Arbeit bezuschusst. Der Arbeitgeber stellt am Ende des Praktikums eine Bescheinigung über die vermittelten Kenntnisse aus. Mit einem zusätzlichen Zertifikat der Kammer kann ein Antrag auf Verkürzung der danach folgenden regulären Ausbildung gestellt werden. Arbeitgeberanfragen zu den Möglichkeiten, jungen Menschen in den nächsten Monaten noch eine Einstiegsqualifizierung zu ermöglichen, beantwortet die Agentur für Arbeit Mönchengladbach unter 02161 4041870.

**Stefan Bresser:** Im derzeitigen ersten Ausbildungslehrejahr hätten wesentlich mehr Ausbildungsplätze besetzt werden können, wenn denn genügend Bewerber vorhanden gewesen wären. Tatsächlich konnten in den letzten Jahren – somit unabhängig von Corona – viele Ausbildungsplätze nicht besetzt werden, da die geeigneten Bewerber fehlten. Im Wirtschaftszweig Handwerk hat sich das Angebot von Ausbildungsstellen nicht reduziert, das Gegen-

teil ist der Fall, es werden gegenüber den Vorjahren vergleichsweise mehr Auszubildende gesucht.

**Daniela Perner:** In unserer Lehrstellenbörse findet man in MG und im Umkreis von 20 km zurzeit knapp 660 freie Lehrstellen in allen möglichen Berufsgruppen, die meisten suchen allerdings für den 01.08. oder 01.09.2021. Einige Unternehmen würden auch jetzt noch einstellen, wenn sich ein geeigneter Schulabgänger bewirbt. So hat z.B. bei unserer Check In Berufswelt Anfang Oktober eine Jugendliche ihre Bewerbung in einem Autohaus hier in MG abgegeben und konnte dort am 15.11.2020 noch ihre Ausbildung beginnen. Das zeigt, dass der Ausbildungsmarkt flexibel ist und auch die Berufskollegs mitspielen.

**HINDENBURGER: Was bedeutet Corona für den Bewerbungsprozess?**

**Claudia Kamper:** Unabhängig von der Corona-Pandemie greifen immer mehr Unternehmen auf Online-Bewerbungen zurück. Was jetzt immer öfter genutzt wird, ist das Bewerbungsgespräch per Videochat. Hierbei gelten dieselben Regeln wie beim persönlichen Gespräch: angemessene Kleidung, nicht zu starkes Styling, Pünktlichkeit. Darüber hinaus gilt: In die Kamera blicken, damit der Arbeitgeber direkt in die Augen des Jugendlichen schauen kann. Im Vorfeld mit Freunden oder Familie die Technik testen. Eine LAN-Verbindung ist stabiler als WLAN. Hintergrundgeräusche minimieren. Laut, klar und deutlich sprechen. Gerade beim Videochat kommt es auf die Mimik an, deshalb Gesicht und Oberkörper natürlich und freundlich darstellen.

**Stefan Bresser:** Ausbildungsbetriebe sind dankbar für möglichst viele Bewerbungen. Bewerbungsgespräche werden – unter Beachtung aller Hygiene- und Abstandsregeln – durchgeführt.

**Daniela Perner:** Viele Unternehmen haben schon im letzten Jahr auf digitale Bewerbungsprozesse umgestellt und treffen ihre Auswahl in Videoterminen. Andere bevorzugen ein persönliches Kennenlernen, z.B. nach einer digitalen Vorauswahl. Da viele im ersten Lockdown ab März 2020 schon Erfahrungen gesammelt haben, ist dies nun kein all zu großes Hemmnis. Ab Mitte Februar bieten wir gemeinsam mit der Arbeitsagentur und der Handwerkerschaft hier in MG ein digitales Azubi-Speed-Dating an, um Unternehmen und Schüler zusammenzubringen und den Bewerbungsprozess zu erleichtern. Unser Plan, die Schüler in den Schulen auf unser Angebot aufmerksam zu machen, ist durch die Schulschließungen nun natürlich leider nicht möglich. Daher nutzen wir andere kreative Wege und Social Media, um die Schüler zu erreichen.

**HINDENBURGER: Wie wird der schulische Teil der Ausbildung zu Pandemiezeiten gehandhabt?**

**Stefan Bresser:** Der schulische Teil in der Ausbildung wird in den Berufskollegs angeboten. Je nach Coronalage in Präsenzform oder in digitaler Form.

Die Berufskollegs stellen sicher, dass die Lerninhalte vermittelt werden.

**Daniela Perner:** Im Distanzunterricht mit Lernplattformen und Online-Unterricht. Hier ist aber bei der Ausstattung der Schulen, Lehrer und Schüler und bei der Methodik an vielen Stellen noch Luft nach oben. Daher sollten die Berufsschulen sobald wie möglich wieder öffnen.

**HINDENBURGER: Inwiefern beeinflusst die aktuelle Lage die Abschlussprüfungen der betroffenen Ausbildungsjahrgänge? Ist mit beruflichen Nachteilen für die Abschießenden zu rechnen aufgrund von Qualitätsunterschieden?**

**Stefan Bresser:** Auf den Inhalt der Prüfungen hat die aktuelle Lage derzeit keinen Einfluss. Die Prüfungen werden mit weniger Prüflingen durchgeführt, damit die Abstandsregeln eingehalten werden. Die aktuellen Prüflinge haben selbstverständlich keine beruflichen Nachteile durch eine „Corona-Prüfung“.

**Daniela Perner:** Der Umgang der Schulen mit dem Distanzunterricht ist heute professioneller als beim ersten Lockdown. Daher gehen wir derzeit von den regulären Prüfungsterminen aus, da an diesen ja auch das Ausbildungs- bzw. Vertragsende und die weitere berufliche und private Planung der Auszubildenden hängt. Berufliche Nachteile ergeben sich aus meiner Sicht weniger aus Qualitätsunterschieden als vielmehr aus der Entwicklung des Arbeitsmarktes in diesem Jahr.

**HINDENBURGER: Erwarten Sie, dass durch die Auswirkungen auf die Schulen in der Coronapandemie die dieses Jahr eine Ausbildung anstrebenden Jugendlichen benachteiligt werden könnten?**

**Claudia Kamper:** Wir als Arbeitsagentur für Mönchengladbach haben uns auf die Fahne geschrieben, unseren Beitrag zu leisten, dass keine Benachteiligungen entstehen. Wie im vergangenen Jahr möchten wir auch 2021 erreichen, dass für die jungen Leute das C nicht für Corona, sondern für Chancen auf dem Ausbildungsmarkt steht. Es gibt Branchen, die trotz oder gerade wegen der aktuellen Lage zukunftssicher scheinen. Beispiele dafür sind der Öffentliche Dienst, klassische Handwerksberufe sowie das Gesundheits- und Sozialwesen. Steigende Bedarfe sind darüber hinaus in der Logistik und in der IT und Telekommunikation zu verzeichnen. Doch auch heute vermeintlich weniger sichere Berufe können in der Zeit nach der Pandemie tolle Karriere-Chancen bieten. Wichtig ist aber, jetzt rechtzeitig die entsprechenden Weichen zu setzen und mit uns Kontakt aufzunehmen. Damit jeder Jugendliche seine Chance bekommen kann, bieten wir den jungen Frauen und Männern unsere neutrale, kostenfreie Berufsberatung an.

**Stefan Bresser:** Nachteile für die Jugendlichen in der Ausbildung erkenne ich nicht. Festzuhalten bleibt aber auch, dass die derzeitige Unter-

richtssituation problematischer ist, als im „Normalbetrieb“.

**Daniela Perner:** Viele Berufsorientierungsangebote sind 2020 ausgefallen, so auch die Berufsfelderkundungen und viele Praktika, die ja oft der Türöffner für eine Ausbildung sind. Im Moment gibt es in den Schulen natürlich auch dringendere Themen als Berufsorientierung. Trotz allem lassen unsere Unternehmen, unsere Kooperationspartner wie die Arbeitsagentur und wir als IHK nicht nach, Angebote zu schaffen, um den Jugendlichen, die eine Ausbildung anstreben, die Hürden so gering wie möglich zu machen.

**HINDENBURGER: Gibt es Förderprogramme des Bundes / Landes, um Unternehmen im Ausbildungsbereich in der Coronakrise zu unterstützen, um den Ausbildungsbetrieb aufrecht zu erhalten?**

**Claudia Kamper:** An ausbildungswillige Unternehmen richtet sich die Hotline „Bei Anruf: Fördergeld!“. Diese bietet die Agentur für Arbeit Mönchengladbach montags bis freitags zwischen 10 und 12 Uhr unter 02161 4041870 an. Beraten wird über passende Fördermöglichkeiten wie die Einstiegsqualifizierung, das Ausbildungsprogramm NRW und das Bundesprogramm „Ausbildungsplätze sichern“, das sich an kleine und mittlere Unternehmen richtet, die von der Corona-Krise betroffen sind.

**Stefan Bresser:** Es gibt genügend Förderprogramme seitens des Bundes/Landes im Bereich der Berufsausbildung. Über die unterschiedlichsten Programme kann man sich auf der Homepage der Handwerkskammer Düsseldorf eine Übersicht verschaffen.

**Daniela Perner:** Mit dem Bundesprogramm „Ausbildungsplätze sichern“ werden Ausbildungsbetriebe seit letztem Sommer unterstützt, ihr Ausbildungsplatzangebot aufrecht zu erhalten. Es gibt Prämien für die Fortführung und Erhöhung des Ausbildungsangebotes, zur Vermeidung von Kurzarbeit und für Auftrags- und Verbundausbildung sowie eine Übernahmepremie für Auszubildende aus coronabedingt insolventen Betrieben. Anträge können an die Agentur für Arbeit gestellt werden. Wir als IHK sind ebenfalls am Prozess beteiligt und haben in den letzten Monaten ca. 380 Anträge bearbeitet.

**HINDENBURGER: Trotz der pandemiebedingten Situation stehen in NRW auch weiterhin attraktive Ausbildungsmöglichkeiten für Ausbildungssuchende zur Verfügung und Betriebe sind dankbar für die eingehenden Bewerbungen engagierter Berufseinsteiger. Für weitere Fragen zu Berufsorientierung und Ausbildungsaufnahme stehen die Agentur für Arbeit, die Kreishandwerkerschaft und die IHK gerne zur Verfügung! Frau Kamper, Frau Perner und Herr Bresser, herzlichen Dank für die interessanten Antworten!**



BORUSSIA



Nico Elvedi traf nach einer Standardsituation per Kopf zum 1:0-Sieg gegen Werder Bremen und hatte mit seinen Kollegen dieses eine Mal Glück, einen späten Gegentreffer irgendwie vermeiden zu können.

## GUT GERÜSTET FÜR DEN ERFOLG

Borussia muss endlich die späten Gegentore vermeiden, um den Unterschied deutlich zu machen

Redaktion: Ingo Rütten | Foto: Borussia

Wie wichtig das Tor zum 1:0 gegen Werder Bremen am 19. Januar im letzten Spiel der Hinrunde in der Fußball-Bundesliga für Borussia war, konnten die Fernsehzuschauer gut am Gesicht von Trainer Marco Rose ablesen. Aber auch der jubelnde Trainer konnte zum Zeitpunkt des Treffers von Nico Elvedi nicht wissen und noch dazu beinahe kaum hoffen, dass dies der Siegtreffer in diesem engen Spiel sein könnte. Doch dieses Mal hatte Borussia reichlich Glück, dass nicht erneut eine knappe Führung zum Ende des Spiels verloren ging.

Es ist eine der Geschichten der Hinrunde dieser für Borussia nicht zuletzt wegen der Corona-Pandemie äußerst komplizierten Saison. 18 Punkte ließ die Rose-Elf nach Führungen in der Liga liegen, das ist ziemlich viel. Zu viel, um ganz oben in der Tabelle als einer der Bayernjäger – sofern es den in dieser Spielzeit überhaupt gibt – gelten zu können. Die gute Nachricht: Borussia steht dennoch gut

dar und kann in der Rückrunde leicht noch in die Champions-League-Plätze der Tabelle klettern. Viel braucht es dazu eigentlich nicht: Entweder häufiger solch ein Glück in den Schlussminuten wie gegen Werder oder aber ab und an einfach mal ein weiteres Tor, um die Führung auszubauen!

### Keine Atempause

Die Bundesliga macht keine Atempause, und so bleibt auch keine Zeit und keine Winterpause, um die Ereignisse der ersten Saisonhälfte einzuordnen. Ehe der VfL zum Start der Rückrunde direkt im Anschluss an den Erfolg gegen Bremen daheim auf die Namenscousine von Borussia Dortmund getroffen ist, holte Rose mit seiner Mannschaft aus vier Spielen im Jahr 2021 zehn Punkte. Dass es nicht gar die Maximalausbeute mit vier Siegen wurde, lag auch an der dubiosen Schiedsrichterentscheidung samt Videobeweis beim 2:2 in Stuttgart.

Ohne diese eklatante Fehlleistung aller beteiligten Schiedsrichter hätte Borussia zweifellos gewonnen, dass aber der falsche Elfmeterpfiff erneut zwei Punkte kostete, hat sich der VfL dennoch selbst zuzuschreiben. Die Partie beim Aufsteiger war eine Blaupause der kompletten Saison: Borussia hatte scheinbar alles im Griff, um dann in den Schlussminuten ängstlich und zerfahren einem Gegentor mit Ansage entgegenzublicken.

Dieser obligatorische Gegentreffer in den Schlussminuten scheint tatsächlich eine Kopfsache zu sein. Denn dass die Mannschaft sonst „intakt“ ist, hat sie beispielsweise gegen den FC Bayern München bewiesen, als sie ein 0:2 in einen 3:2-Sieg umwandelte. Vermutlich gab es gegen die Bayern zu wenig zu verlieren, sodass der Erfolg kaum richtig in Gefahr und bei Borussia zum Ende des Spiels nicht wie beinahe üblich alle in Panik gerieten. Dazu besteht grundsätzlich betrachtet ohnehin kein

Grund, auch wenn viele Punkte unnötig abgegeben wurden. Borussia hat weiterhin Chancen, sich in der Tabelle wieder unter die ersten vier Teams einzunisten und damit eine Alternative für manchen Leistungsträger und dessen Wechselgedanken zu bleiben.

### Gerüchte machen die Runde

Etlche Gerüchte machen die Runde, wen der VfL im Sommer alles verlieren könne. Trainer Rose und eine Hand voll zumindest am Niederrhein hochdekorierter Stars. Gewiss wird es dieses Mal Abgänge geben, aber der sportliche Erfolg stellt auch in dieser Hinsicht wichtige Weichen. Das Erreichen des Achtelfinales in der Champions League gegen Manchester City und eine erneute Qualifikation für diesen Wettbewerb könnten nicht nur manchen derzeitigen Borussen nachdrücklich von seinem Arbeitgeber überzeugen, sondern auch namhafte(re) Leute anlocken, um vakante Positionen einzunehmen.

Hierzu braucht es weitere Siege, die vielen Unentschieden bringen den VfL nicht nach vorne. Ende Januar gegen Union Berlin und im Derby gegen den 1. FC Köln am 6. Februar gab und gibt es die nächsten Chancen, wichtige Punkte zu holen. Wenn es sein muss eben auch mit einem einzigen Standardtor wie ge-

gen Bremen: Elvedis Kopfball war das 13. Tor nach einer Standardsituation für Borussia in dieser Saison. Für viele Borussenanhänger ist diese Zahl ähnlich erstaunlich wie die vielen Gegentreffer zum Schluss.

Der Februar sieht richtungsweisende Spiele für Borussia vor und startet gleich mit der Neuauflage der Partie beim VfB Stuttgart. Dieses Mal tritt der VfL im DFB-Pokal bei den Schwaben ab, und die schlechteste Nachricht könnte dabei sein, dass im Pokal anders als in den Jahren zuvor auch bereits in diesem Achtelfinale der Videoschiedsrichter eingesetzt wird. In der Liga geht es nach Wolfsburg und zu RB Leipzig, zwei direkte Kontrahenten um die vorderen Plätze. Und natürlich steht am 24. Februar der Höhepunkt auf dem Pro-

gramm, der leider ebenfalls und weiterhin ohne Fans im Borussia-Park über die Bühne gehen muss: Manchester City ist nicht zum ersten Mal Gegner der Borussen in der Champions League, aber wer weiß, vielleicht erinnern wir uns zukünftig nur noch an dieses Aufeinandertreffen, das erst rund drei Wochen später mit dem Rückspiel in England seine Fortsetzung nimmt?

Borussia ist gut gerüstet für diese wichtigen Spiele, hoffentlich über 90 Minuten plus Nachspielzeit. Denn das wäre ein Fortschritt im Gegensatz zum bisherigen Saisonverlauf, der am Ende den Unterschied ausmachen wird: zwischen Erfolg und Misserfolg und letztlich wohl auch zwischen Champions oder Europa League in der nächsten Spielzeit.

### Termine Januar 2021

Mi., 03.02.2021	20:45 Uhr	DFB	VfB Stuttgart / BORUSSIA
Sa., 06.02.2021	18:30 Uhr	BL	BORUSSIA / 1. FC Köln
So., 14.02.2021	18:00 Uhr	BL	VfL Wolfsburg / BORUSSIA
Sa., 20.02.2021	15:30 Uhr	BL	BORUSSIA / 1. FSV Mainz
Mi., 24.02.2021	21:00 Uhr	CL	BORUSSIA / Manchester City
Sa., 27.02.2021	18:30 Uhr	BL	RB Leipzig / BORUSSIA



ZAHNARZTPRAXIS  
DR. BONGARTZ



MEIN SELBSTVERTRAUEN?

DURCH EIN HERZLICHES  
UND GESUNDES LÄCHELN!

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 WIE GEWOHNT FÜR SIE DA!

Montags - Donnerstags: 08:00 Uhr - 19:00 Uhr  
Freitags: 08:00 Uhr - 16:00 Uhr  
..... und nach Vereinbarung!





Foto: © Fotolia/WavebreakMediaMicro

## Schnarchen – da hört der Spaß auf

„Schlaf gut!“ – das sagt sich so leicht vor dem Schlafengehen. Für Viele ist der erholsame Schlaf eine Wunschvorstellung. Im Durchschnitt schnarchen rund 60 % der Männer und 40 % der Frauen. Besonders hoch ist der Anteil bei den über 60-jährigen. Wir sprachen im Menge Haus mit den für zahnärztliche Schlafmedizin zertifizierten Chirurgen Dr. Dr. Lange, M.Sc. und Herrn Weyel über den Einsatz von Anti-Schnarch-Schienen.

**Redaktion:** Was sind die Ursachen für das Schnarchen

**Jörg Weyel:** Schnarchen wird meist durch eine Verengung der Atemwege verursacht. Das kann unterschiedliche Auslöser haben. Erschlaffte Muskeln im Rachen, die Gaumensegel und Zäpfchen in der Atemluft flattern lassen, führen zum Schnarchen. Auch die Zunge spielt eine Rolle. Rutscht der so genannte Zungengrund im Schlaf in den Rachenraum zurück, verengt sich der Atemweg. An den Engstellen kommt es schließlich zu Luftverwirbelungen und Vibrationen, die das Schnarchgeräusch verursachen. Zunehmendes Alter, Übergewicht, Alkoholkonsum, Rauchen und Entspannungsmedikamente oder Schlaftabletten können das Schnarchen begünstigen. Solange das Vorbeiströmen der Atemluft nur eine Geräusentwicklung verursacht, kann eine harmlose Form des Schnarchens vorliegen.

**Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange:** Gefährlich wird es, wenn sich der Atemweg verengt, die Sauerstoffzufuhr beeinträchtigt wird und dies zu Atembehinderungen oder sogar zu Atemaussetzern führt. Lautes und häufiges Schnarchen, das mit nächtlichen Atemstillständen einhergeht, wird als obstruktives Schlafapnoe Syndrom kurz OSAS bezeichnet. Bei diesem Krankheitsbild verschließen sich während des Schlafens wiederholt die oberen Atemwege. Eine Schlafapnoe kann im Unterschied zum normalen Schnarchen ein erhebliches Gesundheitsrisiko bedeuten. Bei bestehen-

dem Verdacht auf Schlafapnoe erfolgt in vielen Fällen eine Untersuchung und Sicherung der Diagnose in einem Schlaflabor. Nach der Auswertung der Ergebnisse durch einen schlafmedizinischen Experten kann eine individuell auf den Patienten zugeschnittene Therapie erfolgen.

**Redaktion:** In welcher Situation empfehlen Sie Ihren Patienten Schnarchschienen

**Jörg Weyel:** Schnarchen ist meistens unbedenklich. Ist die Ursache für das Schnarchen das Zurücksinken der Zunge in den Rachenraum, kann eine Schnarchschiene helfen. Schnarchschienen, so genannte Protrusionsgeräte sind eine komfortable, sinnvolle Therapie bei leichter bis mittelgradiger Schlafapnoe. Die zweiteiligen, nach Gebissabdrücken hergestellten Zahnschienen halten Unterkiefer und Zunge während des Schlafes vorn. So bleibt der Rachenraum weit geöffnet und die Lunge wird wieder mit genügend Luft versorgt. Unsere individuellen Schnarchschienen besitzen den Vorteil, dass sie auf die Zähne eines Patienten abgestimmt sind. Da die seitliche Beweglichkeit des Unterkiefers erhalten bleibt, sind die Schienen nach einigen Tagen kaum noch spürbar.

**Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange:** Die Abformung für die Schiene erfolgt mit oder auch digital ohne Abformmaterial und ohne Würgereiz. Unsere Patienten schätzen diese digitale, berührungsfreie Vorgehensweise. Im Anschluss werden die komfortablen Kunststoff-Schienen passgenau für die Zähne eines Patienten hergestellt. Wichtig ist, dass sie im Mund oder Halsbereich nicht hindern oder als Fremdkörper stören. Die Schiene wird ähnlich wie eine herausnehmbare Zahnspange getragen und ist auf Reisen stromunabhängig und überall einsetzbar. Schnarchschienen können auch bei Prothesenträgern, die mit Implantaten versorgt sind, verwendet werden. Die Implantate sorgen für einen festsitzenden Halt der Prothese und somit auch für den sicheren, komfortablen Sitz der Schnarchschiene. Patienten mit Implantat gestützten Schnarchschienen bestätigen uns, dass sie wieder ungestört schlafen können. Die Kombination aus Implantat und Schiene bei leichter bis mittelschwerer Schlafapnoe ist eine gute Alternative zur Schlafmaske bei leichter bis mittelschwerer Schlafapnoe.

**Redaktion:** Auch für die harmlosere Variante des Schnarchens ist eine medizinische Abklärung und Behandlung ratsam. Sie erspart Betroffenen das getrennte Schlafzimmer und sorgt letztendlich für gesünderen, erholsameren Schlaf. Einfach besser ausgeschlafen aufwachen. Schnarchen muss nicht mehr zum Streitthema werden.



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

Foto: © Praxis 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)



Foto: © BE5-PHYSIO

Das Team der BE5-PHYSIO auf der Hohenzollernstraße macht auch Hausbesuche.

Hausbesuche gehören in der heutigen Zeit in den meisten medizinischen Berufen zum Alltag dazu. Die meisten Pflegedienste und Allgemeinmediziner kommen regelmäßig zu Patienten nach Hause, die selbst nicht mehr das Haus verlassen können, und betreuen diese bestmöglich. Dies ist auch schon seit langem in der Physiotherapie gang und gebe! Trotzdem wissen viele Leute nicht, dass dies von den meisten Praxen angeboten wird.

„Machen Sie auch Hausbesuche? - ist die Frage, die in meiner Physiotherapiepraxis oft von Kunden

## PHYSIOTHERAPIE ALS HAUSBESUCH? KEIN PROBLEM!

gestellt wird“, berichtet Florian Strater. „Vielen Leuten ist nicht klar, dass dies auch in der Physiotherapie zum täglichen Geschäft gehört.“

Hausbesuche werden in der Regel für alle verordnet, denen es nicht möglich ist, selbstständig das Haus zu verlassen und somit eine Praxis zu erreichen. In der Physiotherapie ist es so, dass Ärzte Heilmittelverordnungen ausstellen, auf denen die Diagnose und die dafür vorgesehene Therapie für den Patienten vermerkt ist. Bei gesetzlich Versicherten ist außerdem ein Feld auf dem Rezept, das gekennzeichnet ist als 'Hausbesuch'. Ist ein X in diesem Feld, darf der Physiotherapeut zu Ihnen nach Hause kommen! Bei Privatversicherten muss auf dem Rezept dazu geschrieben werden, dass die Therapie als Hausbesuch stattfinden soll.

Wenn ein Therapeut das erste Mal bei einem Patienten zu Hause ist, werden zunächst der Beweglichkeitszustand und die diesbezüglichen Ziele des jeweiligen Kunden überprüft. Bei stark betroffenen Patienten passiert dies natürlich zusammen mit dem zuständigen Betreuer oder Familienangehörigen. Daraufhin wird ein Behandlungsplan erstellt, der mit den Zielen

und Wünschen des Patienten oder Betreuers sowie mit der Expertise des Therapeuten einhergeht. Dieser Behandlungsplan wird dann in den 4 Wänden des Kunden durchgeführt.

„In der Praxis Be5 – Physio haben wir einige Mitarbeiter, die ausschließlich Hausbesuche machen. Daher können wir neue Hausbesuche auch immer gut einplanen und haben nicht viel Vorlaufzeit, um die Patienten schnellstmöglich zu betreuen. Denn egal ob man zu Hause ist, oder in die Praxis kommen kann, es sollte für jeden die Möglichkeit bestehen, mit professioneller Anleitung etwas für sich zu tun!“

### BE5-PHYSIO

Hohenzollernstr. 179  
41063 Mönchengladbach  
Tel.: 02161 - 68 44 40  
info@be5-physio.de  
[www.be5-physio.de](http://www.be5-physio.de)



### Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 7-20 Uhr, Mi. u. Fr. 7-18 Uhr,  
Sa. nach Vereinbarung

## 24 STUNDEN SENIOREN- BETREUUNG AUS IHRER REGION



### Wohlbefinden, Sicherheit und Qualität im Fokus, der Mensch im Zentrum unseres Handelns

Durch unseren persönlichen und familiären Charakter werden wir Sie unterstützen, menschlich passende Betreuungskräfte zu finden und begleiten Sie während der Betreuungszeit bei Problemen und Herausforderungen im Zusammenleben und-wirken mit den Betreuungskräften. Wir stellen den Menschen in das Zentrum unseres Handelns, um für die Betreuten, die Angehörigen und die Betreuungskräfte eine angenehme Situation zu schaffen und zu sichern.

Gerne Beraten wir Sie persönlich und direkt, welche Möglichkeiten es gibt und welche Kosten auf Sie zu kommen.



**HÜLSEN & PLATTE**

24 Stunden  
Seniorenbetreuung

**Sicher betreut und umsorgt  
im eigenen Zuhause!**



**Telefon: 02431 81 24 735**

hp@24stunden-seniorenbetreuung.de  
[www.24stunden-seniorenbetreuung.de/huelsen-platte-gbr](http://www.24stunden-seniorenbetreuung.de/huelsen-platte-gbr)  
Rheinweg 185, 41812 Erkelenz



Foto: Praxis Dr. Bongartz &amp; Kollegen

ZÄ Noor Jawad, ZA Maximilian Fiesel, Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc, Dr. Isabelle Grünewald, Dr. med. dent. Alice Voß (v.l.n.r)

# Zahnersatz: Viele Möglichkeiten für ein schönes Lächeln



Foto: 123rf.com/profile\_BDS

**Die moderne Zahnmedizin entwickelt sich rasant: Intraoralscanner, 3D-tomographisches Röntgen, digitaler Workflow, 3D-Druck und vor allem neue Implantatsysteme treiben den Fortschritt kontinuierlich voran. Klar, dass Nicht-Mediziner hierbei schnell den Überblick verlieren können. Bei so vielen neuen Möglichkeiten ist es daher umso wichtiger, dass Patienten aufgeklärt werden und über die individuellen Behandlungsmethoden Bescheid wissen.**

Grundsätzlich gilt: Zahnersatz ist so individuell wie der Patient. Brücke, Prothese, Einzel-Implantat – herausnehmbarer oder festsitzender Zahnersatz, die Möglichkeiten sind vielfältig. Klar, dass es Patienten dabei schwerfällt, den Überblick zu behalten.

## Lückenlose Lösung

„Vor jeder Behandlung müssen wir genau untersuchen und herausfinden, welche unserer Arbeiten die bestmögliche Option für den Patienten ist. Dabei spielt nicht nur die medizinische Umsetzbar-

keit, sondern auch die Wunschvorstellung des Patienten eine sehr große Rolle. Nur wenn wir ganz individuell arbeiten finden wir eine gute Lösung. Dabei ist es stets das Ziel, kosteneffektiv und maßgeschneidert zu arbeiten“, so Dr. Hartmut Bongartz. Seine Praxis in Neuwerk besteht seit über 30 Jahren. Ein beträchtlicher Zeitraum, in dem er im Laufe der Zeit unterschiedlichste Fälle und Patienten auf dem Behandlungsstuhl sitzen hatte.

Wernicht mehr alle Zähne im Mund hat und auf Zahnersatz angewiesen ist, der weiß, dass es längst nicht

nur um Ästhetik geht. Richtig zubeißen zu können allein gibt ein gutes Gefühl und Selbstvertrauen. Daher spielt die Funktionalität der zahnmedizinischen Versorgung eine ganz zentrale Rolle. Das stellt auch Dr. Bongartz immer wieder fest: „In meiner Laufbahn als Zahnarzt habe ich immer wieder festgestellt, dass für den Patienten Tragekomfort und halt oberste Priorität haben. Ein möglichst natürliches Kaugefühl ist hier das Ziel. Dennoch bietet uns die heutige Zeit viele Möglichkeiten, Funktionalität und Ästhetik miteinander zu verbinden.“

## Flexibilität durch Zahnimplantate

Neben neuesten Materialien, Planungs- und Herstellungsmethoden ist vor allem die Versorgung mit Implantaten in den Fokus der Öffentlichkeit und damit auch vieler Patienten gerückt. Dr. Bongartz implantiert bereits seit über 30 Jahren und hat die Entwicklung auf diesem Feld miterlebt. Mit zwei Master-Studiengängen hat er sich auf diesem Gebiet spezialisiert. „Zahnimplantate sind wie eine künstliche Zahnwurzel, die im Kiefer verankert ist. Diese eröffnen für uns Zahnärzte viele Möglichkeiten, individuellen Zahnersatz bestmöglich zu erstellen. In den letzten Jahren wurde die Weiterentwicklung auf diesem Feld enorm forciert. Die Implantate sind haltbarer, zuverlässiger und natürlich auch günstiger geworden.“ Dennoch sind Implantate nicht ohne weiteres bei allen Patienten möglich. Hier spielen Faktoren wie die Kieferknochengröße und -struktur eine wichtige Rolle.

Ein so umfangreiches Thema wie Zahnersatz und die damit verbundenen Möglichkeiten sollte daher unbedingt umfassend mit einem Zahnarzt besprochen werden. Denn nur so kann dafür gesorgt werden, dass Patienten sich wohl fühlen und den für sich bestmöglichen Zahnersatz finden können.

**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-dr Bongartz.de, [www.zahnarzt-dr Bongartz.de](http://www.zahnarzt-dr Bongartz.de)  
Sprechzeiten: Mo.-Do. 8-19 Uhr, Fr. 8-16 Uhr und nach Vereinbarung

# Zu Gast im L64

## Die neue Zentrale der AWO Mönchengladbach

Redaktion: Marc Thiele

**„Kommen Sie uns doch mal im L64 besuchen, Sie werden überrascht sein.“ Mit diesen Worten lud mich Sabine Pannhausen, Pressesprecherin der AWO Mönchengladbach, in die neue Zentrale des Wohlfahrtsverbandes ein, der sich seit Sommer letzten Jahres an der Limitenstraße 64-78 in Rheydt befindet. Eigentlich ist L64 der interne Projektname der durchführenden Architekten, aber man entschloss sich einfach, diesen beizubehalten.**

Schon die Ankunft war entspannt, denn die leidige Parkplatzsuche entfiel. Mit der langfristigen Anmietung des ehemaligen Staples-Gebäudes hat die AWO auch die verfügbaren Parkflächen übernommen, was nicht nur für mich, sondern natürlich für die Mitarbeiter und Kunden eine enorme Erleichterung ist. Neben den Autoparkflächen gibt es zudem 70 Fahrradstellplätze, des Weiteren werden demnächst auch E-Ladesäulen installiert.



Foto: Marc Thiele

Der Empfangs- und Servicebereich

Der neue direkt an der Limitenstraße gelegene Haupteingang ist selbstverständlich barrierefrei und führt in den riesigen, offenen Empfangs- und Servicebereich, wo Sabine Pannhausen und ihre Kollegin Nicole Wilms, ihres Zeichens Personalverantwortliche der AWO Mönchengladbach, bereits auf mich warteten, um mir die neue Zentrale vorzustellen. Schon auf den ersten Blick war dieser Raum etwas ganz Besonderes. Eine Reihe kleiner Holzhäuschen, die ein wenig an Strandbuden erinnern, erstreckt sich über die gesamte Länge der gegenüberliegenden Wand. So etwas hätte ich jetzt eher in einer hippen Düsseldorfer Onlineagentur oder einer coolen Berliner Co-Working-Space erwartet, aber nicht unbedingt im Bürogebäude eines Wohlfahrtsverbandes in Mönchengladbach. Die kleinen Häuschen dienen als schallgeschützte Meeting- und Besprechungsräume, in die sich die Mitarbeiter und Berater der AWO mit ihren Klienten zurückziehen, um Vertraulichkeit bei ihren Gesprächen zu gewährleisten. Aber auch der gesamte Raum an sich überzeugt durch seine offene und moderne Gestaltung. Die helle, freundliche Farbwahl in Kombination mit modernsten Möbeln im Wartebereich, einer großen Kinderecke und einer Kaffee- und Wasserstation für die Kunden schafft direkt eine Atmosphäre, in der

man sich als Besucher wohl fühlt. Natürlich ist auch schon hier - wie überall im Gebäude, wie ich später feststellen durfte - an alles gedacht worden, ganz besonders an alle möglichen Aspekte der Inklusion. Extra breite Türdurchgänge, Fahrstuhlrampen, Lichtschalter und Türöffner, die sowohl auf Rollstuhlfahrer als auch auf Menschen mit visuellen Problemen ausgerichtet sind, gehören zum Gesamtkonzept des Hauses, das die AWO in engster Zusammenarbeit mit dem Mönchengladbacher Architektenbüro Schwinning + Jammers hier realisiert hat. Jede Etage hat einen eigenen Farbcode und einen anderen Namen, der zudem durch die entsprechenden Symbole visuell wiedergegeben wird. So wird man auf einer Etage von einem Zebra und auf einer anderen von einer Astronautin begrüßt, und Termine, Kurse und Meeting finden in Räumen statt, die entsprechend des Etagensymbols passend benannt sind. Natürlich steckt auch dahinter der Inklusionsgedanke, denn Symbole und Zeichen kann man sich besser merken als Namen, besonders dann, wenn man vielleicht Probleme mit dem Lesen hat. Selbst die im Gebäude verlegten Teppichböden wurden mit dem Blick auf Inklusion ausgewählt: Dunklere Bereiche, die auch für Menschen mit starken Sehschwächen erkennbar sind, markieren Türen und Durchgänge. Als ein „das Gemeingut förderndes Haus“, wie Nicole Wilms es beschrieb, stehen viele der Räume auch externen Anbietern zur Verfügung und können z.B. für Meetings, Konferenzen o.ä. angemietet werden. So nutzt die Stadtverwaltung bereits dieses Angebot, z.B. für eine Stadteilkonferenz, die hier 2020 stattfand.



Die modernen Großraumbüros bieten maximale Flexibilität



Fotos: Marc Thiele

Auch für die Mitarbeiter der AWO, die hier aus den früheren zehn Büro- und Verwaltungsstandorten in der Stadt nach deren Auflösung zusammengezogen wurden, hat sich sehr viel verändert. Die gesamte Organisations- und Bürostruktur wurde modernisiert und nach neuesten Erkenntnissen optimiert. Kaum jemand hat noch einen festen Arbeitsplatz, sondern man sucht sich täglich aufs Neue den Ort, wo man seiner Tätigkeit nachgehen möchte. Platz genug gibt es hierfür zum Beispiel in den beiden riesigen und top modern eingerichteten Großraumbüros, die so weitläufig sind, dass man auch unter Coronabedingungen alle Abstands- und Hygieneregeln problemlos einhalten kann. Hier gibt es individuell designte riesige Arbeitstische, gemütliche aber zweckmäßige Separées, falls man Ruhe oder Diskretion bei der Arbeit benötigt, aber auch klassische Tischarbeitsplätze. Natürlich dürfen auch die trendigen aber auch sehr praktischen Telefonkabinen nicht fehlen, die es ermöglichen, vertrauliche Telefonate zu führen. Klassische PC-Systeme sucht man hier größtenteils vergebens, denn alle Mitarbeiter werden mit eigenen mobilen EDV-Endgeräten ausgestattet, die sie überall in den Büros flexibel an die IT-Struktur anschließen können.



Modern und extrem gemütliche Sitzmöbel in den Meeting- und Schulungsräumen

Foto: AWO MG

Die Entwicklungs- und Entscheidungsprozesse, die in der Umsetzung dieser neuen Bürostrukturen mündeten, waren extrem modern und demokratisch. So hatte jeder Mitarbeiter die freie Wahl, ob es ein fester oder flexibler Arbeitsplatz sein soll. Bis auf wenige Ausnahmen, haben sich alle für die flexible Lösung entschieden. Diese Arbeitsplatzphilosophie zieht sich durch das komplette, neue Konzept der AWO Mönchengladbach, von den internen Strukturen sogar bis hin zur Gehaltsfindung. Da ist es kein Wunder, dass auch die althergebrachten Hierarchien, soweit möglich, eingegeben wurden.

Nach knapp 2 Stunden war unsere Führung vorbei und ich muss sagen, die Eindrücke, die ich sammeln konnte, waren beeindruckend. Dieser Artikel hätte mehrere Seiten umfassen können und würde immer noch nicht alles beinhalten, was ich im L64 erfahren habe. Mit ihrer neuen Zentrale in Rheydt hat die AWO Mönchengladbach für ihre Kunden und Mitarbeiter ein hochmodernes Umfeld geschaffen, das sowohl extrem serviceorientiert ist, als auch ein beeindruckendes Arbeitsumfeld bietet und auf das man mit großem Recht stolz sein kann. Ein Stolz, der in jedem Satz von Nicole Wilms und Sabine Pannhausen zu hören war.

**AWO im L64**  
Limitenstraße 64-78 | 41236 MG-Rheydt  
[www.awomg.de](http://www.awomg.de)



## HINDENBURGER GenussKultur

Jeden Monat finden Sie an dieser Stelle spannende Produkte rund um das Thema Genuss- und Barkultur. Dabei unterstützen wir gerne auch unsere lokalen Anbieter, indem wir diesen die kostenlose Möglichkeit einräumen, eines ihrer Produkte hier zu präsentieren. #supportyourlocals (Kontakt: [redaktion@hindenburger.de](mailto:redaktion@hindenburger.de)).

Redaktion: Marc Thiele | Fotos: Anbieter

### Mühle4 Limoncello



Für seinen hauseigenen Limoncello verwendet Peter Day von der Mühle 4 in Kempen nur handverlesene Zitronen aus Sizilien. Diese werden fein geschält, so dass nur der dünne, gelbe Teil der Schale in einem mehrwöchigen Prozess zu Limoncello wird. Fruchtig, mit einem angenehmen Süßegrad und den intensiven Zitrusaromen ist er nicht so süß wie andere aus industrieller Massenproduktion, sondern ein wahres Geschmackserlebnis, das perfekt auf Eis aber auch mit Tonic schmeckt.

21€ je Fl. 0,5l (42€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.muehle4.de](http://www.muehle4.de)

### Compañero Ron Elixir Orange



Hier trifft klassischer Trinidad Rum auf die tropischen Aromen reifer Orangen und frischer Kokosnuss. Das Ergebnis ist eine Spirituose, die schnell verführt, aber mit 40% Vol. natürlich deutlich stärker ist als ein Likör, auch wenn sie so rüberkommt. Wenn man es süß mag, ist man hier bestens bedient, egal ob pur, auf Eis, als Cocktailzutat oder auch als geschmackliches i-Tüpfelchen auf Desserts oder in karibischen Gerichten.

34,90€ je Fl. 0,7l (49,86€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.rumundco.de](http://www.rumundco.de)

### Blind Tiger Piper Cubeba Gin



Belgien mausert sich immer mehr zu einem Land der hochwertigen aber auch experimentellen Gins. Mit dem Blind Tiger Piper Cubeba Gin bringt die Deluxe Distillery aus Kortrijk nun einen Gin auf den Markt, der auf eher ungewöhnliche Botanicals setzt. Darunter Gerstenmalz, Kubebenpfeffer, Knollensellerie und Lakritze. In Kombination mit den anderen verwendeten Zutaten wie Orangen, Süßholz und Veilchen ergibt sich ein komplexes und ausgewogenes Geschmackserlebnis mit 47% Vol.

39€ je Fl. 0,5l (78€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.trinkabenteuer.de](http://www.trinkabenteuer.de)

### Kalamata-5Nostimo, Natives Olivenöl Extra



„Penta Nostimo“ sagt der Grieche, wenn etwas ganz besonders gut schmeckt.

So, wie dieses außergewöhnliche Olivenöl aus der Region Klamata auf dem Peloponnes. Die neue Ernte ist frisch eingetroffen. So frisch sind die satte, grasgrüne Farbe und der betörenden Duft besonders stark ausgeprägt. Noch am Tag der Ernte werden die Koroneiki-Oliven vor Ort in einer hochmodernen Ölpressen verarbeitet und abgefüllt. Das Ergebnis ist ein Olivenöl, das so mild und säurereich schmeckt, dass es Jahr für Jahr mit einer DLG-Goldmedaille ausgezeichnet wird. Seit nunmehr 10 Jahren das meistverkaufte Produkt im Feinkosthandel von KULT+GENUSS.

13,95€ je Fl. 0,5l (27,90€/l) oder 49,90€ / 3l Bag in Box (16,63€/l) inkl. MwSt.

Erhältlich bei:  
**KULT+GENUSS** | Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt | [www.kultundgenuss.de](http://www.kultundgenuss.de)

KAUF  
IN  
MG



Thomas Kochan, Theo Lighthart  
**99x Craft Spirits - Die besten Spirituosen, die man probiert haben muss**

Das erste Buch zum Trendthema Craft Spirits und der Guide durch den Schnaps-Dschungel.

Die Experten Thomas Kochan und Theo Lighthart stellen klassische und Newcomer-Schnäpse aus Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz vor. Denn Craft Spirits sind in.

Regional verankert, nachhaltig produziert und aus natürlichen Zutaten destilliert, haben Craft Spirits alles, was der Genussschmecker von heute schätzt. Im deutschsprachigen Raum schießen die Mikrobrennereien, die sich den Craft Drinks verschrieben haben, wie Pilze aus dem Boden – und bieten so eine interessante Vielzahl von Edelbränden. Mit Peter Days „Brand von der Schattenmorelle“, aus der Mühle 4 aus Kempen ist auch eine Manufaktur aus unserer Region vertreten, die zu Recht unter Kennern und Genießern einen hervorragenden Ruf hat.

#### Über die Autoren:

Gemeinsam organisieren Thomas Kochan und Theo Lighthart die Destille Berlin, Europas größtes Festival für handwerklich produzierte Spirituosen. Und auch sonst dreht sich bei den beiden alles um „Craft Spirits“: Theo Lighthart ist der Gründer des Freimeisterkollektivs, eines Zusammenschlusses kleiner Brennereien; mit den Kornbränden „Das Korn“ und „Steinreich“ hat er eine traditionelle Spirituosenklasse neu belebt. Thomas Kochan hat zur Kulturgeschichte des Alkohols promoviert und führt das Fachgeschäft „Dr. Kochan Schnapskultur“, Berlins Anlaufpunkt für handgemachte Spirituosen.

192 Seiten | 14,99€ | TB | ISBN: 978-3-95961-185-5

### Lyre's Dry London Spirit (Alkoholfrei)



Alkoholfrei ist ein neuer Trend. Immer mehr Anbieter bringen entsprechende Produkte auf den Markt. Eines der umfangreichsten Sortimente hat wohl Lyre's aus England im Angebot. So etwa Dry London Spirit, Cane Spirit, American Malt und einige andere, die alkoholfreie Alternativen für Gin, Rum, Whiskey, Liköre und Aperitive sein sollen. Außer alkoholfrei sind alle Produkte laut Lyre's noch vegan, glutenfrei und extrem Kalorienarm.

24,99€ je Fl. 0,7l (35,70€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.alkoholfreishop.de](http://www.alkoholfreishop.de)

KAUF  
IN  
MG

### Eskaro Filterkaffee La Peña



Der Filterkaffee La Peña spricht Freunde und Freundinnen hochwertiger und komplexer Filterkaffees an.

Der Kaffee besteht zu 100% aus Arabicabohnen der Varietät Caturra aus der Region La Peña, Nariño in Kolumbien. Die Bohnen werden im schonenden Honey Process aufbereitet, bei dem eine dünne Fruchtschleimschicht (die Mucilage) während der Trocknung auf der Bohne verbleibt. Konsistenz und Süße dieser Schleimschicht erinnern an Honig, so dass der Kaffee eine sehr angenehme und natürliche Süße gewinnt. Der La Peña wird bei Eskaro leicht bis mittelkräftig geröstet und verfügt über ein komplexes Geschmacksprofil aus Dunkler Schokolade, Mandarine und Zimt. Er eignet sich ideal für alle Aufbrühmethoden wie bspw. Filterkaffeemaschine, Handfilter, French Press, AeroPress oder Chemex, gelingt aber auch in der Herdkanne oder dem Kaffeefullautomaten.

Alle Kaffees von Eskaro bestehen zu 100% aus Röstkaffee und sind frei von Zusatzstoffen wie bspw. künstlichen Aromen und werden in aluminiumfreien Aromabeuteln mit Frischeventil geliefert.

Preis: 250g / 7,90€ (31,60€/kg), 500g / 14,40€ (28,80€/kg) und 1000g / 24,90€ (24,90€/kg)\*

#### in den Mahlgraden

Ganze Bohne, Filter, Espresso, French Press

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

### wood design - Natives Olivenöl aus Griechenland



Bereichern Sie Ihre Kochkünste mit unserem vielfältigen Sortiment verfeinerter Olivenöle. Als Basis dient unser kaltgepresstes, natives Olivenöl aus Korinth in Peloponnes, das mehrfach als eines der besten Öle der Welt ausgezeichnet wurde. Auch die verfeinerten Sorten Knoblauch, Chili, Orange und Limette haben internationale Preise erhalten. Unsere Wood Design-Öle überzeugen nicht nur im Geschmack: Das gewisse Etwas fürs Auge bieten unsere Echtholzetiketten.

Die intensiven Geschmacks- und Duftstoffe von ausgesuchten Kräutern zusammen mit kaltgepresstem Olivenöl entfalten sich besonders gut und kommen entsprechend zur Geltung.

Verschiedene Sorten in der 0,25l Flasche

Preis: 14,95 € Fl. 0,25l ( 59,80 €/l)

Erhältlich bei:  
**Feine Kost Heike Runkehl** | Quadtstraße 4. 41189 MG-Wickrath | [www.feinekost.de](http://www.feinekost.de)

KAUF  
IN  
MG

### Kalamata-5Nostimo, Natives Olivenöl Extra



„Penta Nostimo“ sagt der Grieche, wenn etwas ganz besonders gut schmeckt.

So, wie dieses außergewöhnliche Olivenöl aus der Region Klamata auf dem Peloponnes. Die neue Ernte ist frisch eingetroffen. So frisch sind die satte, grasgrüne Farbe und der betörenden Duft besonders stark ausgeprägt. Noch am Tag der Ernte werden die Koroneiki-Oliven vor Ort in einer hochmodernen Ölpressen verarbeitet und abgefüllt. Das Ergebnis ist ein Olivenöl, das so mild und säurereich schmeckt, dass es Jahr für Jahr mit einer DLG-Goldmedaille ausgezeichnet wird. Seit nunmehr 10 Jahren das meistverkaufte Produkt im Feinkosthandel von KULT+GENUSS.

13,95€ je Fl. 0,5l (27,90€/l) oder 49,90€ / 3l Bag in Box (16,63€/l) inkl. MwSt.

Erhältlich bei:  
**KULT+GENUSS** | Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt | [www.kultundgenuss.de](http://www.kultundgenuss.de)

### Highclere Castle Gin



Ganz klar, ein Marketing-Gin, der vor allem auf Fans der TV-Serie Downton Abbey abzielt. Ausgezeichnet mit diversen Medaillen internationaler Spirituosenwettbewerbe und präsentiert in einer auffällig lilafarbenen Flasche macht er aber auch in der heimischen Ginsammlung was her. Sein Aroma ist geprägt von süßen Zitrusfrüchten (Orangen und Limetten) und floralen Noten.

43€ je Fl. 0,7l (61,43€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.highclerecastlegin.eu](http://www.highclerecastlegin.eu)

### Amuerte Coca Leaf Gin Red Edition



Die limitierte Edition des belgischen Amuerte Coca Leaf Gins setzt als Hauptbotanical auf die Ananaserdbeere (Pineberry). Das Ergebnis ist ein sehr fruchtiger Gin, der wie es der Name des Botanicals schon sagt, eben nach Ananas und Erdbeere schmeckt, das aber nicht überbordend. Trotzdem ist der Geschmack schon etwas speziell und wohl eher weniger für den Gin-Mainstream. Für Sammler und Fans, die schon die Black und White Edition besitzen, ist diese Version natürlich ein Must-Have.

59,90€ je Fl. 0,7l (85,57€/l), inkl. MwSt., zzgl. Versand

gesehen bei: [www.wacholder-express.de](http://www.wacholder-express.de)

KAUF  
IN  
MG

### Rum Likör Cigar Ron (35% Vol.)



Ab sofort werden die Sorten Caramel, Coconut, Dark Cacao, Moca und Trauben Nuss im aufgefrischten Design ausgeliefert, mit neuer Flasche und neuem Etikett aber gleichem, köstlichen Inhalt. Die natürliche Süße und das unverwechselbare Aroma gibt diesem Rum Likör seine besondere Note und karibisches Flair.

Der Rum Likör aus dem Hause Wolfertz ist erhältlich in den Geschmacksrichtungen Caramel, Dark Chocolate, Mokka, Trauben Nuss und Coconut

Verschiedene Sorten, 34,90€ je Fl. 0,5l (69,80€/l), inkl. MwSt.

Erhältlich bei:  
**La Casa Del Tabaco Shop & Cigar Lounge**  
Rheydter Str. 2 | 41065 MG  
[www.lacasadetabaco.de](http://www.lacasadetabaco.de)



Dipl. Biersommelière Gracia Sacher

Ich werde oft gefragt, ob ich zwischen den zahlreichen Craftbierstilen auch ab und zu noch zu klassischen Bierchen à la Pils, Weizenbier und Co. greife. Sehr gerne sogar! Für mich ist Biertrinken natürlich nicht immer nur Analysieren und Bewerten. Und ebenso wenig muss es immer der angesagteste Stil oder das neueste Bier einer Brauerei sein. Ob simples Feierabendbier oder anspruchsvolles Craftbier: Genuss steht an erster Stelle. Welches Bier ich dabei wähle und ob es aus dem Glas, der Flasche oder der Dose getrunken wird, ist auch immer Stimmungssache – moodpairing eben.

Manchmal ist beispielsweise ein solides Helles (wie etwa das Augustiner) die beste Wahl. Findet man übrigens auch im Craftbierbereich; klassisch und modern müssen nicht unbedingt getrennt werden. In dieser Ausgabe möchte ich Ihnen den Bierstil Helles näherbringen und eine Craftbiervariante empfehlen.

# Gracias Bierliebe

## Bierstil Helles: Gerne auch modern interpretiert

Redaktion + Fotos: Gracia Sacher

Was zeichnet ein Helles aus? Zum einen natürlich die helle, goldgelbe Farbe. Es handelt sich um ein Lagerbier, sprich: es ist untergärig gebraut. Die Hefe vergärt bei niedrigeren Temperaturen und während der Gärung sinkt sie auf den Boden des Gärbehälters. Das Helles trinkt man vor allen Dingen im Süden Deutschlands sehr gern. Es kommt eher malbetont daher, weist getreidige bis leicht süße Noten und im Gegenzug eine geringe Hopfenbittere auf, was es zu einem sehr süffigen und vollmundigen Vertreter macht. Zum Vergleich: beim Pils stehen der Hopfen und somit auch das Herbe im Vordergrund. Soweit, so gut.

Das Helles findet man wie auch einige andere klassische Stile vermehrt als Craftbier. Hier werden sie dann ein wenig „aufgepimpt“ und erhalten einen moderneren, persönlichen Touch, im Idealfall so, dass der eigentliche Bierstil noch im Vordergrund steht. Besonders gut gelungen ist dies meiner Meinung nach der Bayreuther Brauerei „Maiser & Friends“ mit ihrem „Hoppy Hell“. Hier wurde ein klassisches Helles gebraut und kaltgehopft: eine Extraportion Hopfen bringt fruchtige, in diesem Fall vor allem zitrusartige Aromen ins Bier. Stillecht schmeckt man den typischen Charakter heraus, durch die Aromahopfung wird es aber einen Hauch erfrischender und eben eine Spur besonderer. Craftbier muss nicht unbedingt mit verrückten Kreationen einhergehen. Und besonders schön: schon mit kleinen Veränderungen lassen sich großartige neue Aromen zaubern.

Manchmal tut ein bisschen frischer Wind sehr gut. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen schönen Februar.



Cheers,  
Gracia

Gracias Bierblog  
„Bierliebe und moodpairing“ finden Sie auf [www.moodpairing.de](http://www.moodpairing.de)



### Whiskyzerg

Klein, aber fein am Niederrhein ist unser Motto.

In der Fußgängerzone von Wegberg betreiben wir unseren kleinen Whiskyladen mit derzeit ca. 300 verschiedenen Whiskys. Vorwiegend bieten wir schottischen Single Malt Whisky an. Ebenso fündig wird man aber auch im irischen, internationalen oder deutschen Bereich bei uns. Unabhängige Abfüller wie Gordon & MacPhail, Signatory Vintage etc. runden das Angebot ab. Regelmäßig finden an einem Samstagabend bei uns auch Whisky tastings zu verschiedenen Themenbereichen statt und aus derzeit ca. 120 offenen Whiskys kann jederzeit auch während unserer Öffnungszeiten in der gemütlichen Chesterfield-Ecke probiert werden bzw. ein Sample für zu Hause abgefüllt werden.

Diesmal möchte wir Ihnen eine Destillerie auf den schottischen Orkney-Inseln vorstellen,

### Die Highland Park Destillerie

Auf den rauen Orkney Inseln liegt eine ganz traditionsreiche bildschöne Destillerie - Highland Park (HP). Die im Jahre 1798 von Magnus Eunson gegründete Destillerie ist die nördlichste von Schottland.

Die Single Malts von Highland Park haben alle etwas Eigenständiges und Charakteristisches. Das liegt zum einem an der Tatsache, dass HP einen Teil ihrer Gerste selbst anbaut und mälzt, zum anderen daran dass sie ihre Gerste über lokal gestochenen Torf welcher mit Heidekraut „aromatisiert“ wird. Das von Highland Park hergestellte Gerstenmalz hat einen Phenolgehalt von etwa 20 ppm (parts per million). Dieses leicht torfige Gerstenmalz wird mit ungetorftem Gerstenmalz vom Festland vermischt. Dadurch haben die Abfüllungen von Highland Park alle eine unterschwellige sehr leichte Rauchnote.

Genießer, die noch keinen rauchigen Whisky verkostet haben, kann ich HP daher sehr empfehlen, um in die Welt der rauchigen Whiskys einzusteigen. Der leichte Torfrauch harmonisiert sehr schön mit dem honigsüßen Brennereiarakter sowie der mari-

timen Note der Destillerie, ohne dass der Rauch ihn überdeckt. Neben den bekanntesten Standardabfüllungen Highland Park 12 und 18 Jahre erscheinen regelmäßig Sonderabfüllungen, sowie spannende Flaschen unabhängiger Abfüller wie Signatory Vintage, Gordon & MacPhail, Duncan Taylor und viele andere mehr.

Fast alle Abfüllungen von HP reifen in ehemaligen Sherryfässern, die deutlich teurer in der Beschaffung als ehemalige Bourbonfässer sind. Die Verwendung von Sherryfässern gibt den Single Malts eine fruchtige, vollmundige und würzige Note.

Das Flaschendesign sowie die Label von Highland Park fallen den meisten sofort ins Auge. Sie lehnen sich stark an die Zeit der Wikinger an und tragen verzierte Ornamente und Namen aus der keltischen Mythologie.

Versuchen sie doch mal einen Highland Park. Insbesondere die 12-jährige Standardabfüllung ist fair bepreist und stellt einen guten Einstieg in die Auswahl der Destillerie dar.



### Ein Blick auf eine Auswahl des Sortiments der Highland Park Destillerie



Fotos: © Hersteller

Whiskyzerg - Sandra Koll | Hauptstraße 34 | 41844 Wegberg | [info@whiskyzerg.de](mailto:info@whiskyzerg.de) | [www.whiskyzerg.de](http://www.whiskyzerg.de)

### IMPRESSUM

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

### HERAUSGEBER UND CHEFREDAKTEUR:

Marc Thiele (V. i. S. d. P.)

### KONTAKT REDAKTION:

E-Mail: [redaktion@hindenburger.de](mailto:redaktion@hindenburger.de)

### TERMIKALENDER:

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

### REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Jessica Sindermann, Ingo Rütten, Gracia Sacher, Sandra Koll

COVERFOTO: [#160731300](https://de123rf.com/profile_melnyk58)

GRAFIK: Marktimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,

DRUCK: Senefelder Misset, Doetinchem (NL)

### ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:

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

### AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

werden auf Wunsch zugeschickt.

Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen und Verteilstellen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Erkelenz, Wegberg, Viersen, Brüggen, Niederkrüchten, Schwalmtal, Jüchen, Neersen, Willich, 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.



# FALTEN KÖNNEN RICHTIG NETT SEIN.

ABER NICHT BEI JEDEM.

Ästhetisch Plastische Gesichtschirurgie · Sanfte Falten-  
behandlung · Lidlifting · Laserbehandlung



**Dr. Dr. Lange & Weyel**

Praxis für Mund - Kiefer - Gesichtschirurgie · Plastische - Ästhetische Operationen  
Fliethstraße 67 · 41061 Mönchengladbach · Tel. 02161 / 466666

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