

extra

September 2023

Stadtmagazin Mönchengladbach

BERICHTE UND GESCHICHTEN AUS EINER LEBENDIGEN STADT



RHEINISCHE POST

Diese
Sonderveröffentlichung
finden Sie auch **HIER**:
rp-online.de

L'OSTERIA

PIZZA E PASTA

BRUNCH ALL'ITALIANA

**JEDEN SONN- & FEIERTAG
VON 9.00 - 14.00 UHR.**

L'Osteria Mönchengladbach
Schleswigerstraße 34, 41068 Mönchengladbach
02161 - 8302320

**-NUR-
17,50 € P.P.
INKL. KOSTENLOSEM
FILTERKAFFEE!**

Gutschein für 2 Kaffeespezialitäten zum Brunch*

*einlösbar bis zum 28.02.2024 in der L'Osteria Mönchengladbach,
pro Besuch 1 Gutschein einlösbar

Liebe Leserinnen und Leser

Der Herbst ist da und mit ihm die vielen bunten Farben, die diese Jahreszeit so unbeschreiblich machen. Da ist zum Beispiel das Orange der Kürbisse. Aus ihnen lassen sich gruselig-lustige Kürbisgesichter schnitzen. Mit einem Teelicht im Inneren werden sie zu schönen Laterne, die an dunklen Abenden etwas Licht ins Haus bringen, ganz egal ob sie in Odenkirchen, Venn oder einem anderen Stadtteil stehen. Wenn es draußen kälter wird, sind die Menschen wieder gerne drinnen. Warum also nicht mal das Theater besuchen? An sonnigen Tagen kann man hingegen an der Niers entlangwandern und die schöne Natur in Mönchengladbach genießen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und einen schönen Herbst im lebendigen Mönchengladbach.

IHR REDAKTIONSTEAM

Impressum

Verlag Rheinische Post Verlagsgesellschaft mbH, Zülpicher Straße 10, 40196 Düsseldorf
Geschäftsführung: Johannes Werle, Hans Peter Bork,
Matthias Körner (verantwortl. Anzeigen)
Anzeigen Stefan Müller, 02161 244201, stefan.mueller@rheinische-post.de
Redaktion Rheinland Presse Service GmbH, Monschauer Straße 1, 40549 Düsseldorf, José Macias (verantwortlich), Mario Emonds.
Mitarbeit: Bianca Treffer, Franz Josef Ungerechts, Sigrid Blumen-Radermacher
Kontakt: 0211 528018-0, redaktion@rheinland-presse.de
Druck Rheinisch-Bergische Druckerei GmbH, Zülpicher Str. 10, 40196 Düsseldorf
Titelfoto: Franz Josef Ungerechts

Das Städtchen an der Niers

Der Tierpark und der Beller Park sind beliebte Ausflugsziele, die Kirchen und der Burgturm historische Orte: Odenkirchen ist ein l(i)ebenswerter Stadtteil.

VON FRANZ JOSEF UNGERECHTS

Über Odenkirchen reden heißt, sich sachkundige Menschen zu suchen. In Frage kommen da Mitglieder des Heimatvereins. Mit Burkhard Halm und Marion Gutsche stehen der Vorsitzende und seine Stellvertreterin zu Gespräch und Spaziergang bereit. Im Burgturm, der Geschäftsstelle des Heimatvereins, ist Treffpunkt; sowohl Halm als auch Gutsche sind seit dem 21. Juni 2023 im Amt. Sie lieben ihr Odenkirchen und fühlen sich wohl im „Städtchen an der Niers“.

1107 taucht zum ersten Mal der Name Odenkirchen auf, und zwar in einer Urkunde des Kölner Erzbischofs Friedrich II. Die mehr als tausendjährige Selbstständigkeit wurde 1856 mit der Verleihung der Stadtrechte gekrönt. Eigenständige Stadt blieb Odenkirchen bis zur Eingemeindung 1929 in die Großstadt Gladbach-Rheydt.

Odenkirchen hat viele schöne Plätze zu bieten, den Beller Park und den Kreuzweiher. In Gütterath befindet sich ein Bunker, der auch als Atelier genutzt wird und auf einer Fläche von 740 Quadratmetern Kunstwerke ausstellt. Publikumsmagnet ist der Tierpark, der jährlich 200.000 Besucher anzieht.

Fünf Mühlen wurden vor Jahren an der Niers betrieben: Gütterather Mühle, Burgmühle, Pixmühle, Beller- und Steinsmühle. Davon zeugt das Mühlensteindenkmal des Odenkirchener Künstlers Wilhelm Strunk. Das Denkmal und auch der Ständebaum am Niersuferweg wurden jetzt restauriert. Wetschewell liegt in direkter Nähe zum Wetscheweller Bruch. Nicht weit entfernt befindet sich die Kamphausener Höhe.

Zentrum Odenkirchens ist der Martin-Luther-Platz, hier findet zweimal pro Woche ein Wochenmarkt statt. Zum weiteren Ein-



kaufsbummel laden diverse Geschäfte ein. Die evangelische Kirche von 1757 am Martin-Luther-Platz ist der räumlich größte reformierte Kirchenbau des 18. Jahrhunderts am linken Niederrhein. Die katholische Kirche St. Laurentius aus dem Jahre 1891 ist ein neoromanischer Backsteinbau. Der Vorgängerbau wurde 1242 erstmals erwähnt.

Die Burg wird 1153 in einer Urkunde von Kaiser Friedrich Barbarossa erwähnt, in der dieser dem Kölner Erzbischof Arnold II. die Eigentumsrechte bestätigt. Mehrere Adelsgeschlechter herrschten im Zeitraum von 1153 bis 1745 auf Burg Odenkirchen. Einer der bekanntesten Burggrafen war Jan von Werth. Seit 1969 wird der Titel „Burggraf“ von der Karnevalsgesellschaft „Ruet-Wiss Okerke“ an Personen verliehen, die sich um Odenkirchen verdient gemacht haben.

Für die Zukunft des Stadtteils wünschen sich Marion Gutsche und Burkhard Halm, dass dieser weiter lebenswert bleibt, die Menschen zusammenhalten und respektvoll miteinander umgehen.

Ländlich und modern

Venn gehört zu den eher ländlichen Stadtteilen. Viele Venner Bürger sind ehrenamtlich engagiert.

Modern, ruhig und lebenswert präsentiert sich Venn, und das nicht nur im Zentrum rund um die Kirche, dem neuen Pfarrzentrum der Pfarrgemeinde St. Maria Empfängnis und dem Mürriger Platz. Besonders die teilweise denkmalgeschützten alten Gebäude versprühen einen altertümlichen Charme.

Eher ländlich strukturiert runden dabei die kleineren Honschaften Poeth, Hamern, Rönnetter, Beltinghoven und Winkeln die Mitte des Stadtteils ein. Nicht zu vergessen „Die Duis“. Deren wenige Straßen bilden keine Honschaft



Das Venner Pfarrzentrum entstand nicht zuletzt durch viel ehrenamtliches Engagement. FOTO: FJU

im ursprünglichen Sinne, sondern die Duis gründete sich 1956 aus der Laune einer neugegründeten Schützengruppe.

Die ersten urkundlichen Zeugnisse über die Ortsteile reichen zurück ins Mittelalter. Als Lehnsleute der Abtei sind bekannt: Heinrich von Rönnetter, Konrad von Venn, Anselm von Winkeln, Her-

mann von Hamern und Johann von Beltinghoven. Eigenständig ist die Gemeinde seit dem 17. Oktober 1873. Voller Stolz wurde dieser 150-jährige Geburtstag vor einigen Wochen mit der Eröffnung des neuen Pfarrzentrums gefeiert. „Ein Haus für alle, das mit Begegnung und Leben gefüllt werden soll“, so der Wunsch von Pfarrer Rüdiger Hagens zur Einweihung. 2600 Stunden ehrenamtliche Arbeit der Venner Bürger stecken in diesem Zentrum, erklärt Bernhard Hintzen vom Förderverein St. Maria Empfängnis. Die Kirche wurde von Baumeister Vincenz Statz erbaut und stammt aus der Zeit der Neugotik; sie bewahrt Reliquien auf.

Das Alt-Venner Zentrum lädt mit Geschäften und der Eisdiele am Mürriger Platz zum Einkaufen und Verweilen ein. Freitags ist Wochenmarkt. **fju**

PORTRÄT

ANZEIGE



**IHRE
NEUE
JANSEN
KÜCHE**

SCHON AB
5.000,-€

Jeden Sonntag:
Tag der offenen
(Küchen-)Tür
13:00-17:00 Uhr

JETZT TERMIN VEREINBAREN!

Voosener Str. 64-66 · 41179 MG
www.kuechenhaus-jansen.de



DIE PERFEKTE KÜCHE

IM KÜCHENHAUS GEBR. JANSEN
WERDEN KÜCHENTRÄUME WAHR.

Egal, ob eine Küche klein oder groß ist, aus einem schmalen Raum besteht oder eine großzügige Wohnküche ist: Jeder möchte sie nach seinen persönlichen Vorstellungen gestalten. Genau hier setzt das Küchenhaus Gebr. Jansen an. „Sie haben die Idee, wir haben die passende Küche“ heißt der Slogan des Hauses. Gemeinsam wird gestaltet, wobei alle persönlichen Wünsche Rücksicht finden. Wenn viel Stauraum gewünscht wird oder der Zuschnitt der Küche eine Herausforderung darstellt, die optimalen und formschönen Lösungen werden gefunden. Die Fachmitarbeiter des Küchenhauses messen alles bis in kleinste Detail vor Ort aus, damit später alles passt. Das Unternehmen kann auf eine lange Tradition zurückblicken. Seit knapp 100 Jahren ist das Unternehmen Gebr. Jansen ein Garant für individuell geplante Küchen – und das weit über das Einzugsgebiet von Mönchengladbach hinaus. Das spezialisierte Küchenhaus ist in Düsseldorf, Neuss und Köln genauso bekannt. Inzwischen wird das Unternehmen Gebr. Jansen in der sechsten Generation geführt. Seit dem 1. Januar 2019 steht mit Nikolas Hilbig der erste „nicht-Jansen“ in der Firmengeschichte an der Spitze. Es hat sich in den Jahrzehnten viel geändert, aber es gibt Dinge, die sind immer gleich geblieben. Dazu gehören die gelernten Tischler, die das Stammpersonal bilden, und die ganzheitliche Betreuung und Beratung der Kunden. „Von der ersten groben Skizze bis zur letzten kleinen Schraube“, erläutert Nikolas Hilbig.

Küchenhaus Gebr. Jansen, Inhaber Nikolas Hilbig, Voosener Straße 64-66, 41179 Mönchengladbach-Günhoven

Telefon: 02161/588580, Mail: info@kuechenhaus-jansen.de

Öffnungszeiten: Mo – Fr 9.30 - 18.30 Uhr, Sa 9.30 - 16 Uhr, So 13 bis 17 Uhr ist Schautag.

So gelingt die Kürbislaterne

Es dauert nicht mehr lange, dann steht Halloween vor der Türe. Auch viele, die nichts mit dem irischen Brauch anfangen können, erfreuen sich an lustig-gruseligen Kürbislaternen. Sabine Lingen weiß, wie man sie schnitzt.

VON SIGRID BLOMEN-RADERMACHER

Es gibt sie in leuchtendem Orange, in Grau, Weiß, Gelb, Grün, Rosa oder fast Schwarz. Sie sind gestreift, gepunktet, gefleckt oder einfarbig. Sie sehen aus wie ein gemütliches Sitzkissen oder ein Flaschenhals, schlängeln sich wie ein Aal in die Höhe oder bilden einen Stern: die Kürbisse. Auf dem Hof von Ehepaar Lingen in Winkeln wachsen auf 5000 Quadratmetern an die 100 Sorten von Kürbissen.

Schon seit 1999 pflanzt das Ehepaar Lingen das bunte Gemüse an. Von Ende August bis Januar kann man sie bei ihnen kaufen. „Jeder Kürbis ist Handarbeit“, erklärt Sabine Lingen, „jeder Kürbis wird von Hand gepflanzt, geerntet und gewaschen.“ Dann landet er in großen Kisten auf dem Hof und im Hofladen. „Dieses Jahr war ein gutes Kürbisjahr“, sagt sie.

Die Kürbisse sind immer beliebter geworden. Nicht nur als Grundlage für Suppen, Aufläufe, Salat, auch zur Halloween-Dekoration. Ackerte man sich in den 1970er-Jahren noch an Futterrüben ab, um sie auszuhöhlen, von innen mit einer Kerze zu erleuchten und sie an dunklen Herbsttagen um den 1. November herum vor die Tür zu stellen, greifen viele Kreative heute nach dem irisch-amerikanischen Vorbild zu einem Kürbis, um eine Laterne zu basteln. Sabine Lingen erster und wohl wichtigster Rat für das Werkeln mit scharfen Messern und Kürbissen lautet: „Kinder nicht allein schnitzen lassen!“ Sonst fließt noch Blut.

In ihrem Hofladen bietet sie ein praktisches „Profi-Kürbis-Schnitzwerkzeug“ an. Es enthält kleine Sägen, einen Bohrer, einen Kratzlöffel und als Dreingabe Rezepte und Schnitzvorlagen für die Kürbisse. Wer dieses Profiwerkzeug nicht zur Hand hat, findet in der Küche Ersatzmaterial und greift zu einem spitzen Messer, einer Nadel oder einem Schaschlikspieß und einem Löffel. Jeder Kürbis mit einer festen Schale eignet sich zum Schnitzen. Wie zum Beispiel der Hokkaido-Kürbis.

Es gibt viele Möglichkeiten, eine Kürbislaterne zu schnitzen. Sabine Lingen schlägt vor, den Kürbis von unten zu öffnen, indem man ihn viereckig aufschneidet – so hat er am Ende noch einen guten Stand, und der grüne Stil kann dekorativ eingesetzt werden. In einem zweiten Schritt wird der Kürbis von unten mit dem Löffel Stück für Stück ausgekratzt, bis er fast ausgehöhlt ist. Man lässt eine „Wand“ von etwa zwei Zentimetern Dicke stehen. Als nächstes kommt das Gesicht an die Reihe. Am besten malt man ein Muster für das Gruselgesicht seiner

Sabine Lingen bietet in ihrem Hofladen verschiedene Kürbissorten an und hält auch das richtige Schnitzwerkzeug bereits. FOTO: B-R



Wahl auf die Außenseite, das dann vorsichtig mit einem Messer ausgeschnitten wird. Sollte man ein besonders feines Muster ausgewählt haben, ist es ratsam, es mit der Nadel oder dem Schaschlik-Spieß vorzuarbeiten und die Löcher anschließend mit dem Messer zu erweitern.

Ist alles fertig, wird ein Teelicht oder eine Kerze in das Innere des Kürbisses gestellt. Steht der Kürbis trocken und kühl, hält er sich für eine lange Zeit. Für alle Bastler, denen diese Vorgehensweise zu zeit- und arbeitsaufwändig ist, hat Sabine Lingen eine alternative Idee: Mit dicken, bestenfalls wasserfesten Filzstiften werden Augen, Nase und der Mund auf die Oberfläche des Kürbis gemalt – leuchtet dann nicht von innen heraus, strahlt aber genauso.

Das ausgehöhlte Fleisch des essbaren Kürbisses kann weiterverarbeitet werden. Auch dabei steht Sabine Lingen mit Rat und Tat zur Seite: Für Eintopf, Gulasch, Marmelade, Kuchen, Gemüse und Suppe aus der vielseitigen Frucht hält sie Rezepte bereit. Der Klassiker ist die Kürbissuppe.



Reformhaus

135 JAHRE KULT.

MG / Rheydt / Viersen
Reformhaus Goll
www.reformhaus-goll.de

PORTRÄT



FÜR EIN STRAHLENDES LÄCHELN

IMPLANTATE, ZAHNERSATZ & CO. AUS EINER HAND

Ein eingeschworenes, qualifiziertes Team und bekannte Arbeitsabläufe sind in der Praxis von Dr. Hartmut Bongartz beste Voraussetzung für eine gute Behandlung beim Zahnarzt. Beste Voraussetzungen schafft auch die richtige Ausstattung. Daher kommt die neueste Technik zum Einsatz: 3D-tomografische Implantat-Planung, intraorales Scannen, Parodontitis-Behandlung mit Hard- und Softlaser. „Ich stelle immer wieder fest, wie schnell sich die Medizin weiterentwickelt. Neue Behandlungsmethoden, Technik und Materialien verändern unser Arbeiten stetig. Daher ist es mir wichtig, dieses neu erlangte Wissen weiterzugeben. Davon sollen unsere Patienten profitieren“, sagt Dr. Bongartz.

Einer der Schwerpunkte in der Praxis: die Implantologie. Mit zwei Masterstudiengängen auf

dem Gebiet der oralen Chirurgie und Implantologie hat sich Dr. Bongartz weitergebildet. „Die Arbeit mit Zahnimplantaten ist und bleibt sehr spannend. Diese Entwicklung eröffnet neue Möglichkeiten der Patientenversorgung. Die Möglichkeiten sind sehr vielfältig und für jeden Patienten individuell planbar“, weiß Dr. Hartmut Bongartz.

Die Praxis im Stadtteil Neuwerk deckt das ganze Spektrum der Zahnmedizin ab. Der Service ist stets patientenorientiert. Arbeitnehmerfreundliche Öffnungszeiten von 8 bis 19 Uhr von Montag bis Donnerstag und 8 bis 15.30 Uhr am Freitag sowie die Möglichkeit über Google, Facebook und Instagram mit der Praxis in direkten Kontakt zu treten, sind ein wichtiger Teil der Philosophie.



Bei Zahnarzt Dr. Hartmut Bongartz und seinem Team sind die Patienten in besten Händen.



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

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



ANZEIGE

TOP GEKLEIDET – INDIVIDUELLER SERVICE

Seit vielen Jahren ist der **STATZ-Lagerverkauf** in Erkelenz eine Institution für Herrenmode für jeden Anlass. Viele zufriedene Stammkunden sind Beleg für die hohe Qualität der Produkte und der außergewöhnlichen Kundenorientierung des gesamten Verkaufsteams. Die Inhaberinnen Sabine Bergs und Andrea Funk setzen mit ihrem Team ganz bewusst auf persönliche Beratung und Service. Neben der perfekten Erreichbarkeit und kostenlosen Parkplätzen, wird ein Änderungsservice, ein Bestellservice, eine kleine Kinderspielecke und immer gerne ein Getränk angeboten.

Eine große Kompetenz liegt im Casual Bereich.

Hier wird ein umfangreiches Sortiment angeboten. Jeans, Chinos, Pullover, Hemden, Jacken, Westen und vieles mehr bekannter Hersteller, z. B. BUGATTI, MARVELIS und OLYMP, findet MANN in der Kölner Str. 100. Und das auch immer zum bekannt günstigsten Preis!

Hochzeitsanzüge im „rundum Sorglospaket“ und Anzüge generell mit allen dazugehörigen Artikeln wie Hemden, Westen, Plastrons, Fliegen, Einstecktücher und Hosenträger und Schuhen gehören seit Jahren zur Kernkompetenz. Durch intensive Beratungsgespräche wird auf jeden Kunden und seine Wünsche individuell eingegangen.

Terminvereinbarungen für Anlassbekleidung außerhalb der regulären Öffnungszeiten sind genauso möglich wie größere Vereinsbestellungen.



INFO

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

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

Zusätzliche Informationen unter
www.statz-lagerverkauf.de



Finde dein Outfit

*... mit unserer
Beratung!*



Für deine Freizeit



Für deinen Beruf



Für Alles sonst ...

Kölnerstraße 100 · 41812 Erkelenz

Telefon: 02431 / 80 53 41

www.statz-lagerverkauf.de

STATZ
LAGERVERKAUF

WO DER ROTE ABT ZUHAUSE IST

IM RESTAURANT ABTSHOF AUF DEM GUT ABTSHOF TISCHT DER HERBST VIELE GENÜSSE AUF. SEHR GUT ESSEN UND ENTSPANNEN IST ANGESAGT.

Schon wenn man auf den ganz in weiß gehaltenen Gutshof zufährt, die Pferde auf den mit weißen Holz umrandeten Weiden stehen sieht und das Rondell quert, um genau vor dem Restaurant Abtshof auf dem Gut Abtshof parken zu können, stellt sich eine ganz besondere Atmosphäre ein. Diese wird beim Gang durch die große Glastür verstärkt. Mit einem modern stilvoll und sehr einladend gestalteten Restaurant, in dem man sich sofort wohlfühlt, begrüßen Nils Loogen und Gönül Brand die Gäste. Beim Blick durch die großzügigen Fenster stehen die Pferde im Mittelpunkt. Vom Restaurant aus kann man sowohl in die etwas tiefer gelegene Reithalle schauen wie auch auf

die Außenreitplätze, die vor der Terrasse liegen.

Wenn das Brotkörbchen mit frischem Brot vom Landbäcker – vor Ort in der hauseigenen Küche gebacken – in Kombination mit einer selbstgemachten Butter wie beispielsweise einer Tomatenvariante sowie den eigens marinierten Oliven auf den Tisch kommt, dann wird der kulinarische Mittag oder Abend eingeläutet. „Das Brotkörbchen mit Beilagen gehört bei uns immer dazu. Es ist eine Einladung zu dem, was kommt“, betont Serviceleiterin Gönül Brand. Ihr Mann ist der Küchenchef.

Die sorgfältig zusammengestellte Speisekarte punktet mit Frische, Regionalität und auch Saisonprodukten. Derzeit ist noch



Gönül Brand und Nils Loogen verwöhnen die Gäste im stilvollen Ambiente des Abtshofes mit kulinarischen Köstlichkeiten.

der Matjes zu finden, aber er wird schon von den Pfifferlingen abgelöst. Wildgerichte bereichern das Angebot, und ab Mitte Oktober taucht die Gans auf der Speisekarte auf. „Es sind deutsche Gänse, von denen wir Brust und Keule nutzen. Wir servieren sie mit Rotkohl nach einem Rezept von meiner Oma zubereitet. Auch die Klöße sind hausgemacht“, sagt Nils Loogen.

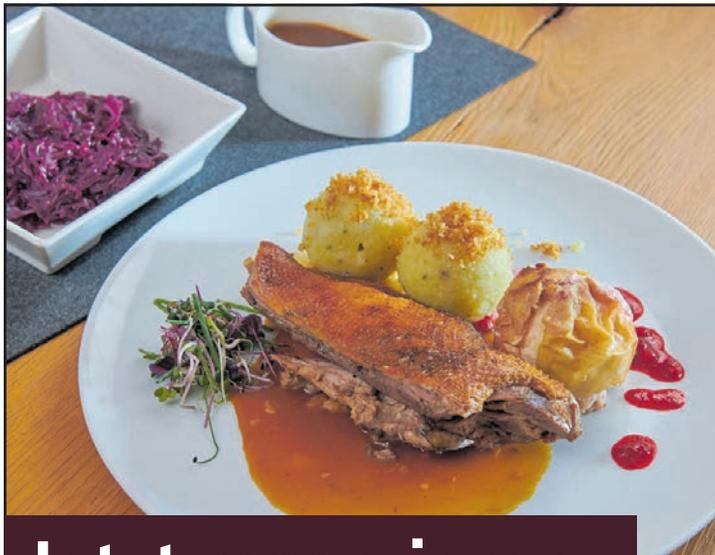
Zu den Klassikern des Herbstes gehören auch die Variationen von Lamm und Ente. Nicht zu vergessen ist der Fisch. Seeteufel und Garnelen auf einem Rosmarinspieß, serviert mit bunten Möhren, Blattspinat und Drillingen, sind ein fester Programmpunkt auf der Karte. Ebenfalls nicht wegzudenken sind die Crème Brûlée mit Tonka Bohne und das Schokoladensoufflé mit weißem Schokokern. Das sind Spezialitäten des Hauses. „Unsere Stammkunden kennen indes schon unser Angebot, dass wir auf Bestellung auch Spezialitäten zubereiten, die nicht auf der Speisekarte stehen. Der Gast teilt uns seinen Wunsch vorab mit, und wir erfüllen ihn“, sagt Nils Loogen.

Was den Abtshof weiterhin auszeichnet, ist seine Weinvielfalt samt der dazugehörigen fachlichen Beratung. Dazu kommt die große Aperitif-Auswahl – auch alkoholfrei. Sehr beliebt ist die

hauseigene Kreation, der Rote Abt, den es sowohl mit als auch ohne Alkohol gibt.

Gefeiert werden kann im Abtshof mit bis zu 100 Personen. Es besteht zudem die Möglichkeit, den Cheftable zu nutzen. Das ist ein Bereich für zwölf Personen mit eigener Terrasse und eigenen sanitären Anlagen. Das Restaurant ist komplett barrierefrei und bietet auch entsprechende sanitäre Anlagen für Menschen mit Rollstuhl.

Schon jetzt kann man sich einen besonderen Termin vormerken. Am 23. Dezember findet im Restaurant Abtshof ein Christmas Awaiting auf der beheizten Terrasse statt. Dabei wird Flammhachs über Buchenholz zubereitet, unter anderem begleitet vom Glühwein des Hauswinzers, Eierpunsch und Hot Gin. An Weihnachten selbst öffnet der Abtshof an den Abenden des ersten und zweiten Weihnachtstags mit den Möglichkeiten Menü und à la carte.



**Jetzt reservieren:
Gänseessen!**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Abtshof
RESTAURANT

Info

Restaurant Abtshof
Krefelder Straße 726
41066 Mönchengladbach
Telefon: 02161/9463063
Öffnungszeiten: Mi - Sa ab
17 Uhr, so und feiertags ab
12 Uhr.
Hunde sind willkommen.

BETTEN BAUES FEIERT 120-JÄHRIGES BESTEHEN

SCHLAFSYSTEME MIT MASSGESCHNEIDERTEN EIGENSCHAFTEN
UND NEUSTEN TECHNOLOGIEN - DAFÜR STEHT BETTEN BAUES IN MÖNCHENGLADBACH.

Erholsamer Schlaf ohne „Rücken“ und unruhiges Aufwachen – Betten Baues hat schon vielen Menschen zu gesunder Nachtruhe verholfen, und das mit erstklassiger Beratung und der Top-Qualität in Europa hergestellter Bettensysteme. In diesem Jahr feiert der mehrfach ausgezeichnete Bettenfachhändler ein Doppeljubiläum. Vor 120 Jahren, 1903, wurde das Familienunternehmen in Mönchengladbach gegründet und vor 25 Jahren hat Peter Baues in fünfter Generation innovative Schlafsysteme nach ergonomischen Gesichtspunkten zum Hauptthema des Geschäftes gemacht.

„Nach einem Bandscheibenvorfall habe ich mich als ergonomischer Schlafberater zertifizieren lassen“, sagt Baues. Die Mitarbeiter nehmen seitdem kontinuierlich an Fortbildungen und Schulungen teil. In Sachen gesunder Schlaf immer am Puls der Zeit zu sein, ist die Kernkompetenz der Firma Baues. Und so kann Baues auch derzeit wieder mit gleich mehreren technischen Neuerungen aufwarten. Im Sortiment gibt es jetzt ein neues innovatives Bett der Firma Garmin, das in Verbindung mit einer Smartwatch 24 Stunden lang auf technisch höchstmöglichem Niveau die Körper-Funktionswerte wie Sauerstoffsättigung, Blutdruck, Herzfrequenz und Ruhepuls überwacht. Es misst die Schlafphasen und kann zum Beispiel feststellen, ob der Schläfer schnarcht und entsprechend das Kopfteil des Bettes automatisch anpassen, um eventuellen Aussetzern, der sogenannten Schlafapnoe, vorzubeugen. „Die Daten lassen sich auch auf Wunsch vom Arzt abrufen und es gibt eine Alarmfunktion für größere Unregelmäßigkeiten“, erklärt Peter Baues.

Neu bei Baues ist ebenso eine mobile Überwachung, das „Schlaflabor für die Hos-



Wer durch die Ausstellungsräume von Betten Baues schlendert, findet eine große Auswahl an Bettensystemen und Inspirationen für dekorative Gestaltungen.

tasche“. Es wird Kunden auf Wunsch für 24 Stunden zur Verfügung gestellt. Mit der Qalmis-Schlafmessung bietet Baues die Möglichkeit, außerhalb des Schlaflabors individuelle Schlafqualität auf medizinischem Niveau zu messen.

So ist auch der bessere Schlaf mit einem neuen Bettensystem messbar und mehr, als nur ein subjektives Gefühl. Die Werte, die im Schlaf mit auf dem Brustbein aufgeklebtem ECG-Sensor ermittelt werden, liest anschließend ein Schlafinstitut aus. „Wir haben sowieso eine Rundum-Zufriedenheitsgarantie. Jetzt ist Verbesserung aber auch noch schwarz auf weiß messbar“, sagt Peter Baues.

Neben der Ergonomie sind bei Baues schon lange die Nachhaltigkeit und der weitgehende Verzicht auf Schadstoffe ein Thema. Soweit wie möglich wird auf Importe verzichtet und sich auf deutsche und europäische Hersteller konzentriert. Firmen wie Birkenstock, Dormiente und Auping arbeiten mit natürlichen Materialien oder produzieren Betten, die komplett recycelbar sind. 2023 gibt es bei Betten Baues im Jubiläumsjahr jeden Monat neue besondere Aktionen.

Info

Betten Baues
Krefelder Straße 245
41066 Mönchengladbach
Telefon 02161 57 59 96 6
Mail: info@bettenbaues.de
Internet: www.bettenbaues.de
Öffnungszeiten: Montags bis freitags
von 10 bis 19 Uhr sowie samstags von
10 bis 16 Uhr. Wunschbuchungstermi-
ne sind jederzeit neben den normalen
Öffnungszeiten möglich.



Comeback als Sally

Am Theater Krefeld/Mönchengladbach ist das Musical „Cabaret“ angelaufen. Die Hauptrolle spielt Adrienn Čunka – sie ist wieder Sally Bowles.

VON BIANCA TREFFER

Für Adrienn Čunka ist es ein Wiedersehen mit einer Rolle, die sie schon einmal voller Begeisterung und Erfolg gespielt hat. Die 40-jährige Theaterschauspielerin ist erneut in die Rolle der Sally Bowles geschlüpft. Am Theater Krefeld/Mönchengladbach ist das Stück „Cabaret“ angelaufen, und Adrienn Čunka ist in der weiblichen Hauptrolle der Nachtclubsängerin Sally Bowles zu sehen. Eine Rolle, die sie vor vier Jahren bereits am Pfalztheater im heimatischen Kaiserslautern übernommen hat. „Ich war direkt wieder in der Rolle drin, sowohl von der Choreografie als auch von den Texten. Es hat mich selber verwundert, wie schnell dies ging“, sagt Adrienn Čunka. Sie spricht von harmonischen Proben und einem guten Start. Wobei sie es als einen Glücksmoment bezeichnet, dass sie nun in Mönchengladbach nochmals die Sally spielen darf.



Nach vier Jahren schlüpft Adrienn Čunka wieder in die Rolle als Nachtclubsängerin Sally Bowles. Zuhause ist die 40-Jährige in Kaiserslautern. FOTO: MATTHIAS STUTTE



ALBERTO
CONCEPT STORE

Hindenburgstr. 6 | Alter Markt | MG Di. – Fr. 10 – 18 Uhr, Sa. 10 – 17 Uhr
store-mg@alberto-pants.com Ruf uns gerne an: 02161 819 2811

„Ein Musical, in dem viel getanzt wird, gehört zu meinen Favoriten“, sagt sie.

Die in Ungarn geborene Adrienn Čunka ist mit dem Metier Kunst groß geworden. „Meine Mutter war Opernsängerin, und so gehörten Musik und Gesang vom ersten Moment zu meinem Leben dazu. Das prägt natürlich“, sagt sie. Als sie neun Jahre alt war, zog ihre Mutter mit ihr nach Kaiserslautern. Dort erlernte sie die unterschiedlichen Tanzrichtungen von Standard über Latein und Hip Hop bis hin zu Stepp- und Bauchtanz.

Der Weg nach dem Abitur war dann vorgezeichnet. Das Musical-Studium an der Bayerischen Theaterakademie August Everding in München schloss sie 2008 mit Diplom ab. Bereits während des Studiums belegte sie den dritten Platz im Hauptwettbewerb Musical des Bundeswettbewerbs Gesang in Berlin. Es folgten Engagements bei den Freilichtspielen Tecklenburg, den Vereinigten Bühnen Wien, den Burgfestspielen Mayen und dem Innsbrucker Landestheater. Seit 2010 war sie Ensemblemitglied am Pfalztheater Kaiserslautern und zuletzt in Produktionen wie „Songs for a new world“, „Sunset Boulevard“ und als Édith Piaf in „Spatz und Engel“ zu sehen.

„Die Körpersprache ist für mich die erste Kommunikation, und das bezieht sich nicht nur auf die Bühne“, sagt Adrienn Čunka. Das Tanzen sei auf der ganzen Linie ihr Metier, und wenn sie das dann noch mit Schauspiel und Gesang vereinen könne, sei das perfekt. „Generell bin ich dankbar, dass ich mein Hobby zum Beruf machen konnte und darin seit 30 Jahren aktiv bin“, sagt sie.

Totgesagte leben länger“ sagt der Volksmund, und dies trifft im besonderen Maße auf die Niers zu. Mit viel Aufwand betreibt der Niersverband seit einigen Jahren die Wiederbelebung – sozusagen eine Operation am offenen Herzen. Es lohnt sich, denn mittlerweile hat sich die Wasserqualität deutlich verbessert, was sich positiv auf die Entwicklung des Lebens im Gewässer auswirkt. Als biologisch tot galt die Niers vor etwa 100 Jahren. Zuvor wurde der gesunde Fluss wegen seines Fischreichtums gerühmt. Doch die Lage wurde so ernst, dass 1927 der Niersverband gegründet und mit der Aufgabe betraut wurde, zu retten, was noch zu retten war. Zwischenzeitlich ist das neue Flussbett in Höhe Bresgespark weitgehend fertiggestellt, und die Niers soll bald mit einem offiziellen Durchstich den ersten Teil ihres neuen Betts erobern. Viele Kleinlebewesen wie Muscheln, Schnecken, Insektenlarven, Würmer oder Krebse leben in der Niers.



Der Hecht ist selten in der Niers.
FOTOS:NIERSVERBAND/HANS-GEORG WENDEL

Auch der Fischbestand hat sich positiv entwickelt, über 30 verschiedene Arten wurden gezählt. Am häufigsten und am weitesten verbreitet sind der drei- und der neunstachelige Stichling, ebenfalls die Schmerle, Bitterling, Koppe (oder Groppe) und Steinbeißer sind aufgrund ihrer Seltenheit

Sie leben unter Wasser

Muscheln, Schnecken, Krebse, Würmer und mehr als 30 Fischarten bevölkern die Niers.

und Gefährdung besonders geschützte Arten. Relativ häufig sind Flussbarsch, Rotaugen und Gründling. Zander und Hecht sind vereinzelt anzutreffen. Stark gefährdet sind die Aalbestände. Deshalb wurde die Niers von der EU zum Aalvorangewässer ernannt. **fju**



Ein Aal in der Niers

Anzeige



Feste, schöne Zähne - alles an einem TAG!

Bahnstraße 19
47877 Willich
02154/483590
info@dr-sagner.de
www.dr-sagner.de

Mo., Do., Fr.
08.00–18.00 Uhr
Di., Mi.
bis 20.00 Uhr

- **Implantate für jede Situation**
- **Computernavigierte Implantation**
- **Sofort belastbare Implantate**
- **Knochenaufbau und -rekonstruktion**
- **3-D-Röntgen-CT**
- **Vollnarkose**
- **Oralchirurgie**
- **Lasermedizin**

www.zdi-willich.de



Erfahrung gibt Sicherheit

Stehen die eigenen Zähne nicht mehr zur Verfügung, sind moderne Implantate aus bioverträglichem Titan eine gute Alternative. Sie sitzen fest und sehen so natürlich aus wie echte, gesunde Zähne. Bei richtiger Pflege sind sie ein lebenslanger Zahnersatz.

Eine besonders komfortable Art der Neuversorgung stellt eine festsitzende, verschraubte Brücke auf nur 4 Implantaten dar. Diese wird schon vor der Implantation mit digitalen Techniken hergestellt und passgenau nach dem Setzen der Implantate beim Patienten eingesetzt. Die Praxis Dr. Sagner in Willich hat seit über 20 Jahren mehrere Tausend Implantatversorgungen vorgenommen und wurde mehrfach ausgezeichnet. „Unser großer Erfahrungsschatz gibt dem Patienten eine hohe Erfolgssicherheit.“ Das individuell auf jeden einzelnen Patienten zurechtgeschnittene Behandlungskonzept zeichnet die Praxis Dr. Sagner aus. „Wir sind keine Zahnfabrik, sondern stellen den Patienten mit seinen Bedürfnissen in den Mittelpunkt. Das ist recht zeitintensiv und führt deshalb immer zu einer sehr guten Lösung, hinter der der Patient und das Behandlungsteam gemeinsam stehen.“

Eine komplette Behandlung kann an nur einem Tag angeboten werden. Dafür werden die Patienten im Vorfeld mit einem 3-D-Computertomographen untersucht. Das ermöglicht optimale Diagnostik und schnelles Arbeiten. „Der Patient hat vor dem Eingriff eine hohe Planungssicherheit, verbunden mit dem Komfort des schnellen Ergebnisses“, erläutert Dr. Sagner. „Das dreidimensionale Bild zeigt alle relevanten Informationen über Zähne, Nerven und Knochenverhältnisse. So ist ein klarer Befund möglich. Die Implantation kann perfekt vorbereitet und der Zahnersatz in Teilen schon vorgefertigt werden.“



Dr. Sagner

DR. MED. DENT. MARC-THILO SAGNER, MSc
MASTER OF SCIENCE IMPLANTOLOGIE und ORALCHIRURGIE
ZAHNARZT · SPEZIALIST IMPLANTOLOGIE (DGZI)





LIVING | ENTDECKEN & LIFESTYLE | ERLEBEN MESSETAGE BEI SCHAFFRATH | EINRICHTEN

Erleben Sie die Living & Lifestyle
Messtetage bei Schaffrath!

Ein besonderes Einkaufserlebnis mit exklusiven
Messeangeboten und regionalen Ausstellern: Einrichtungs-
ideen, Genuss, Kunst, Mode, Mobilität, Energie, Kulinarisches
sowie Spiel und Spaß für Kinder und Erwachsene.

Kommen Sie vorbei!

Sensationelle **MESSEANGEBOTE UND AKTIONEN** in Ihrem Schaffrath Möbelhaus: z. B.

**25%
+10%**
auf Möbel, Matratzen
und Teppiche ¹⁾

CENTA-STAR
extra
Bis zu **100 €**
Wertgutschein
Beim Kauf aus unserem
CENTA-STAR-Sortiment! ²⁾

20%
auf 1 Artikel
Ihrer Wahl
aus den Bereichen Haushaltswaren,
Heimtextilien, Deko-Artikel,
Leuchten, Bilder und Rahmen. ³⁾

6. Stuhl
GRATIS
beim Kauf einer
Tischgruppe ⁴⁾

Unsere Aussteller in **MÖNCHENGLADBACH**:



Makramee Workshops (11 und 15 Uhr), **Blumenkränze binden** (13 und 17 Uhr) und **Pflanzen & Blumen** mit Floristik Link-Meuser
Gin Tasting und Verkauf der Firma Manukat **Senfspezialitäten & Gewürze** aus der Erkelenzer Senf & Gewürzwerkstatt
Kaffeesspezialitäten von Eskaro - Esser Kaffeerösterei und Handelsgesellschaft mbH **Automobilausstellung** vom Autosalon am Park
Traditionelle Biere & ausgefallene Bierkreationen der Hensen Brauerei **Handmade Schmuck & Accessoires** von Sucre des Amours
E-Bikes & Bio-Bikes Probefahren und Beratung mit Zweirad Stadler **Pâtisserie-Köstlichkeiten** von Mango bakes Cakes
Feinkostprodukte mit Fleur de Sel aus der Salzmanufaktur Sel La Vie **Thermomix & Saugroboter Kobold Vorführung** von Vorwerk
Hyla Wasserstaubsauger Vorführung & Beratung **Künstler Wlozka** malt und stellt aus **Textilien besticken** mit der Firma Vossen
Sektausschank durch die Firma Fink **Cocktailbar** der Firma Leonardo **Kindermalspaß** mit der Firma Leonardo
Gardinen Konfigurator Lieblingsfenster by JAB **Beratertage** unserer Marken: WMF, Fink, Elo, Seltmann, Ruf, Tempur,
Schlaraffia, Luxury - Serta Betten, Stressless, Centa Star und Teba



SCHAFFRATH M'gladbach

Theodor-Heuss-Str. 99

¹⁾ Gültig nur für Neuaufträge von Möbeln, Matratzen und Teppichen bis zum 31.12.2023. Ausgenommen sind Artikel der Marken Aeria, Astra, Bacher, Barfuss, Bretz, Biohort, Casa Nova, Decker, Dunlopillo, Erpo, Flexa, Hartman-Outdoor, Joop, Kare Design, Keller, Leonardo, Modulform, Müsterring, Next125, Paulig, Rolf Benz, Schöner Wohnen, Set one, Stressless, Team7, Tempur, Tom Tailor, WK und Walden sowie Artikel aus dem Babymarkt, bereits reduzierte Ware oder in unserem Haus als „Best-Preis“ gekennzeichnete Artikel, nicht gültig auf Käufe im eBay Schaffrath Shop und Schaffrath Onlineshop. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. ²⁾ Kaufen Sie aus unserem Centa-Star-Sortiment und lösen Sie Ihren Wert-Gutschein direkt an der Kasse ein. Sparen Sie bares Geld! Die Aktion ist gültig am 13. + 14.10.2023. Keine Barauszahlung möglich. ³⁾ Gültig auf einen Artikel aus den Bereichen: Haushaltswaren, Dekoartikel, Heimtextilien, Leuchten, Bilder und Rahmen nur am zum 13. + 14.10.2023. In unseren Prospekten beworbene Ware ist im Aktionszeitraum bereits rabattiert angezeigt. Ausgenommen sind in unseren Häusern als „Best-Preis“ gekennzeichnete Artikel und Kleinlektrogeräte. Nicht gültig auf Käufe im eBay Schaffrath Shop und Schaffrath-Onlineshop. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. ⁴⁾ Gültig nur am 13.+14.10.2023.

Friedhelm Schaffrath GmbH & Co. KG, Aachener Straße 90, 40223 Düsseldorf