

DEZEMBER 2018 · 12. JAHRGANG · UNBEZAHLBAR

WWW.HINDENBURGER.DE

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN UNSERER STADT

+++ IHR GRATIS-EXEMPLAR +++
ZUM MITNEHMEN

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

KULTUR
DAS BIS-ZENTRUM

FEIERLICH
**WEIHNACHTSMÄRKTE
UND SILVESTERPARTIES**

HINDENBURGER SPEZIAL
GASTROGUIDE MÖNCHEGLADBACH

UNEXPECTED DINING



DIE PERFEKTE MISCHUNG
GEGEN SHOPPING-HUNGER.

GENIESSEN SIE DIE LECKERE VIELFALT
IM FOODCOURT MINTOS DELI.



Marc Thiele, Herausgeber

Liebe Leserinnen und Leser,

das alte Jahr neigt sich dem Ende zu, nur noch ein paar Tage und ein neues Jahr mit neuen Chancen und Herausforderungen beginnt.

In den letzten 12 Monaten hat sich in Mönchengladbach viel getan, einiges sichtbar, einiges noch unsichtbar, aber geplant oder beschlossen. Vieles zum Positiven, einiges auch zum Negativen - so wie es eben jedes Jahr ist. Wurden die richtigen Weichen gestellt, ist der Weg, der eingeschlagen wird der bessere? Ich hätte gerne eine Kristallkugel, um das alles vorher zu wissen, aber leider existiert so etwas nicht.

Ich bin aber neugierig, auf das, was da kommen könnte. Sehen wir endlich auch Kräne und Baustellen zu all den Projekten, die in den letzten Monaten so groß angekündigt wurden? Passiert was am Bahnhof, Haus Westland, City Ost (ach

nein, Seestadt), Maria Hilf Areal? Wie entwickelt sich die Altstadt? Stirbt die Oberstadt weiter oder hat doch noch wer eine rettende Idee? Wird das Haus Erholung verkauft oder kann das noch verhindert werden? Bekommen wir jemanden in der Stadtplanung /-Entwicklung, der kein massives Problem mit Grünpflanzen hat und wird „Sichtachsen“ zum lokalen Unwort des Jahres gekührt? Wer bringt sich im kommenden Jahr für die OB-/Kommunalwahlen in 2020 in Position und wird Bruno's Weihnachtsdorf auch 2019 auf dem Alten Markt stehen?

So genug Fragen für heute.... Weihnachten steht vor der Türe... es ist Zeit für Besinnlichkeit.

Ich möchte mich bei Ihnen für Ihre Lesertreue, bei unseren Anzeigenkunden für Ihre Unterstützung und bei meinem Team für den Einsatz bedanken und wünsche Ihnen allen ein besinnliches und friedliches Weihnachtsfest und natürlich einen guten Rutsch ins neue Jahr mit Glück, Gesundheit und Erfolg.

Wir lesen uns im Januar, vielleicht dann schon im neuen Design, denn das haben wir in den letzten 12 Monaten teilweise durch Experimente im Heft sichtbar, größtenteils aber im Hintergrund entwickelt und sind aktuell beim „Finish“. Auch redaktionell gibt es Veränderungen - aber das hatte ich ja schon im letzten Editorial geschrieben - lassen Sie sich einfach überraschen.

Ihr
Marc Thiele
Herausgeber

Nur
84 €

**Theater zu
verschenken!**

**Drei Vorstellungen
in der exklusiven Geschenkbox!**

www.theater-kr-mg.de/weihnachten





6 | Initiativkreis MG

Programmvorschau 1. Halbjahr 2019



18 | Kultur

Das BIS-Zentrum für offene Kulturarbeit



50 | Sport

GHTC: Hockey aktuell

HINDENBURGER DEZEMBER 2018

12. JAHRGANG // AUSGABE # 123

COVERFOTO: MATTHIAS STUTTE / THEATER KREFELD MÖNCHENGLADBACH



27 | Gastroguide MG

Frühstücken, Mittagstisch, Abendessen, ausgehen in MG



48 | Borussia

Im Erfolg ist alles ein bisschen einfacher



49 | Medizin + Co

Yoga gegen Burnout

STADTLEBEN

- 6 Initiativkreis - Programmvorschau 1. Halbjahr 2019
- 7 MG ist gut vorbereitet auf das Weihnachtsgeschäft
- 8 Serie: Gladbacher Platt
- 11 Grenzgang: Mit Kamelen durch das Outback
- 12 Weihnachtsmärkte der Region
- 14 Weihnachtsmärkte in MG

KULTUR

- 16 **THEATERSTORY**
Theaterabo als Weihnachtsgeschenk
Review: Vivaldi & Wacholder
- 18 Portrait: BIS-Zentrum

FREIZEIT

- 20 Buchtipps
Games
- 21 Buchtipp für Kids
Kinotipp

BAUEN&WOHNEN

- 22 Bauen und Wohnen in MG

GASTROGUIDE

- 28 Editorial / Inhalt
- 29 Gastro-Leserwahl 2018
- 30 Frühstück in MG
- 32 Mittagstisch
- 34 Abendessen
- 38 Tanzen, Trinken, Feiern
- 41 Silvester in MG

GENUSSKULTUR

- 42 Shopping-Pause: Last-Minute Weihnachtsgeschenkideen
- 44 GenussKultur Shopping präsentiert vom FIRST Reisebüro MG
- 46 Genuss-Kultur Tasting
A.H. Riise Reserve Christmas Rum
- 47 Kefenbaums Bierhorizont

SPORT

- 48 Borussia: Im Erfolg ist alles ein bisschen einfacher
- 50 GHTC: Hockey aktuell

MEDIZIN + CO

- 52 Dr. Dr. Lange Weyel:
Implantate-Teamarbeit
- 53 Serie: Burnout - Yoga als langfristige Stressbewältigung

TERMINE

- 54 Highlights, Ausstellungen,
Terminkalender, Adressen

SONSTIGES

- 3 Editorial: Worte vom Chef
- 59 Teilnahmebedingungen
- 66 Die Burns Kolumne: Frikobäuerchen Impressum

SCB-ServiceCenterBröker Ihre Multimarkenwerkstatt in Mönchengladbach!

WINTERCHECK GRATIS

NUR IN KOMBINATION MIT:
> EINEM KOSTENFREIEM ÖLWECHSEL (ZZGL. MATERIAL)
> ODER EINEM RADWECHSEL V. SOMMER- AUF WINTERRÄDER (4,75 € PRO RAD)



SERVICECENTER BRÖKER GMBH

Lehmkuhlenweg 8
41065 Mönchengladbach
0 21 61 / 820 799-0



NEU FÜR SIE! EXTRA LANGE ÖFFNUNGSZEITEN:

MO. - FR.: 8:00 - 20:00 UHR, SA. 8:00 - 13:00 UHR

JOBS BEI BRÖKER

- > **Kfz-Meister / Mechaniker LKW & PKW** (m/w)
- > **Ausbildung zum Berufskraftfahrer** (m/w)
- > **Fahrer für Fahrzeugtransporte** (m/w)
- > **Aushilfs-Fahrer im Abschleppdienst** (m/w)
- > **Fahrer im Abschleppdienst** (m/w)

INFOS UNTER WWW.SCB-WERKSTATT.DE

ODER DIREKT AN: BEWERBUNG@SCB-WERKSTATT.DE



[f SCBWERKSTATT](https://www.facebook.com/SCBWERKSTATT) [i SCBWERKSTATT](https://www.instagram.com/SCBWERKSTATT)



In Vorfreude auf Weihnachten hat Tim in unserem heilpädagogischen Kindergarten Am Kuhbaum diesen schönen Engel gemalt. Zusammen mit ihm wünschen wir allen Leserinnen und Lesern eine besinnliche Adventszeit und ein frohes, gesegnetes Weihnachtsfest.

**Caritasverband Region
Mönchengladbach e. V.**
Telefon: 02161 81020
www.caritas-mg.de



Herzlich gern.



[instagram/hindenburger-mg](https://www.instagram.com/hindenburger-mg)



Initiativkreis
Mönchengladbach

PROGRAMMVORSCHAU 1. HALBJAHR 2019

www.ik-mg.de | www.mgmg.de

DIESE GÄSTE BEGRÜSST DER INITIATIVKREIS MÖNCHENGLADBACH IM 1. HALBJAHR

Nobelpreisträger, weltbekannte Musiker und Künstler und eine spektakuläre Wissenschaftsshow – der Initiativkreis Mönchengladbach bietet im ersten Halbjahr 2019 wieder besondere Events.

„Nobelpreisträger in Mönchengladbach“



Beatrice Fihn (Foto: ican)

Im Rahmen der traditionellen Veranstaltungsreihe „**Nobelpreisträger in Mönchengladbach**“ begrüßt der Initiativkreis die schwedische Juristin und Direktorin der Internationalen Kampagne zur Abschaffung von Atomwaffen (ICAN), **Beatrice Fihn**. Die ICAN erhielt 2017 den Friedensnobelpreis für „ihre Arbeit, Aufmerksamkeit auf die katastrophalen humanitären Konsequenzen von Atomwaffen zu lenken und für ihre bahnbrechenden Bemühungen, ein vertragliches Verbot solcher Waffen zu erreichen“. Die Veranstaltung am Mittwoch, 20. März 2019 beginnt um 20 Uhr im Audimax der Hochschule Niederrhein.

„Solisten und Orchester der Welt in Mönchengladbach“.



Das Zukerman Trio (Foto: Nicolas Brodart)

Exzellente Solisten und großartige Orchestermusiker bietet die Veranstaltungsreihe „**Solisten und Orchester der Welt in Mönchengladbach**“. Am

Montag, 29. April 2019, ist das **Zukerman Trio** im Theater Mönchengladbach zu Gast. Beginn ist um 20 Uhr. Der für sein ungeheures Talent als Violinist und Bratschist weltweit bekannte Pinchas Zukerman gründete 2013 zusammen mit der Cellistin Amanda Forsyth und der Pianistin Angela Cheng das Zukerman Trio. Ihre Auftritte führen das Ensemble quer durch die Welt. Amanda Forsyth gilt als eine der dynamischsten Cellisten Nordamerikas. Ihre klangliche Vielfalt, ihre beachtenswerte Technik und ihre außergewöhnliche Musikalität begeistern sowohl Publikum als auch Presse. Angela Cheng ist bekannt für ihre brillante Technik, ihr klangliche Schönheit und herausragende Musikalität. Die Pianistin wurde bereits mit zahlreichen internationalen Auszeichnungen geehrt.

Die „Physikanten & Co.“



Die Physikanten (Foto: Carlos Albuquerque)

Schülerinnen und Schüler können sich 2019 erneut auf eine besondere Wissenschaftsshow freuen: Die „**Physikanten & Co.**“ kommen nach Mönchengladbach. Wenn sie die Bühne betreten, wird Physik so witzig wie eine Comedy-Show, glamourös wie ein Abend im Variété oder packend wie ein Fußballenspiel: Stabile 200-Liter-Fässer falten sich mit gewaltigem Knall zusammen oder ein Laserstrahl macht plötzlich Musik und wird zur Bassgitarre. Die Physikanten treten am Freitag, 24. Mai 2019, um 9 und 11 Uhr, in der Kaiser-Friedrich-Halle auf. Die Schulen erhalten Anmeldeunterlagen für die Shows.

„Pioniere der Welt in Mönchengladbach“



Skulptur von Tony Cragg (Foto: 123rf.com/clauidiodivizia)

Am Dienstag, 18. Juni 2019, 20 Uhr, hält der Künstler und ehemalige Rektor der Kunstakademie Düsseldorf, **Tony Cragg**, einen Vortrag. Er ist Gast der Reihe „**Pioniere der Welt in Mönchengladbach**“. Der aus Liverpool stammende Cragg wurde für sein künstlerisches Schaffen vielfach international ausgezeichnet und ist Ehrenbürger der Stadt Wuppertal und Ehrenmitglied der Kunstakademie Düsseldorf. Einem breiten Publikum bekannt ist er vor allem für seine Plastiken, die er aus verschiedenen Materialien fertigt. Auf Einladung des Initiativkreises erzählt er von seinem Wirken und seinen Werken. Ort ist die Kaiser-Friedrich-Halle.

Karten für die Veranstaltungen gibt es online unter www.adticket.de sowie telefonisch unter 0180 6050400.

Der **Initiativkreis Mönchengladbach** wurde 2003 gegründet und ist ein Zusammenschluss von derzeit 32 Unternehmern der Stadt. Ziel war und ist es, durch besondere Veranstaltungen den Bekanntheitsgrad der Stadt und Region zu steigern. Der Erfolg lässt sich sehen: Mehr als 6.000 Zuschauer im Jahr – und damit 100.000 insgesamt – zieht es zu den Top-Veranstaltungen. Inzwischen ist Mönchengladbach als Eventstadt weit über ihre Grenzen hinaus bekannt.

GUT VORBEREITET AUF DAS WEIHNACHTSGESCHÄFT



Foto: © perig/123rf

Rechtzeitig vor den ersten Adventssamstagen haben Polizei, Stadtverwaltung, NEW, MGGM, mags, Handelsverband und die Citymanagements in Gladbach und Rheydt ein Maßnahmenpaket abgestimmt, dass den Besuchern und Kunden den Einkauf so angenehm wie möglich gestalten soll.

„Alle Partner haben sich auch in diesem Jahr eingebracht, um einen angenehmen und entspannten Weihnachtseinkauf zu ermöglichen. Die Themen Sicherheit, Sauberkeit und Erreichbarkeit standen dabei im Fokus und ergänzen das spannende und attraktive Angebot in den Geschäften und auf den Weihnachtsmärkten“, fasst Jan Kaiser, Geschäftsführer des Handelsverbandes, die Ziele der Gemeinschaftsaktion zusammen. Gemeinsam mit dem Ordnungsamt sorgt die Polizei für erhöhte Präsenz und spürbare Sicherheit in den Haupteinkaufslagen und auf den Weihnachtsmärkten. Ergänzt werden die Fußstreifen durch Mobile Wachen, die zusätzlich die Erreichbarkeit erhöhen und Aufklärungsarbeit im Feld der Kriminalprävention leisten. Taschen- und Ladendiebstahl wird so aktiv und passiv entgegengewirkt. Ein Konzept, das Wirkung zeigt: „Die Zahl der Taschendiebstähle während des Weihnachtsgeschäfts ist in den vergangenen Jahren deutlich zurückgegangen. Wurden 2016 noch 63 Delikte angezeigt, waren es im vergangenen Jahr nur noch 29“, erläutert Heinz-Josef Hackin von der Kriminalprävention der Mönchengladbacher Polizei.

Das entspannte Einkaufserlebnis soll bereits bei der Anfahrt und der Parkplatzsuche beginnen. Dafür sorgt unter anderem das Ordnungsamt mit der verstärkten Überwachung des ruhenden Verkehrs, unterstützt. Zusätzlich werden mags und der städtische Fachbereich Straßenbau und Verkehrstechnik dafür sorgen, dass der Verkehrsfluss möglichst wenig durch bestehende Baustellen und neue Maßnahmen beeinträchtigt wird. So werden in der ersten Dezemberwoche an der Großbaustelle Limitenstraße die laufenden Baustellenbereiche sowie die gesamten Lichtsignalanlagen fertiggestellt und in Betrieb genommen. Provisorische Fahrbahnmarkierungen für den Auto- und Fahrradverkehr sollen dafür sorgen, dass die wichtige Verbindung zwischen Mönchengladbach und Rheydt in der Vorweihnachtszeit voll nutzbar ist, bevor die Straßenbauarbeiten im Frühjahr weitergehen.

Für ÖPNV-Nutzer bietet die NEW einen verdichteten Fahrplan zur Weihnachtszeit und Schnellbuslinien an. Zur Entspannung tragen auch die in Rheydt und Mönchengladbach eingesetzten kostenlosen Gepäckaufbewahrungsbusse bei. Sie stehen an den vier Adventssamstagen auf der Hindenburgstraße am Sonnenhausplatz sowie an der Marktstraße vor dem Eingang des Rheydter Weihnachtsmarktes. (Quelle: Presse MG)



Kennst Du Mönchengladbach?

Touren & Termine unter 
www.stadttouren-mg.de



In Kooperation mit:



Wir freuen uns sehr über die Verstärkung in unserem Team.
Herzlich willkommen, **Denise Dreuse!**

Hörzentrum Müller

Richtig Gehört.

Hörzentrum Müller
Croonsallee 29, 41061 Mönchengladbach
info@hoerzentrum-mueller.de
Telefon (02161) 24 74 113

Mo-Fr 8-18 Uhr und Sa 10-13 Uhr

www.hoerzentrum-mueller.de

NEUES DOMIZIL FÜR DIE SCHATZINSEL



WIR SIND UMGEZOGEN !



**SIE FINDEN UNS AB SOFORT IN DER
FRIEDRICHSTR. 5
41061 MÖNCHENGLADBACH
TEL. 02161 - 20 66 05**

**ÖFFNUNGSZEITEN:
MO - FR 10.00 - 19.00 UHR
SA 10.00 - 18.00 UHR**



Foto: © Schatzinsel

Die Schatzinsel hat nach erneutem Umzug endlich ihr Domizil auf der Friedrichstr. 5 gefunden. Wie gewohnt finden Kunden dort eine große Auswahl Silber-, Stahl- und Edelsteinschmuck verschiedenster Stilrichtungen zu bezahlbaren Preisen. Aber auch neue, interessante Labels haben den Weg in Schatzinsel gefunden, z.B. SCROUPLES - feiner Silberschmuck aus Dänemark oder QOSS - cooler Leder- / Steinschmuck

aus NL sowie eine Erweiterung der Twist-it Serie von MELANO. Natürlich wird auch weiterhin der bekannte, umfassende Service, u.a. mit Ohrlochschießen, Gravuren, Schmuck-Reinigung und -Reparaturen angeboten. Das Team der Schatzinsel freut sich auf Ihren Besuch!

Schatzinsel, Friedrichstr. 5, 41061 Mönchengladbach, Tel.: 02161.206605

Uut di Reeh: Wi di Alde kallde: von Kurt Paul Gietzen

LEBENSWEISHEITEN IN MÖNCHENGLADBACHER PLATT



Illustration: Stefan Voeller

„Medde en de Nait fängt d'r nöje Daach aan“ „Mitten in der Nacht beginnt der neue Tag an.“

„Merr könne oss Kenger net et Morje schänke ävel et Hüüt.“
„Wir können unseren Kinder nicht das Morgen schenken, aber das Heute.“

„Merr li-ert wat merr verjä-ete soll, on verjött wat merr li-ere sollde.“ „Man lernt was man vergessen soll, und vergisst was man lernen sollte.“

„Merr mott et Bäasde ho-epe dat Schlemme kütt von alleen.“
„Man muss das Beste hoffen, das Schlimme kommt von alleine.“

„Merr mott net alles wi-ete, ävel merr kann.“ „Man muss nicht alles wissen, aber man kann.“

„Merr mott sech de Werekerej so leet maake wi et ä-eves jeet, de Ärbeete öss hatt jenoeh“ „Man muss sich die Arbeit so leicht machen wie es eben geht, die Arbeit ist schwer genug.“

„Merr wett net wat merr an te Heem hat, bevör merr net buute jehonnt hat“ „Man weiß nicht, was man an zu Hause hat, bevor man nicht draußen gewohnt hat.“

„Minn Krankheet on esch, werr hant enne Verdraach möt enanger. Di öss doh, on esch donn so äs of-se net doh wü-er.“ „Meine Krankheit und ich wir haben einen Vertrag miteinander. Sie ist da, und ich tu so, als ob sie nicht da wäre.“

„Möt de Frollüü öss-et all so jät, Een öss te völl on Kenn öss te wennesch.“ „Mit den Frauen ist es schon was Eine ist zu viel und Keine ist zu wenig,“

„Ne Droom öss en Düür en de Verjangeheet“ „Ein Traum ist eine Tür in die Vergangenheit.“

„Och de schönste Frau öss an de Been am Eng.“ „Auch die schönste Frau ist an den Beinen am Ende.“

„Reit hat, wä de Mait hat.“ „Recht hat, wer die Macht hat.“



**25%
RABATTCODE**

COLOURSMG

*DER RABATTCODE IST NUR UNTER
WWW.COLOURSANDSONS.COM EINLÖSBAR | AKTION
GÜLTIG BIS ZUM 01.01.2019 | NUR GÜLTIG MIT EINGABE
DES RABATTCODES | GILT NICHT FÜR REDUZIERTERTE
ARTIKEL | NICHT MIT ANDEREN RABATTGUTSCHEINEN
KOMBINIERBAR | DER GUTSCHEIN IST NUR EINMAL
VERWENDBAR

COLOURS & SONS
WWW.COLOURSANDSONS.COM

LOOKING GOOD SON!

Looking Good, Son! So lautet unser Credo seit COLOURS & SONS im Jahr 2012 aus der Taufe gehoben wurde. Unsere Kollektionen sind WILD & BUNT und dennoch alltagstauglich. Verrückte Prints gemischt mit detailreichen Basics geben den Styles das besondere Etwas. COLOURS & SONS ist keine Marke, sondern ein Lifestyle. Gelebt, getragen & gestylt von mutigen ABENTEURERN, selbstbewussten WELTENBUMMLERN und sportlichen CITYBOYS.

Lasst euch inspirieren von unserer großen Farbenvielfalt.



COLOURS & SONS
WWW.COLOURSANDSONS.COM



*Schnell & einfach
reservieren:*

in Ihren denn's Biomärkten
Mönchengladbach

Prinzenstraße 1
Mo-Sa: 8.00–20.00 Uhr
Odenkirchener Str. 34
Mo-Sa: 8.30–20.00 Uhr

denn's
BIOMARKT

Bio-Weihnachtsspezialitäten

Jetzt vorbestellen

www.denns-biomarkt.de | 



Wer sagt, dass das Leben
kein *bunter Teller* ist?

Merke: Weihnachtszeit ist Genießer-Zeit.

Seit 1932

KONDITOREI
Heinemann[®]
Café. Restaurant.

konditorei-heinemann.de

WINTERMUSIK IM KUNSTWERK

EMOTIONEN IN NOTEN

FREITAG, 18. JANUAR

3. WIENER NEUJAHRSKONZERT
EUROPÄISCHES FESTIVALORCHESTER
& SOLISTEN

SA/SO 19. + 20. JANUAR

A NIGHT IN WHITE SATIN
FUN & FRIENDS
JUGENDSINFONIEORCHESTER MG

FREITAG, 25. JANUAR

THE LONDON PALLADIUM
MARVIN GAYE SHOW
STARRING COSMO KLEIN

TIPP

SONNTAG, 27. JANUAR

PE WERNER
SONGS & SATIRE

VORVERKAUFSTELLEN:

MÖNCHENGLADBACH: DIE ANZEIGE, BERLINER PLATZ 11 | HALL OF TICKETS, ALTER MARKT 9 **RHEYDT:** DIE ANZEIGE, MARKTSTR. 5 KEIMES, BAHNHOFSTR. 44 | KUNSTWERK, WICKRATHBERGERSTR. 18B

VOILA KONZERTE.DE



Foto: © ServiceCenter Bröker

ServiceCenter Bröker:

ANZEIGE

ADAC Vertretung und Multimarkenwerkstatt

Das Jahr 2018 neigt sich dem Ende zu und wir blicken weltweit auf 12 bewegende Monate mit vielen schönen und auch traurigen Ereignissen zurück. Wir – das Team vom ServiceCenter und Abschleppdienst Bröker möchten unseren Kunden und ADAC Mitgliedern, die uns in den letzten Jahren immer die Treue gehalten haben – DANKE – sagen.

Als kleines DANKESCHÖN erhalten Sie bei uns den WINTERCHECK für Ihr Fahrzeug GRATIS, wenn Sie einen kostenpflichtigen Radwechsel oder Ölwechsel buchen. Und das ganze nunmehr Mo. – Fr. von 08:00 bis 20:00 Uhr und Sa. von 08:00 bis 13:00 Uhr. Freuen Sie sich auch im nächsten Jahr – 2019 – auf viele neue Angebote. Folgen Sie auch unserem Facebook- bzw. Instagram-Account.

Ihnen und Ihren Familien wünschen wir bereits jetzt schöne und besinnliche Festtage und einen guten Rutsch ins kommende Jahr.

ServiceCenter Bröker, Lehmkuhlenweg 8, 41065 Mönchengladbach

Tel.: 02161 . 820 799 -21, www.scb-werkstatt.de

ANZEIGE



Foto: © VisitFinland, Juho Kuva

Samstag, 15. Dezember 2018, 18.00-24.00 Uhr

FINLANTIS CHRISTMAS-DELUXE

Am 15. Dezember wird es weihnachtlich

Heißkalte Winterentspannung. Dem Geschenke-Shopping-Stress entfliehen? Oder einfach nur die Wartezeit auf den Weihnachtsmann verkürzen? Die Besucher der Saunalandschaft Finlantis in Nettetal sind herzlich eingeladen, sich voll und ganz auf das Weihnachtsfest einzustimmen zu lassen: Mit romantischen Düften in der Aufguss-Sauna und Massagen mit weihnachtlichen Aroma-Essenzen. Dazu lockt in der Finlounge ein „Christkinds-Traum“-Burger mit 100% Hirschfleisch, Rotkraut, Preiselbeercreme und Raclettekäse überbacken.

Finlantis, Buschstr. 22, 41334 Nettetal-Kaldenkirchen,

Tel.: 02157.8959570, www.finlantis.de

Alle unsere Angebote finden Sie auf [Facebook](https://www.facebook.com/asiaworldmg) [asiaworldmg](https://www.facebook.com/asiaworldmg)

JAPANISCHES RESTAURANT

NOORI

Mittagsbuffet
7,90 € p.P.

Chinesisch-mongolisches Mittagsbuffet
Mo. - Sa. 12.00 - 14.00 Uhr
Außer an Feiertagen

Weihnachts-Feiern

Für Ihre private oder Firmen-Weihnachtsfeier schenken wir jeder Gruppe ab mind. 20 Personen
1 Flasche Wodka

Künkelstr. 48 a • 41063 Mönchengladbach • Tel.: 0 21 61/4 06 69 88

Petra Kamp
Heilpraktikerin

Faltenunterspritzung
mit Hyaluronsäure

Schlupflidbehandlung ohne OP
mit dem PlexR Plasmalaser

Fadenlifting
ohne Skalpell

Jetzt ONLINE
Termin
vereinbaren!

Weststraße 10 • 41061 M'gladbach • 0 21 61 30 36 201
www.petra-kamp-heilpraktikerin.de

GRENZGANG - MIT KAMELEN DURCHS OUTBACK

Foto: © grenzgang/Markus Blum



Am Donnerstag, den 17. Januar 2019 um 19:00 Uhr erzählt Markus Blum im Haus Erholung in Mönchengladbach LIVE von dem Abenteuer seines Lebens: Mit Kamelen durch das australische Outback mit der gesamten Familie.

Über drei Monate und 1.600 km will Familie Blum es den frühen europäischen Pionieren vor 150 Jahren gleich tun, und mit Kamelen durch die Wüsten-

gebiete des australischen Outbacks ziehen. Noch während die beiden Kinder zur Schule gehen, versuchen ihre Eltern Sabrina und Markus ungezähmte Wildkamele auf einer Farm für das geplante Abenteuer abzurichten. Der Umgang mit den störrischen Tieren und glühende Temperaturen von bis zu 50°C stellen ihre Entschlossenheit auf eine harte Probe. Doch nach sechs Monaten schwerer Arbeit meistern sie dank großer Beharrlichkeit alle Rückschläge, spannen die Kamele vor den eigens gebauten Wagen - und ziehen endlich los! Unterwegs zeigt sich schnell, wie grundlegende Bedürfnisse, etwa Wasser und Nahrung oder Zeit und Distanz in der australischen Weite eine völlig neue Bedeutung bekommen. Der spannende Bericht einer Familie, die das Leben lebt und die Freiheit liebt!

Weitere Informationen und Tickets unter www.grenzgang.de

GALERIA KAUFHOF MÖNCHENGLADBACH

DAS GESCHENKEHAUS FÜR DIE GANZE FAMILIE

„Weihnachten ist ein Geschenk“ - so lautet das diesjährige Weihnachtsmotto in der Galeria Kaufhof Mönchengladbach. Die richtigen Präsente für zauberhafte Festtage finden die Kunden im Geschenkhaus für die ganze Familie.

Foto: © Galeria Kaufhof



Das Zuhause ist festlich geschmückt, Plätzchenduft liegt in der Luft und der Weihnachtsbaum erstrahlt in vollem Glanze - es ist Weihnachten! Eine magische Zeit für Klein und Groß, in der alle zusammenkommen, plaudern, köstliches Essen genießen und sich an der Gesellschaft der Liebsten erfreuen. Und während alle gemütlich beisammen sind, haben sich Christkind und Weihnachtsmann auf die Socken gemacht und fleißig die Geschenke gebracht. Ein Glöckchen erklingt, der Moment der Bescherung ist da.

„Ob Einkaräter oder eine kleine Aufmerksamkeit - ein Päckchen unterm Weihnachtsbaum kann für einen geliebten Menschen viel bedeuten“, weiß Filialgeschäftsführer Ralf-Peter Irrenberg. In der Galeria Kaufhof Mönchengladbach werden Weihnachtswünsche keine Grenzen gesetzt. Außerdem gibt es eine große Auswahl an stimmungsvollen Dekorationsideen zu entdecken, die schon in der Adventzeit für weihnachtlichen Zauber im Zuhause sorgen.

Galeria Kaufhof, Hindenburgstr. 125-133, 41061 Mönchengladbach, www.galeria-kaufhof.de



ANZEIGE

seit 1910
SCHUHHAUS
Wintzen
Das Fachgeschäft mit dem guten Service

Hindenburgstraße 113
41061 Mönchengladbach
Mo. - Fr. 9.30 Uhr - 19 Uhr
Sa. 10 Uhr - 18 Uhr

Hauptstraße 38
41236 Mönchengladbach
Mo. - Fr. 9.30 Uhr - 18.30 Uhr
Sa. 9.30 Uhr - 16 Uhr

www.schuhhaus-wintzen.de



WEIHNACHTSMÄRKTE IN DER REGION



ERKELENZER MITTELALTER-ADVENTSMARKT



Foto: © Veranstalter

Ritter, Wikinger, Burgfräulein, Handwerker und viele weitere dem Mittelalter entsprungene Menschen werden am kommenden Wochenende, dem

1. und 2. Dezember 2018 die Burg Erkelenz in die Zeit des Mittelalters zurückversetzen. Bei Musik und Tanz, Speisen und Getränken - zubereitet und gebraut nach uralten Rezepten - können die Besucher am Samstag von 11 bis 22 Uhr und am Sonntag von 11 bis 18 Uhr das Mittelalter hautnah erleben. Unübertroffen ist die Stimmung am Abend, wenn zahlreiche Fackeln und Feuer entzündet werden. Die Freunde der Burg Erkelenz freuen sich auf zahlreiche Besucher.

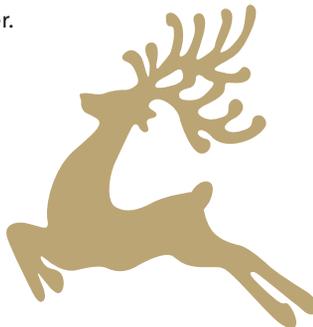


Foto: © Burggemeinde Brüggen

BRACHTER MÜHLENWEIHNACHT

Am 8. und 9. Dezember 2018 findet unser kleiner, familiär gehaltener Weihnachtsmarkt rund um die Brachter Mühle bereits zum achten Mal statt. Mittlerweile eine Tradition, die nicht zuletzt wegen ihrer romantischen Atmosphäre großen Anklang findet. Wir laden Groß und Klein aus nah und fern sehr herzlich ein, auch in diesem Jahr wieder dabei zu sein

Schlossweihnacht Schloss Dyck



1. - 4. Advent
Samstag und Sonntag
10 - 20 Uhr

SCHLOSS DYCK

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

An allen vier Adventswochenenden

SCHLOSSWEIHNACHT SCHLOSS DYCK

Vom 1. bis 23. Dezember 2018 weihnachtet es wieder an den Wochenenden auf dem traditionellen Weihnachtsmarkt in Schloss Dyck. Vor der Kulisse des festlich beleuchteten historischen Wasserschlosses, begleitet von typischen Weihnachtsdüften und weihnachtlichen Klängen bieten rund 160 ausgesuchte Aussteller ausgewählte Geschenk- und Deko-Ideen passend zur Saison. Tradition ist auch das lebendige Krippenspiel im Schlosspark – ein Highlight für Jung und Alt.

Ob Weihnachtsdekoration, Textilien aller Art, Garten- sowie Wohnaccessoires und Kunstgewerbe oder Schmuck, kulinarische Spezialitäten aus aller Welt, Gewürze und Tees – beim entspannten Vorbeischlendern an den zahlreichen Ständen findet man sicherlich das eine oder andere Weihnachtsgeschenk für die Lieben oder auch sich selbst.



Wir verlosen auf hindenburger.de, 5x2 Karten für die Schlossweihnacht auf Schloss Dyck. Zur Teilnahme einfach bis zum 6.12.2018 auf hindenburger.de gehen, das Teilnahmeformular unter „mitmachen“ ausfüllen und absenden. Die Gewinner werden per E-Mail informiert. Teilnahmebedingungen hier im Heft auf Seite 59 und auf hindenburger.de.



An vielen Orten, wie auf der Orangeriehalbinsel, im Wirtschaftshof und der Liriodendronallee verströmen lokale Leckereien ihre verlockenden Düfte. Im Schlosscafé, im Restaurant Remise sowie im Botanica beim Parkeingang kann man bei süßen oder herzhaften Köstlichkeiten zwischendurch oder auch am Ende des Weihnachtsmarktbesuchs gemütlich die müden Beine baumeln lassen. Eine Attraktion der Schlossweihnacht ist das lebendige Krippenspiel. In regelmäßigen Abständen machen Laienschauspieler die Weihnachtsgeschichte über fünf Stationen durch den englischen Landschaftspark für große wie kleine Besucher hautnah erlebbar und zaubern einen Hauch Besinnlichkeit.

Tickets gibt es im Vorverkauf über www.stiftung-schloss-dyck.shop sowie an der Tageskasse (13,50€ Erw., 10,50€ erm., 1,50€ Kinder 7-16 Jahre, Kinder bis 6 Jahre Eintritt frei. Mehr Infos unter www.stiftung-schloss-dyck.de.

BRÜGGENER WEIHNACHTSMARKT



Glühwein, Lebkuchen und Gewürze, die Burggemeinde Brüggen setzt beim diesjährigen Weihnachtsmarkt auf traditionsbewusst.

Schmuck, kulinarisches, Kunsthandwerk und mehr präsentieren die Aussteller am dritten und vierten Adventswochenende auf dem Weihnachtsmarkt Brüggen. Von 13 bis 22 Uhr an den Samstagen und von 10 bis 19 Uhr an den Sonntagen locken Stände mit unterschiedlichsten Geschenkkideen für Groß und Klein. Neben einem umfangreichen musikalischen Rahmenprogramm mit Pipe Major David Johnston (22. Dezember 19.00 – 21.00 Uhr), Darrio Perrone, Cäcilia Brüggen (16. & 23. Dezember je 16.00 – 18.00 Uhr) uvm. warten auf den Plätzen der Fußgängerzone Karussells und weitere Bestellungen für die kleinen Besucher des Marktes. Ein besonderes Highlight bietet das Weihnachts- / Gospelskonzert des Krefelder Chors Vayrocana (Teilnehmer des Besten Chor des Westens 2018 im WDR Fernsehen) am Samstagabend 20:00 – 21:30 Uhr in der Katholischen Kirche Sankt Nikolaus Brüggen.

Karten gibt es im Vorverkauf in der Tourist Information Brüggen, Brüggener Reisebüro sowie dem Media Store Brüggen (€8,00) oder an der Abendkasse direkt am Eingang der Kirche (€10,00).

Karten gibt es im Vorverkauf in der Tourist Information Brüggen, Brüggener Reisebüro sowie dem Media Store Brüggen (€8,00) oder an der Abendkasse direkt am Eingang der Kirche (€10,00).

Brüggen
traditionsbewusst

Weihnachtliches Gospelskonzert mit der Vayrocana Gospelsgroup



Samstag, 15. Dezember 2018
in der Pfarrkirche St. Nikolaus Brüggen

Vayrocana Gospelsgroup

Teilnehmer bei "der Beste Chor im Westen 2018", WDR

Einlass: 19.45 Uhr - Beginn: 20.15 Uhr
Preis Vorverkauf: 8,- € - Abendkasse: 10,- €



Karten VVK
Touristinfo Burg Brüggen
Burgwall 4
41379 Brüggen

Brüggener Reisebüro
Borner Straße 1
41379 Brüggen

Brüggener Reisebüro
Markt 26
41366 Schwalmatal

MediaStore Brüggen
Borner Str. 41
41379 Brüggen

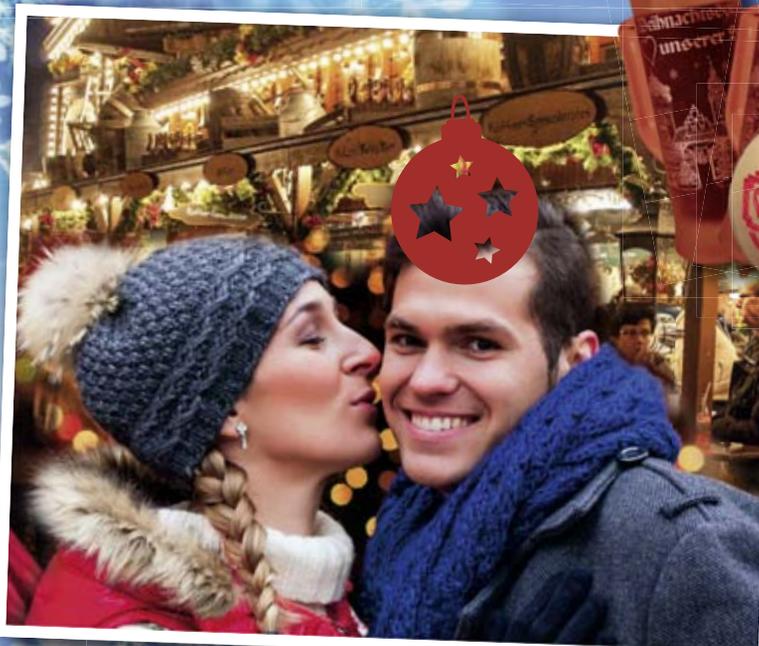
Lisas kleiner Laden
Klosterstraße 51
41379 Brüggen

Veranstalter
Burggemeinde Brüggen
Klosterstr. 38 | 41379 Brüggen
Telefon: +49 (0)2163 5701-0
www.brueggen.de

REWE



Weihnachtszauber auf dem Alter Markt



Programmhilights

27. November, 19:00 Uhr
feierliche Eröffnung mit Bürgermeister Michael Schroeren

01., 22. und 29. Dezember
Livemusik „Vierscher Rad Pack“

05. und 19. Dezember
Livemusik mit Hubertus von Garnier

28. November und 12. Dezember
Livemusik mit „Roland“

Jeden Mittwoch, ab 18:00 Uhr
Ladies-Day mit weihnachtlicher Überraschung

an allen Wochenenden
weihnachtliche Livemusik

13. Dezember
große Stadtwette

23. Dezember, von 15:00-17:00 Uhr
öffentliches Weihnachtssingen mit „The singing Santa“, danach ab 18:00 Uhr Christmas Party mit „DJ Stefan“

Vom 23.11 bis 29.12. täglich von 11 bis 21 Uhr* geöffnet - außer 25.11. (Totensonntag), 18-21 Uhr, 1.12. (Christkindmarkt) 17-21 Uhr, Heiligabend 11-15 Uhr, 25. & 26.12. geschlossen *Die Gastronomie ist bis 22 Uhr geöffnet



WEIHNACHTSMÄRKTE IN MÖNCHENGLADBACH

WEIHNACHTSMARKT HINDENBURGSTRASSE

Wie in jedem Jahr erwartet die Mönchengladbacher und die Gäste der Region auch 2018 der Weihnachtsmarkt entlang der Hindenburgstraße. Leckereien und Glühweinduft, Verkaufsstände und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm sowie Spiel und Spaß für Jung und Alt werden über einen Monat lang die City in der Weihnachtszeit begleiten. Die gemütliche, kleine Kunststoffeisbahn lädt zum Eisstockschießen ein, das mittlerweile mehr als nur ein Geheimtipp ist. Am 2. Advent findet der diesjährige verkaufsoffene Adventssonntag statt.

Auch für die Kleinen gibt es wieder Allerlei zu entdecken: Ein Weihnachtszimmer, eine Engelswerkstatt sowie eine Weihnachtspost laden zum Bestaunen ein. Zur Freude der Kinder ist auch in diesem Jahr das gemütliche Nikolaushaus wieder dabei, in dem der Nikolaus den Kindern zauberhafte Weihnachtsgeschichten vorliest. Zum Verweilen und Bestaunen lädt die Krippe mit lebensgroßen Figuren ein. Im Fotopoint nebenan können die Besucher im Rentierschlitten oder mit einem lebensgroßen Nikolaus im Arm „Selfies“ von sich machen.



BRUNOS WEIHNACHTSDORF AM ALTEN MARKT

Zum sechsten Mal präsentiert Bruno Dreßen seine prachtvolle Weihnachtswelt mit Glühwein und Feuerzangenbowle, Handwerkskunst, Weihnachtsmusik, Eisbahn und Kindervergnügen am Alten Markt mitten im Herzen der Stadt. Unter dem Motto „Winterzauber & Vorfreude“ öffnet Dreßens Weihnachtsdorf vom 23. November bis 29. Dezember 2018 seine Pforten. Während die Gastronomie in der Regel bis 22 Uhr mit ihren kulinarischen Genüssen einlädt, schließen die Buden des Weihnachtsmarktes eine Stunde früher. Publikumsmagnet für Jung und Alt ist wieder die größte Open-Air-Eisbahn

am Niederrhein mit 30 x 13 Metern. Schlittschuhe können gegen Gebühr ausgeliehen werden.

Öffnungszeiten und Termine:

Am 23.11. um 16 Uhr öffnet das Weihnachtsdorf dieses Jahr seine Pforten. Vom 24.11. - 29.12. ist täglich von 11-21 Uhr (Gastronomie 22 Uhr) geöffnet, mit Ausnahme vom 25.11 (Totensonntag ab 18 Uhr), am 1.12. (Christkindlmarkt ab 17 Uhr) und an Heiligabend (11-15 Uhr). Am 25. und 26.12. ist das Weihnachtsdorf geschlossen.



Premiere
am
1. Dezember



*Otello darf
nicht platzen*
(Lend Me a Tenor)
Die Musical-Komödie
von Peter Sham und Brad Carroll

Jetzt Tickets sichern: 02166/6151-100

www.theater-kr-mg.de



KUNST- UND HANDWERK IM ADVENT AUF SCHLOSS RHEYDT

Der bereits zum 20. Mal stattfindende Markt für Kunsthandwerk im Advent bietet auch in diesem Jahr, am 2. Adventswochenende, dem 08. und 09. Dezember, ein qualitativ hochwertiges Angebot von ausgewählten Ausstellern. Wieder werden etwa 60 Kunsthandwerker aus unterschiedlichsten Sparten ihre Unikate und Erzeugnisse anbieten. Im malerischen Renaissance-Ambiente des Schlosses kommt beim Duft von Glühwein eine ganz besondere Weihnachtsstimmung auf.



Ausgewählt wurden die Teilnehmer durch die kritische, fachkundige Jury im Museum, bestehend u.a. aus den Mitorganisatorinnen des Kunsthandwerkermarktes, die nicht nur die Qualität der Erzeugnisse selbst, sondern auch die Präsentation und die Einzigartigkeit des Angebots in die Auswahl einbezogen. Wichtig war dabei auch das Gesamtbild des Kunsthandwerkermarktes. Die Vielfalt des Angebots ist das angestrebte Ziel. Bewerbungen aus allen Bereichen des Kunsthandwerks wurden bei der diesjährigen Auswahl daher berücksichtigt. Neben Textilien, Keramik, Spielzeug, Schmuck und Wohnaccessoires sind auch Genussmittel wie Marmelade, Honig, Likör, Nougat und andere Delikatessen zu erstehen und genießen. Einige Aussteller lassen sich bei der Herstellung ihrer Waren über die Schulter schauen und beantworten gerne persönlich Fragen zu ihren Produkten.

Genießen Sie bei einem Spaziergang über das Gelände die angebotene Vielfalt. Fast alle Künstler, Kunsthandwerker und Handwerker präsentieren ihre Erzeugnisse in den Museumsräumen in der Vorburg und im Herrenhaus und konkurrieren somit mit den Exponaten der jeweiligen Museumsabteilungen. Dies ermöglicht den Betrachtern und den Ausstellern ungewöhnliche Präsentationen. Der Weg von der Vorburg zum Herrenhaus wird von weiteren wetterunempfindlicheren Gewerken flankiert.



Nach einem Rundgang durch das Schloss und dem Erwerb von außergewöhnlichen kunsthandwerklichen Arbeiten für sich oder als individuelles Weihnachtsgeschenk, lädt der Arkadenhof mit vorweihnachtlichen, gastronomischen Angeboten zum Verweilen in romantischer Atmosphäre ein. Hier gibt es Glühwein und Kinderpunsch sowie Kaffee, Vesperstangen, Bratwurst vom Rost und Crêpes sowie anregende Gespräche mit anderen Marktbesuchern.

Öffnungszeiten: Samstag, 08.12. und Sonntag, 09.12., von 11- 8 Uhr
Der Eintritt beträgt 6,- Euro, ermäßigt 4,- Euro, Kinder bis 6 Jahre frei.

RHEYDTER WEIHNACHTSMARKT

Ein besonderes Highlight des Rheydter Weihnachtsmarktes wird auch in diesem Jahr der Glühweinstand sein, denn er hat eine 2. Etage, von wo aus man einen schönen Blick auf den Marktplatz und natürlich den Weihnachtsmarkt hat. Die Veranstaltungen werden wieder auf dem Brunnen stattfinden. Dazu wird der Brunnen entsprechend „umbaut“. Auch in diesem Jahr wird es ein abwechslungsreiches Programm geben. Zahlreiche Musiker und Entertainer und Konzerte in der Hauptkirche sorgen für ein vorweihnachtliches Feeling und gute Unterhaltung. Die Innenstadt wird durch vorweihnachtliche Beleuchtung geschmückt.

23.11. - 30.12., jeweils ab 11 Uhr.

Geschlossen am: 25.11, 25. und 26.12.

Verkaufsoffener Sonntag: 16.12.

Weihnachtssingen am 20.12. von 18 bis 20 Uhr



Kultur ist cool

THEATERTICKETS IM WEIHNACHTSABO ALS GESCHENK



Redaktion: Susanne Jordans

Was verschenkt man nur in diesem Jahr zu Weihnachten? Eva Ziegelhöfer verrät Tipps des Theaters und der Niederrheinischen Sinfoniker zum Verschenken oder auch, um sich selbst eine Freude zu machen. Die Musikwissenschaftlerin ist am Theater Krefeld Mönchengladbach Konzertdramaturgin, Konzertpädagogin und verantwortet die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit für die Niederrheinischen Sinfoniker.

Monja Heuler Mundharmonika
Gi Michael Grosse Moderator
GMD Mihkel Kütson Dirigent

NEUJAHRSGRÜSSE AUS DER GANZEN WELT
NEUJAHRSKONZERT 2019
mit virtuosem Mundharmonikaspiele
und Werken der Strauß-Dynastie

DIENSTAG, 1. JANUAR 2019
Theater Krefeld 11 Uhr
Theater Mönchengladbach 20 Uhr

NIEDERRHEINISCHE SINFONIKER

KARTENPREISVERLEGEN
Theater Krefeld 0219 809-129
Theater Mönchengladbach 0216 631-810
www.sinfoniker-nr.de

Diego Martin-Etxebarria Dirigent

HELDEN DER LEINWAND
JAMES BOND – CASINO ROYAL
MISSION: IMPOSSIBLE | HERR DER RINGE ...

DONNERSTAG, 21. FEBRUAR 2019
Theater Krefeld

SAMSTAG, 23. FEBRUAR 2019
Theater Mönchengladbach

NIEDERRHEINISCHE SINFONIKER

KARTENPREISVERLEGEN
Theater Krefeld 0219 809-129
Theater Mönchengladbach 0216 631-810
www.sinfoniker-nr.de

Die Weihnachtsabos sind seit vielen Jahren beliebt. Welche Aufführungen sind in diesem Jahr enthalten?

Eva Ziegelhöfer: Neben dem bewährten Theater-Weihnachtsabo mit dem Mix aus Oper, Ballett und Schauspiel gibt es erstmals auch ein Konzert-Weihnachtsabo. Enthalten sind drei verschiedene Konzertarten: ein Sinfoniekonzert, ein Kammerkonzert und ein Chorkonzert. So erhält der Beschenkte einen spannenden, und vielleicht ganz neuen Einblick in die unterschiedlichen Facetten und Klangmöglichkeiten der Niederrheinischen Sinfoniker. Alle Vorstellungen der Weihnachtsabos finden in der ersten Jahreshälfte 2019 statt.



Frau Ziegelhöfer, was empfehlen Sie allen, die noch keine Geschenkideen für Weihnachten haben?

Eva Ziegelhöfer: Der Besuch einer Theater- oder Konzertvorstellung ist immer ein schönes Geschenk. Jetzt zu Weihnachten darf es aber gerne etwas Besonderes sein. Aus Konzertsicht empfehle ich Tickets für unser beliebtes Neujahrskonzert am Neujahrsabend. Unter dem Motto „Neujahrsgrüße aus der ganzen Welt“ hat Generalmusikdirektor Mihkel Kütson einen unterhaltsamen musikalischen Bogen rund um den Erdball gespannt. Als Solistin mit einem ungewöhnlichen Instrument wird die junge Mundharmonikaspielerin Monja Heuler zu erleben sein. Ebenfalls ein außergewöhnliches Geschenk sind Karten für das neue

Sonderkonzert „Helden der Leinwand“ im Februar. Dann werden die Niederrheinischen Sinfoniker zum ersten Mal ein Konzert ausschließlich aus beliebten Filmmusiken spielen. Von „James Bond, Casino Royal“ über „Herr der Ringe“ bis „Mission: Impossible“ ist alles dabei, was es braucht, um das Herz von Cineasten höher schlagen zu lassen. Zur Musik werden die passenden Filmausschnitte gezeigt. Außerdem feilen die Kollegen von der Beleuchtungsabteilung bereits an einem mitreißenden Lichtkonzept, damit an dem Abend Oscar-Stimmung am Niederrhein herrscht.

Auch der neue Theatergastronom Michael Martin lässt sich mit Sicherheit noch die ein oder andere kulinarische Überraschung einfallen.

Wunderbar – verraten Sie uns mehr über die Inhalte?

Das Konzert-Weihnachtsabo enthält als erste Vorstellung das 4. Sinfoniekonzert, das Mitte Februar gespielt wird. Auf dem Programm stehen unter anderem die wunderbar farbigen



Für Konzertdramaturgin Eva Ziegelhöfer ist ein Theaterabo das perfekte Weihnachtsgeschenk.



„Images pour orchestre“ von Claude Debussy und das leider nur selten zu hörende Klavierkonzert Nr. 1 von Felix Mendelssohn Bartholdy. Als Solisten konnte Generalmusikdirektor Mihkel Kütson Herbert Schuch gewinnen, einen der führenden Pianisten seiner Generation. Ihn live auf der Bühne zu hören und zu sehen wird ein besonderes Erlebnis. Als zweite Veranstaltung des Konzert-Weihnachtsabos haben wir das 4. Kammerkonzert mit dem bezeichnenden Titel „Traumgekrönt“ ausgesucht. Es findet im Mai statt und zu hören sind dann Werke für Streichquartett sowie Klarinette mit Streichquartett unter anderem von Robert Schumann. Das dritte Konzert des Konzert-Weihnachtsabos ist im Juni das 2. Chorkonzert mit der schaurig-schönen

Ballade „Die Geisterbraut“ von Antonin Dvořak. Neben den Sinfonikern wirken in dem Konzert Mitglieder des Musiktheaterensembles mit und der Niederrheinische Konzertchor. Als besonderer Clou wird die Handlung der Ballade live von Sandkünstlerin Anne Löper illustriert. So etwas bekommt man nicht allzu oft geboten.

Worauf dürfen wir uns beim Weihnachtsabo aus Oper, Ballett und Schauspiel freuen?

Das Theater-Weihnachtsabo enthält aus der Schauspielsparte Tickets für „Die Räuber“. Dieser berühmte „Klassiker“ von Friedrich Schiller ist in der intensiven Inszenierung von Schauspielregisseur Matthias Gehrt zu sehen. Mit „Nachtvariationen (UA)/Für meine Tochter/Bolero“ hat Ballettdirektor Robert North ebenfalls wieder einen fesselnden Abend kreiert, der im Weihnachtsabo nicht fehlen darf. Eine heitere Note steuert das Musiktheaterensemble mit dem Musical „Otello darf nicht platzen“ bei, inszeniert wird es von Ansgar Weigner. Auch dieses Dreierpaket lässt keine Wünsche offen und gibt einen guten Einblick in die Vielfalt des Spielplans.

Für alle, die nun sofort losstürmen wollen: Wo gibt es die Weihnachtsabos und was kosten sie?

Das Theater-Weihnachtsabo und das Konzert-Weihnachtsabo sind erhältlich zum Preis von je 84 Euro. Es gibt sie ausschließlich an der Theaterkasse. Verpackt sind die Weihnachtsabos übrigens in einer hübschen roten oder schwarzen Faltschachtel mit stimmungsvollem Weihnachtsmotiv.

Weitere Infos zu den Weihnachtsabos an der Theaterkasse, Tel. 02166 6151 100 sowie im Internet: www.theater-kr-mg.de

Rückblick

Vivaldi und Wacholder



Am 29. September fand die erste musikalische Kneipentour der Niederrheinischen Sinfoniker in der Mönchengladbacher Altstadt statt. Beteiligt waren das Graefen + König, die Trattoria Maccheroni, das St. Vith, das Frenzen und das Köntges. In jedem dieser Lokale spielte um 20 Uhr, 21 Uhr und 22 Uhr ein Kammerensemble der Niederrheinischen Sinfoniker ein halbstündiges Musikprogramm. Anschließend hatten die Zuhörer Zeit, in einer der anderen Lokalitäten ein anderes Ensemble zu hören. Dank Unterstützung von Edeka Endt konnte zudem in jeder Lokalität eine besondere Ginspezialität verkostet werden.

Diese andere Art des Altstadtbummels fand sofort guten Zuspruch und die zahlreichen Besucher, die Gastronomen sowie die Niederrheinischen Sinfoniker sind sich einig: Im nächsten Jahr soll es unbedingt eine Wiederholung geben. Weitere Fotos und ein Video des Abends gibt es unter www.niederrheinische-sinfoniker.de



BIS ZENTRUM FÜR OFFENE KULTURARBEIT

Text: Bettina Theißen Fotos: Udo Theuer



v.l. Herbert Krumbain (1. Vorsitzender), Sabine Dreßen-Irskens, Bärbel Lenz (2. Vorsitzende), Regine Meininger (Sprecherin Bereich Theater)

Zur Geschichte des BIS

Die Stadtvillen mit den Hausnummern 97 und 99 der Bismarckstraße, in denen das BIS beheimatet ist, bilden unbestritten ein auffallendes Ensemble in der Häuserzeile am Fuße der Kaiser-Friedrich-Halle. Könnten sie mit uns sprechen, so hätten sie sicherlich viel zu erzählen. Erbaut im Jahre 1896 als Wohnhäuser für wohlhabende Familien der bürgerlichen Oberschicht gingen sie Mitte der 20er Jahre durch Schenkung und Kauf in städtischen Besitz über. Wie testamentarisch verfügt, wurde das Haus Nummer 97 zunächst als Museum für den älteren Kunstbesitz der Stadt genutzt. Durch politische Umwälzungen und die Zerstörung von Verwaltungsgebäuden in Kriegzeiten beherbergten die Gebäude aber auch nachfolgend den damaligen Oberbürgermeister, das Stadtarchiv, die Stadtbibliothek, das Einwohnermelde- und Standesamt, die Polizeizentrale, die Volkshochschule und nicht zu vergessen, den Vorläufer des heutigen Museums am Abteiberg. Erst nach Ratsbeschluss und dem Abschluss erforderlicher Umbauarbeiten im Jahr 1988 standen die Türen für die heutige Nutzungsform offen. Für ein Zentrum der offenen Kulturarbeit. Für das BIS!

Zur Programmvietfalt



Drei Freundinnen in den besten „Wechsel“-Jahren in der Komödie „Hitzeperiode“.

Offenheit und insbesondere Vielfalt spiegeln sich auch im stets attraktiven Programm wieder. Der gemeinnützige Trägerverein plant, organisiert und führt Veranstaltungen in allen Kultursparten durch. Dazu zählen Ausstellung, Film, Literatur, Musik, Tanz und natürlich Theater. Gerade in diesem Bereich ist der Verein besonders stolz auf seine erste Eigenproduktion: Drei Freundinnen in den besten Jahren haben sich mit der Wechseljahrs-Komödie „**Hitzeperiode**“ seit der Premiere 2016 in die Herzen des Publikums gespielt. Umrahmt von Sektempfang und 3-Gänge-Menü darf auch im kommenden Veranstaltungsjahr wieder an den Schweißausbrüchen und Figurschwankungen der drei Damen Anteil genommen werden. Den Zuschauern und anderen Interessierten, die sich selbst berufen fühlen, bietet Darstellerin und Regisseurin Susa Weber zudem die Möglichkeit, ihr schauspielerisches Talent in dem 12-wöchigen Theaterworkshop „Auf die Bühne, fertig, los!“ zu entdecken.

Workshops gehören zum festen Angebot im BIS. Neben musikalischen und kreativen Kursen finden im schönen Ambiente des Ballettsaals auch Bewegungsangebote wie Hatha Yoga, Tango Argentino und Lindy Hop (ein dynamischer Swingtanz der 30er und 40er Jahre) statt. Verschiedene Spielarten und Einflüsse finden sich auch im musikalisch überraschenden Programm des BIS wieder. Vom klassischen Serenadenkonzert, über die beliebten Jazz Visions, bis hin zu Chansons von Jaques Brel in hinreißend, komödiantischer Übersetzung. Mit jedem Veranstaltungsjahr bietet sich den Zuhörern die Chance auf eine musikalische Reise zu gehen, durch Stile, Epochen und Länder. Ebenso „handverlesen“ ist das Filmangebot des Hauses. Fernab vom Mainstream sehen Kinofans Filme unterschiedlichster Genres, die zum Perspektivwechsel und Blick über den Tellerrand anregen oder einfach unter die Haut gehen.

Auch die jüngeren Besucher kommen regelmäßig auf Ihre Kosten. Mit hochkarätigem Kinder- und Jugendtheater werden für die verschiedenen Altersgruppen jeden Monat Musik- und Tanztheater aber auch Gauner- und Mutmach-Geschichten auf die Bühne gezaubert. Bereits zum 21. Mal war das BIS auch in diesem Herbst Gastgeber für das jährliche Kinder- und Jugendtheaterfestival Spielarten.

Schon wieder Weihnachten?

Wer das Besondere liebt, ist im BIS am richtigen Ort. Dies bestätigt nicht nur der Blick in die gleichnamige Rubrik im Programmheft mit dem erfolgreich eingeführten Klamottentausch, sondern auch Highlights wie der zweite Besuch von TV-Darsteller **Roland Jankowsky**, auch bekannt als etwas spezieller Kommissar Overbeck aus der ZDF-Reihe „Wilsberg“. In seiner Lesung pflastern weniger Fettnäpfchen, sondern vermehrt Leichen seinen Weg. Mit schrägen Kurz-Krimis im Gepäck überzeugt er seine Zuhörer durch Situationskomik und überraschende Wendungen. Gänsehaut pur bieten jedes Jahr auch die Mönchengladbacher Krimitage.



Sektempfang und 3-Gänge-Dinner zur Komödie „Hitzeperiode“

Wer diese und weitere vielversprechende Gelegenheiten nicht verpassen möchte, kann über die freundliche Verwaltung zu den neuen Bürozeiten (Dienstag, Mittwoch und Freitag von 10 bis 12 Uhr sowie Donnerstag von 16 bis 20 Uhr) Eintrittskarten oder Gutscheine für die geglückte Überraschung unter dem Weihnachtsbaum erwerben. Ansprechpartnerin ist hier Sabine Dreßen-Irskens.

Zu allen Veranstaltungen ist auch das Café Bisquit geöffnet, um sich in geselliger Atmosphäre und mit einem kühlen oder heißen Getränk auf den Abend einzustimmen. Traditionsgemäß findet hier auch an mindestens einem Sonntag im Monat das beliebte Kulturfrühstück statt, um bei einem reichhaltigen Frühstücksbuffet musikalische, literarische und kabarettistische Häppchen zu genießen. Zu den „Stammkunden“ im Café zählt auch der Literaturtreff „LesArten“ der den Schreibkreativen unter uns jeden dritten Mittwochabend die Chance gibt, selbstverfasste Texte einem aufmerksamen Zuhörerkreis zu präsentieren. Neu im Programm ist das PhiloCafé. Wer den Themen des aktuellen Zeitgeschehens systematisch aber vorbehaltlos auf den Grund gehen möchte, darf ab Januar gerne mitdiskutieren.

Für einen reibungslosen und gelungenen Ablauf sorgen Tag täglich viele engagierte und bereitwillige Ehrenamtler, die dem Kulturzentrum teils jahrelang mit Herzblut verbunden sind. Unter der Leitung der Vereinsvorsitzenden Herbert Krumbein und Bärbel Lenz laufen viele Rädchen ineinander, um den Menschen der Region ein attraktives und bunt gesprenkeltes Kulturangebot zu bieten, dass zu aufgeschlossener und produktiver Kulturarbeit anregt. Wer also Lust und insbesondere Zeit hat, das BIS als seine alte oder neue Liebe zu unterstützen, findet hier Gehör und Aufgaben. **Weitere Programmhinweise finden Sie unter www.bis.zentrum.info/programm. Sie haben auch die Möglichkeit, die Räume des BIS bei frühzeitiger Reservierung zu mieten.**

Kontakt:

Telefon: 02161.181300, Bürozeiten außerhalb der Schulferien: Dienstag, Mittwoch, Freitag 10-12 Uhr und Donnerstag 16-20 Uhr.



TV-Darsteller Roland Jankowsky besucht im Januar zum 2. Mal das BIS

PHILIPP WEISS
AM WELTENRAND SITZEN DIE MENSCHEN UND LACHEN



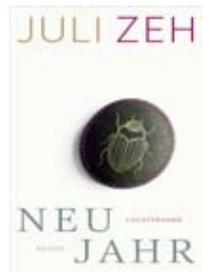
Fünf jeweils in sich geschlossene Erzählungen, werfen die Frage auf, ob es dem Autor gelingt, die individuellen Schicksale historisch

und literarisch zu einem narrativen Kosmos zusammen zu fügen. Die Themen sind aktuell und brisant: Wie geht der Mensch des Anthropozäns mit der Natur, mit Katastrophen, wie geht er mit sich selbst und den Anderen, deren Denkweisen, Kulturen und Religionen um? Weiss verbindet die scheinbar entlegensten individuellen Schicksale seiner Protagonisten auf erzählerisch mitreißende Weise und lässt uns an dieser Odyssee, die unsere Welt und deren auf- und Niedergänge ausleuchtet, auf literarisch kunstvolle Weise teilhaben.

Suhrkamp Verlag, 48 €
ISBN: 978-3-518-42817-7

Empfohlen von **Buchhandlung Wackes**
Hindenburgstr. 189, 41061 MG
www.wackes-buch.de

JULI ZEH
NEUJAHR



Lanzarote, Neujahrsmorgen: Henning sitzt auf dem Fahrrad und will den Steilanstieg nach Femés bezwingen. Er will sich den Frust von der Seele strampeln, denn obwohl er erfolgreich im Beruf und glücklich in einem Familienmodell ist, bei dem sich beide Partner gleichberechtigt um die Kinder kümmern, leidet er unter Panikattacken und Überforderung. Als er völlig erschöpft auf dem Pass ankommt, trifft ihn die Erinnerung, dass er als Kind schon einmal dort war. Als seine verdrängten Erinnerungen auf ihn einströmen, begreift er, dass die Geschehnisse von damals bis heute sein Leben beeinflussen. Juli Zeh portraitiert in diesem spannenden Psychogramm einer Familie in ihrer direkten, auch humorvollen Art wieder unvergleichlich die Befindlichkeiten der modernen Gesellschaft.

und literarisch zu einem narrativen Kosmos zusammen zu fügen. Die Themen sind aktuell und brisant: Wie geht der Mensch des Anthropozäns mit der Natur, mit Katastrophen, wie geht er mit sich selbst und den Anderen, deren Denkweisen, Kulturen und Religionen um? Weiss verbindet die scheinbar entlegensten individuellen Schicksale seiner Protagonisten auf erzählerisch mitreißende Weise und lässt uns an dieser Odyssee, die unsere Welt und deren auf- und Niedergänge ausleuchtet, auf literarisch kunstvolle Weise teilhaben.

Luchterhand, 20 €
ISBN: 978-3-630-87572-9

Empfohlen von **Buchhandlung Degenhardt**
Friedrichstr. 14, 41061 MG
www.buchhandlung-degenhardt.de

JÖRG KRONAUER
MEINST DU, DIE RUSSEN WOLLEN KRIEG?



Ein interessantes, aufklärerisches Buch. Jörg Kronauer, freier Journalist und Redakteur des Nachrichtenportals german-foreign-

policy.com, untersucht in seinem neuen Buch das Verhältnis des Westens zu Russland. Dabei setzt er vier Schwerpunkte: Die deutsche Russlandpolitik (mit ihren Wurzeln im 19. Jh.), die amerikanische Russlandpolitik (seit Anfang des 20. Jh.), die russische Westpolitik und schließlich die Entwicklung seit den 90er Jahren bis in die Gegenwart. Seine hintergründigen Recherchen liefern ausreichend Material, die offiziellen Verlautbarungen deutscher Außenpolitik, z.B. zum Thema Krim, zumindest in Frage zu stellen. **Der Autor ist am Mittwoch, 05.12.2018 um 19.00 Uhr zu Gast im prolibri Buchladen, Schillerstrasse.**

Papyrossa, 14,90 €
ISBN: 978-3-89438-650-4

Empfohlen von **Prolibri**
Schillerstr. 22, 41061 MG,
Zur Burgmühle 20, 41199 MG-Odenkirchen
www.prolibri-buchladen.de

STEFANIE REICH
DIE KLEINEN LEUTE VON SWABEDOO



Vor langer Zeit leben in einem Dorf kleine Leute, die Swabedoodahs. Sie sind glücklich und sie haben eine Tradition: Das Schenken

von kleinen warmen weichen Pelzen. Damit zeigen sich die Swabedoodahs, wie gern sie einander haben. Immer wenn sie sich begegnen, tauschen sie warme weiche Pelzchen miteinander. Außerhalb des Dorfes lebt ein grüner Kobold, der die Tradition des Pelze Tauschens für Unsinn hält. Deshalb streut er eines Tages Misstrauen unter die Dorfbewohner. Die kleinen Leute von Swabedoo erzählt eine wunderschöne Geschichte von Gemeinschaft und vom Geben und Nehmen. Der Verfasser ist unbekannt, die Illustrationen von Stefanie Reich in der Neuauflage von 2018 sind liebevoll und warmherzig.

Kerle Verlag, 15 €
ISBN: 978-3-451-71400-9

Empfohlen vom **Antiquariat am St. Vith**
Rathausstr. 10, 41061 MG
www.antiquariat-am-stvith.de

Fotos: © Verlage

GAMES



CONTROL

Jesse Faden, die neue Direktorin von Control ist auf der Suche nach Antworten. Die Welt von Control hat ihre eigene Geschichte, genau wie die der Verbündeten, denen Jesse Faden auf ihrem Weg begegnet. Das Spiel ist gespickt mit Nebenquests und Geheimnissen, für deren Lösung Jesse mit anderen Agenten zusammenarbeiten und kryptische Codes entschlüsseln muss. Dabei deckt sie mehr und mehr seltsame Experimente der Agentur Control.

Als Spieler erkundet man bei Control verschiedenste Umgebungen mit einer sich stetig ver-

ändernden Architektur in der unberechenbaren Spielwelt eines New Yorker Gebäudes. Man definiert seinen Spielstil durch den Einsatz übernatürlicher Fähigkeiten und technische Upgrades und Anpassungen seiner Ausrüstung. Dynamische Zerstörungen der Umgebung, das Lösen komplexer Rituale und viele weitere spannende Features sorgen dafür, dass keine Langeweile aufkommt.

Control (USK ab 16) von 505 Games
Erhältlich ab 31. Dezember 2018 für
PS 4, Xbox One (59,99€)

Foto: © 505Games

JEFF KINNEY
GREGS TAGEBUCH 13 – EISKALT ERWISCHT!



Hey kids, ich bin wieder da! Wer? Na ich, Greg Heffley. Der mit den abgefahrenen Alltagsabenteuern. Und Tschüss! war gestern,

heute präsentiere ich euch meine cool-krassen Winterabenteuer. Voll verschneit und echt mega. Die Geschichte vom unheimlichen Ziegenmann, die größte Schneeballschlacht aller Zeiten und warum es mich am Ende wohl Eiskalt erwischt! Und für die teens: Ihr könnt mich ja auf Englisch lesen. The Meltdown ist sowieso der geilere Titel & ihr könnt euren Wortschatz pimpen. Also: Checkt das aus - mit Santa Claus!

Aus dem Englischen von Dietmar Schmidt
 Mit Comics vom Autor
 Ab 10 Jahre

Baumhaus Verlag, 14,99 €
 ISBN: 978-3-8339-3659-3

Empfohlen von **ProLibri**
 Schillerstr. 22, 41061 MG,
 Zur Burgmühle 20, 41199 MG-Odenkirchen
www.prolibri-buchladen.de

Mary Poppins Rückkehr



Fotos: © Warner Bros. Pictures

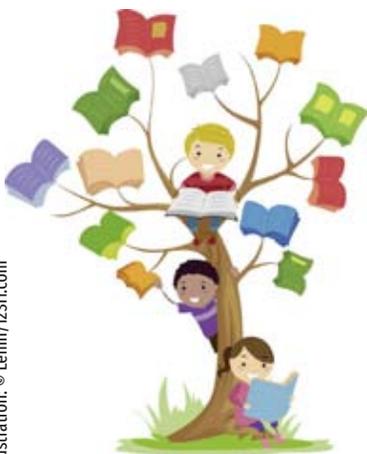
London in den 1930er Jahren, mitten in der Wirtschaftskrise: Michael Banks (Ben Whishaw) ist inzwischen erwachsen geworden und arbeitet für die Bank, bei der auch schon sein Vater angestellt war. Er lebt noch immer in der Cherry Tree Lane 17 mit seinen mittlerweile drei Kindern – Annabel (Pixie Davies), Georgie (Joel Dawson) und John (Nathanael Saleh) und der Haushälterin Ellen (Julie Walters). Seine Schwester Jane Banks (Emily Mortimer) tritt in die Fußstapfen ihrer Mutter und setzt sich für die Rechte der Arbeiter ein. Zusätzlich hilft sie Michaels Familie wo sie kann. Als sie einen persönlichen Verlust erleiden, tritt Mary Poppins (Emily Blunt) auf magische Weise wieder in das Leben der Familie Banks und mit Hilfe ihres Freundes Jack (Lin-Manuel Miranda) kann sie die Freude und das Staunen zurück in ihr Zuhause bringen.

ab 20. Dezember im Kino



Trailer:
<https://youtu.be/dXUb--HL5Fw>

TICKETS UNTER WWW.COMET-CINE-CENTER.DE





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

IHR TEAM FÜR ANSPRUCHSVOLLES WOHNEN



Foto: Halfmann

In der Vielfalt der Wohnstile steht das Sichwohl-
fühlen in den eigenen vier Wänden an vorders-
ter Stelle. Was auch immer der Kunde begehrt,
wird durch unsere Meister und unser Fachper-
sonal kompetent und detailverliebt ausgeführt.
Mit der fast grenzenlosen Vielfalt von Gardinen,
Dekorations- und Polsterstoffen, Teppichen oder
innenliegendem Sonnenschutz verwirklichen wir
eine Raumausstattung, die unverwechselbar ist.

In unserer Polsterei werden Ihre in die Jahre ge-
kommenen Lieblingsstücke wieder zum „Hing-
ucker“. Nach eingehender Beratung vor Ort erhal-
ten Sie von uns ein kostenloses Angebot. Erteilen
Sie uns den Auftrag, beginnt die Fertigung in
unseren eigenen Ateliers. Auch später sind wir
selbstverständlich für Sie da. Auf Ihren Wunsch
übernehmen wir auch die Reinigung der von uns
gelieferten Gardinen und Dekorationen.

Halfmann, Erzberger Str. 132-134 | 41061 Mönchengladbach Tel.: 02161/ 4 40 33, www.halfmann-mg.de

Kleine
und große
Geschenkideen!



2000m²
Showroom
INDOOR + OUTDOOR

Entdecken Sie die wohl außerge-
wöhnlichste Ausstellung exklusiver
Möbel und Wohnaccessoires am
Niederrhein!

www.tingo-living.com

TINGO LIVING® - Höhenhöfe 6, 47918 Tönisvorst. Eine Marke der fleur ami® GmbH.
Mo-Fr, 8-18 Uhr, Sa, 10-16 Uhr. Jeden 2. und 4. Sonntag im Monat von 12-16 Uhr

TINGO
LIVING®
Wohnen, nur schöner!

STILVOLL EINRICHTEN MIT TINGO LIVING



Foto: Tingo Living

Zuhause wird es jetzt wieder richtig gemütlich: Windlichter und Kerzen,
wunderschöne Vasen und handgefertigte Körbe bereichern die Dekoration
und sorgen für die richtige Stimmung in der Weihnachts- und Winterzeit. Vie-
le hübsche Geschenkideen und spannende Inspirationen für Ihr Zuhause -
mit stilvollen Wohnaccessoires, gemütlichen Sofas und vielen weiteren, ganz
besonderen Möbelstücken - finden Sie im TINGO LIVING Showroom in
Tönisvorst. Mehr Infos unter www.tingo-living.com

TINGO LIVING® - Höhenhöfe 6, 47918 Tönisvorst, www.tingo-living.com

Mönchengladbach

EINZIGARTIG WOHNEN IN BESTER CITYLAGE

NEUHOF QUARTIER
IN GLÜCKLICHER NACHBARSCHAFT CITY UND BUNTER GARTEN



DORNIEDEN baut seinen Kunden ein einzigartiges Zuhause. Das gilt insbesondere für Projekte, die der Projektentwickler in seiner Heimatstadt baut. Im aufstrebenden Mönchengladbacher Stadtteil Eicken werden derzeit zehn Mehrfamilienhäuser mit Wohnungsgrößen von 52 bis 146 Quadratmetern errichtet. Das Neuhof-Quartier schafft hochwertigen Wohnraum für Eigennutzer, die beispielsweise für das Alter vorsorgen wollen, oder gibt Anlegern eine einmalige Chance auf ein lohnendes Investment. Zu den Ausstattungshighlights gehören elegante Echtholzparkettböden, stilvolle Sanitäranlagen, Fußbodenheizungen und elektrische Rollläden.

Parkplatzprobleme gibt es nicht: Die Häuser sind barrierefrei direkt mit einer Tiefgarage verbunden und sorgen für einen bequemen Zugang in die eigene Wohnung. Bodentiefe Fenster und große Fenstertüren sorgen für einen hellen, lichtdurchfluteten Wohnbereich. Auf dem Balkon, der Loggia oder im eigenen Garten kann frische Luft und Sonne getankt werden. Eine nachhaltige Bauweise versteht sich von selbst: Die Gebäude werden als KfW-Effizienzhaus 55 errichtet. Eine individuelle Wohnberatung sorgt für einzigartige Wohnerlebnisse. Schon während der Bauphase kann auf die Gestaltung der Wohnung Einfluss genommen werden. Die Wohnungen sind übrigens jetzt schon virtuell erlebbar. Bei einer 3D-Begehung am Computer können Grundrisse verändert, Parkettböden ausgetauscht oder Badezimmer unterschiedlich gefliest werden.

Mehr Infos unter www.neuhof-quartier.de

Korschenbroich

WOHNEN IM GRÜNEN „AN DER NIERS-AUE“

WOHNEN AN DER NIERS-AUE
URBAN | GRÜN | KORSCHENBROICH

An der Niers-Aue entsteht ein neuer Ortsteil, ganz nah am Zentrum, der die Vorteile von städtischer Nähe mit Wohnen im Grünen verbindet. Angeboten werden Zwei- bis Vier-Zimmer-Wohnungen mit Wohnungsgrößen von 60 bis 115 Quadratmetern. Fünf drei- und viergeschossige Mehrfamilienhäuser fügen sich als eigenständiges Quartier in die Umgebung ein. Oberhalb der verlinkerten Erdgeschosszone sind die Putzfassaden der Obergeschosse mit verschiedenen Farbnuancen und Gliederungselementen versehen. Eindrucksvolle Dachterrassen auf den Zwischengebäuden bieten einen freien Blick auf die grüne Umgebung. Raumwirkung und Licht schaffen ein Gefühl von Weitläufigkeit. Individuelle Ausstattungsmöglichkeiten bieten mit unterschiedlichen Grundrissvarianten viel Freiraum. Elegante und praktische Ausstattungsdetails wie ebenerdig geflieste Duschen, Fußbodenheizung und elektrische Rollläden an allen Fenstern sowie ein stufenloser Zugang sorgen für viel Komfort. Die Gebäude sind mit einer Tiefgarage verbunden. Die Wärmeversorgung erfolgt über ein Blockheizkraftwerk. Auf zwei Angeboten können sich die neuen Bewohner besonders freuen: eine E-Bike-Station



mit fünf E-Bikes und eine digitale Paket-Station, die im Amazon-Zeitalter einen bequemen Versand oder Empfang von Paketsendungen ermöglicht.

Mehr Infos unter www.dornieden.com



Kontakt

Ihre Ansprechpartnerin für beide Projekte:

Monique Rüdiger

Tel.: 02161 . 930 94 0, E-Mail: ruediger@dornieden.com

dornieden.com



Immobilien verkaufen ist einfach.



sparkasse-mg.de/immobilien

Mit den Immobilienprofis der Stadtparkasse.

Jetzt Beratungstermin vereinbaren:
02161-279-33 25

 Immobilienvermittlung
Stadtparkasse
Mönchengladbach



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

VOLKSINITIATIVE „STRASSENBAUBEITRAG ABSCHAFFEN“

Drei Wochen läuft die Volksinitiative „Straßenbaubeitrag abschaffen“ - und schon haben der Bund der Steuerzahler NRW und seine 4.000 Helfer fast die Hälfte der nötigen Unterschriften beisammen. 30.000 Bürger haben bislang für die Volksinitiative unterschrieben.

30.000 Unterschriften in nur drei Wochen – so sieht die Zwischenbilanz für die Volksinitiative „Straßenbaubeitrag abschaffen“ am heutigen Freitag, 24. November 2018, aus. Damit haben der Bund der Steuerzahler (BdSt) NRW und seine mittlerweile 4.000 Unterstützer die Zahl der Unterschriften in einer Woche verdoppelt.

Der ungebrochene Ansturm auf die Kampagnenstände des BdSt NRW und die Unterschriftenlisten, die täglich zu hunderten in der Geschäftsstelle in Düsseldorf eintreffen, zeigen deutlich, wie wichtig den Bürgern die Abschaffung des Straßenbaubeitrags ist. „Das Konzept

der Regierungsfractionen CDU und FDP mit Bürgerbeteiligung, Wahlfreiheit der Kommunen und Ratenzahlung zu marktüblichen Zinsen ist an Ideenlosigkeit nicht zu überbieten“, erklärt BdSt-Vorsitzender Heinz Wirz. „Die Bürger wollen nachhaltig von den Kosten für die Straßensanierung entlastet werden. Und sie haben damit völlig Recht. Die Wohnkosten sind in NRW auch ohne den Straßenbaubeitrag mehr als hoch genug.“

Der Bund der Steuerzahler NRW und seine Unterstützer sammeln mit ungebremsstem Elan weiter Unterschriften. „Offensichtlich kann nur die schiere Masse der Bürger der Politik begreiflich machen, was die Stunde geschlagen hat“, sagt Wirz.

Weitere Informationen zur Volksinitiative „Straßenbaubeitrag abschaffen“ unter www.steuerzahler-nrw.de.

ATTRAKTIVE BÜRO / WOHN-EINHEITEN IN RHEINISCHEM VIERKANTHOF IN REIZVOLLER LAGE



Wohn-/Nutzfläche: ca. 390 m² zzgl. Keller / Spitzboden Sonstiges: 8 Stellplätze, 1 Carport
Kaufpreis: 850.000,- Euro zzgl. 3,57% Käufercourtage inkl. MwSt.

Wir bieten Ihnen fünf Einheiten mit rund 390m² Wohn/Nutzfläche zzgl. Keller und Lagerfläche im Spitzboden, in dem denkmalgeschützten, restaurierten Vierkanthof zum Kauf an. Alle Einheiten befinden sich in einem „Flügel“ und verfügen über eine hochwertige, zeitgemäße Ausstattung. Sowohl eine Eigennutzung, wie auch die Vermietung ist möglich. 8 Stellplätze und ein Carport gehören zu dem Objekt. Erfragen Sie die Details, wir beraten Sie gerne!

Kein Energieausweis vorliegend da Denkmalschutzobjekt



Obrock Immobilien- u. Finanzvermittlung GmbH | Viersener Str. 48 | 41061 MG | Tel.: 02161 / 247590 | info@obrock.de
www.obrock.de



Unser Angebot ist Ihre Lösung

Privaten Grundstückseigentümern und Gewerbe- und Industriekunden bieten wir im **Service-Paket:**

- **Winterdienst** rund um die Uhr
- **Gehwegreinigung** wöchentlich
- **Straßenreinigung** wöchentlich
- **Geländereinigung** nach Absprache

Wir beraten Sie umfassend und individuell. Gern auch vor Ort.
Rufen Sie uns an:
☎ 02161/49100

mags
GEM

Reifen · Räder · Autotechnik

Stroppel

ANGEBOT DEZEMBER

ZEETEX 205/55 R 16 91H

Unsere Hausmarke **ZEETEX** **49,€**

Stroppel Reifen GmbH
Waldnieler Straße 245 • 41068 Mönchengladbach
Tel.: 02161/8306630 • www.stroppel-mg.de

Besuchen Sie uns auf [facebook.com/stroppelmg](https://www.facebook.com/stroppelmg)

...da blüh' ich auf!

Gartencenter Pötschke

Büttgener Str. 50 | 47877 Willich | Tel.: 02154.95570
www.poetschke-gc.de

NEU
Unser „Gourmet Berner Shop“ im Weihnachtsmarkt



Der Weihnachtsmarkt ist eröffnet!
Besuchen Sie unsere Adventsausstellung.

Unsere Öffnungszeiten im Dezember

Gartencenter Mo. - Fr. 09.00 - 18.30 Uhr | Sa. 09.00 - 16.00 Uhr | So. 11.00 - 13.00 Uhr
Café Mo. - Fr. 10.30 - 15.30 Uhr | Sa. 10.30 - 15.30 Uhr | So. 11.30 - 12.30 Uhr



Tierische Teammitglieder: Die Hunde Sam (oben) und Paula (unten) leisten im RehaVerein wichtige Arbeit, wenn es um den Zugang zu Klienten und den Beziehungsaufbau geht.

TIERE FÜR DIE SEELE

Der RehaVerein in Mönchengladbach arbeitet mit Menschen, die eine psychische Erkrankung haben und sorgt dafür, dass sich diese Menschen wieder in den Alltag und in ihr Umfeld integrieren können. Seit 2017 gehören auch die Hunde Sam und Paula zum Team und leisten wichtige Arbeit in Punkto Zugang zu den Klienten und Beziehungsaufbau.

„Ein Tier in Begleitung kann ein wichtiger Brückenbauer sein für ein Gespräch oder ein Anlass zu sagen, komm wir gehen mit Paula mal eine kleine Runde spazieren. Unsere Klienten reagieren sehr positiv auf Paula“, erzählt Alex Bikowski. Seit rund einem Jahr ist die Altdeutsche Schäferhündin Paula an ihrer Seite und sucht mit ihr die Klienten auf.

Paulas Markenzeichen ist ihr Stofftier, ein Fuchs: „Damit begrüßt sie die Menschen. Das strahlt schon eine große Ruhe aus. Außerdem soll sie damit lernen Arbeit von zu Hause zu trennen. Bekommt sie den Fuchs, geht es zur Arbeit, wenn ich ihn ihr wieder abnehme, ist Feierabend.“ erklärt Alex Bikowski.

Ein Klient des RehaVereins, Pascal Degens, freut sich jedes Mal, wenn er Paula sieht. Freudig begrüßen sich die beiden und der junge Mann, der zunächst noch ein wenig angespannt wirkt, entspannt sich zusehends, während er durch das schwarzbraune Fell der Hündin streichelt. Er lächelt und nimmt auch während des Gesprächs immer wieder Kontakt zu Paula auf. „Es beruhigt mich schon, wenn sie da ist.“ sagt er. Diese Erfahrung macht auch Birthe Wernery. Sie arbeitet auf der Dahlemer Straße als Projektkoordinatorin des KipE Projektes (Hilfen für Kinder psychisch erkrankter Eltern). Ziel des Projektes ist es, Familien, in denen ein Elternteil psychisch erkrankt ist, in dieser besonderen Situation zu unterstützen. Das geschieht durch Einzelgespräche mit den Kindern und Jugendlichen oder durch Gespräche mit der ganzen Familie sowie durch Präventionsarbeit zum Beispiel in Schulen. Das The-



Alex Bikowski (RehaVerein) mit Pascal Degens und Paula

ma psychische Erkrankung soll Kindgerecht aufbereitet werden. Labradorrüde Sam begleitet Birthe Wernery seit er 11 Wochen alt ist bei ihrer Arbeit und hat schnell die Herzen der Kollegen aber auch der Klienten gewonnen. „Er ist auf jeden Fall ein Türöffner bei diesen oft nicht einfachen und emotionalen Gesprächen. Er ist auch ein gutes Argument für die Kinder und Jugendlichen, dass sie zum nächsten Termin auch wiederkommen.“, sagt sie. Sam sorgt mit seiner gemühtlichen Art für eine lockere Atmosphäre

und bringt einen zum Schmunzeln, wenn er im Schlaf Geräusche von sich gibt oder einfach nur entspannt auf seiner Decke im Raum liegt. Sam und Paula sorgen aber auch für neues Selbstbewusstsein bei den Klienten, wenn sie auf ihr Kommando Sitz machen, Pfötchen geben oder ruhig an der Leine laufen.

Bevor Paula und ihr Kollege Sam ihren „Dienst“ antreten konnten, mussten einige Vorbereitungen getroffen werden. Alex Bikowski und ihre Kollegin machten eine Fortbildung zur Fachkraft für Tiergestützte Beratung und auch Paula und Sam mussten in die Hundeschule. „Dort haben wir gelernt, ein Team zu werden.“, sagt Alex Bikowski. „Die Hundeschule in Wildenrath hat eigens für uns einen Workshop entwickelt und uns einen Tag lang bei der Arbeit begleitet um zu sehen, wie wir mit den Hunden arbeiten. Sie stehen uns immer noch für Fragen zur Verfügung.“, ergänzt Birthe Wernery. Die Entscheidung mit Tieren zu arbeiten, fällten die beiden zusammen mit dem Vorstand des RehaVereins. Dann ging die Suche nach einem geeigneten Hund los. Beide Hunde mussten ein ruhiges Wesen haben, mit Kindern und Erwachsenen klarkommen und neugierig und lernfähig sein. Bei Züchtern wurden die Mitarbeiterinnen schließlich fündig. Seither haben die Hunde das Leben ihrer beiden menschlichen Kollegen verändert. „Die Arbeit ist schon etwas herausfordernder geworden. Man muss jetzt für beide mitdenken. Aber ich wollte schon immer etwas mit Tieren machen.“, sagt Alex Bikowski. „Die Arbeit ist vielfältiger geworden. Die Kinder kommen tatsächlich häufiger. Man muss aber auch mehr Zeit einplanen, da man dafür sorgen muss, dass der Hund vor und nach der Arbeit seinen Ausgleich zum kognitiven Arbeiten bekommt.“, sagt Birthe Wernery. Das ständige Einstellen auf neue Situationen und neue Menschen, verlangt den beiden Hunden einiges ab. Daher ist es wichtig, dass sie sich austoben können und auch zwischendurch Möglichkeiten zum Rückzug haben. „Sam liegt dann meistens unter meinem Tisch“, erzählt Birthe Wernery. Paula bevorzugt ihre Kuscheldecke im hinteren Bereich des Büros. So sind Sam und Paula wieder fit für den nächsten Einsatz.



Verein für die Rehabilitation psychisch Kranker e.V., Thüringer Str. 12, 41063 Mönchengladbach, Tel.: 02161.69777-0
www.rehaverein-mg.de

HINDENBURGER

GASTROGUIDE

MÖNCHENGLADBACH



Adressen für Frühstück, Mittagstisch, Abendessen, Ausgehen und mehr...

Immer, wenn wieder ein Jahr zu Ende geht, schaue ich zurück auf die vergangenen 12 Monate und überlege, was sich in der Stadt so alles verändert hat. Natürlich auch mit einem speziellen Blick auf die Gastronomielandschaft. Daran kann man ja auch immer die Entwicklung einer Stadt an sich ganz gut einordnen. Wenn ich mir so die allgemeine Aufbruchsstimmung in Mönchengladbach und die ganzen kommunizierten Stadtentwicklungsprojekte ansehe, dazu vom großen Investoreninteresse am Standort etc. p.p., dann sollte sich das eigentlich auch im Gastrosegment zeigen. Zumindest ist das in anderen Städten so. Ist eine Stadt spannend, kommen auch die Gastroideen und -investoren. Leider scheint das bei uns mal wieder anders zu sein - wie so oft.

Es ist nicht so, dass ich grundsätzlich mit dem gastronomischen Angebot in Mönchengladbach unzufrieden bin. Wir haben hier, wie in allem anderen Städten auch, Highlights, Standards und Reinfälle, aber irgendwie sind es immer die Selben. Hier und da gibt es mal Neueröffnungen oder Betreiberwechsel aber das gastronomische Aha- oder Wow-Erlebnis bleibt irgendwie aus.

In anderen Städten - vor allem solchen mit einer Hochschule - schießen vor allem kleine, coole Gastronomiebetriebe wie Pilze aus dem Boden, gerne auch mal als temporäre Pop-Up Angebote, aber auch hier - Fehlanzeige in Mönchengladbach. Innovative und angesagte Gastroketten oder -franchises scheinen auch einen großen Bogen um uns zu machen. Woran liegt das? Flächen wären sicher ausreichend vorhanden. Gibt es hier für derartige Unternehmen tatsächlich kein Potential, erkennen sie es nicht oder sagt man es ihnen nicht offensiv genug?

Eine spannende und abwechslungsreiche Gastroszene ist eine Bereicherung für jede Stadt. Stellen Sie sich doch einfach mal ein paar coole, neue Gastroangebote auf der Hindenburgstraße, dem Alten Markt oder der Hauptstraße in Rheydt vor. Neue Cafés, Salat- und Suppenbars, lecker Sandwiches oder Pastramis, was vegetarisches... es gibt mittlerweile so viele spannende Konzepte. Meinen Sie nicht, Sie würden dann öfter und lieber in die Stadt gehen? Und Frequenz zieht neue Handelsinvestoren an. Ein sich positiv entwickelndes Gesamtbild mit lebendigen Innenstädten, einer wiederbelebten Oberstadt und dann irgendwann vielleicht auch wieder einer wirklich immer gut besuchten Altstadt.

Apropos Altstadt... ich kann es nicht oft genug betonen - es ist deutlich besser geworden und der leider nicht so gute Ruf unserer „Partymeile“ ist schon länger nicht mehr gerechtfertigt. Aussagen wie „da ist nix los“, „da gibts nichts mehr für unser Alter (40+)“ oder „da ist es gefährlich und dreckig“ sind Altlasten aus vergangenen Jahren. Die Gastronomen der Altstadt tun sehr viel dafür, dass es dort wieder gastlich und interessant ist. Es gibt neue Läden, neue coole Partyreihen, mehr Sicherheit und zuletzt haben die Aktiven große Teile der Altstadt in Eigenregie gestrichen. Kameraüberwachung und eine verstärkte Präsenz der Ordnungshüter tun das Übrige, was fehlt ist die Einstellung im Kopf der Mönchengladbacher. Mein Rat - einfach mal hingehen. Es gibt für fast jeden das passende Angebot. Eine lebendige Altstadt ist eine Bereicherung für die Stadt an sich und das wollen wir doch alle, oder?

In diesem Sinne,

guten Appetit, prost und viel Spaß in der Mönchengladbacher Gastroszene.

Ihr Marc Thiele
Herausgeber

- 28 Editorial / Inhalt**
- 29 Gastro-Leserwahl**
Welche sind die Hindenburger Top 10 Gastrobetriebe in den Kategorien Frühstück, Mittagstisch, Abendessen, Bar und Club? Sie haben die Wahl!
- 30 Frühstück**
Locations für den perfekten Start in den Tag
- 32 Mittagstisch**
Alles andere als Kantine
- 34 Abendessen**
Hier lässt es sich vortrefflich speisen
- 38 Trinken, Tanzen, Feiern**
Wenn es auf die Piste geht, dann hierhin
- 41 Silvester in Mönchengladbach**
Hier feiert man den Jahreswechsel in guter Gesellschaft

Die Anzeigenkunden in dieser Ausgabe

- 31 Mokka
- 33 Fuji Sushi & Grill
- 35 Zirkus Messajero
KULT+GENUSS
- 37 Rath's Gasthaus & Biergarten
Baan Chang
- 39 Bar Plastique
- 40 Hotel Sternzeit
Mokka Catering

SIE HABEN DIE WAHL

Gehen Sie gerne aus? Essen, trinken, tanzen? Haben Sie ein Lieblingsrestaurant, eine Lieblingsbar oder einen Lieblingsclub?

Dann nehmen Sie an unserer Hindenburger Gastro-Leserwahl 2018 teil und empfehlen Sie Ihre Lieblings-Gastro-Locations.

Es gibt fünf Kategorien, in denen Sie jeweils einen Vorschlag machen können: Frühstück, Mittagstisch, Abendessen, Bars und Clubs.

Die Vorauswahl

Im ersten Schritt schlagen Sie in jeder der Kategorien Ihre Lieblingslocation vor. Diese Vorrunde geht bis zur Auszählung der Vorschläge, was Ende Januar sein wird.

Die Top 10 Wahl

Aus den vorgeschlagenen Locations kommen jeweils die 10 mit den meisten Vorschlägen in die finale Abstimmungsrunde, bei der Sie dann die Gelegenheit haben zusammen mit vielen anderen Leserinnen Lesern die Top 10 Gastronomiebetriebe in den jeweiligen Kategorien zu wählen. Mehr Infos wann diese Runde startet finden Sie online auf hindenburger.de und in der Februarausgabe.

Gewinne, Gewinne, Gewinne

Unter allen Teilnehmern der Vorauswahl verlosen wir:

1x Gutschein im Wert von 100€

1x Gutschein im Wert von 50€

1x Gutschein im Wert von 25€

für eine Gastronomie nach Wahl.

Die Teilnahmebedingungen und Datenschutzerklärung finden Sie auf hindenburger.de. Gehen Sie hierzu einfach auf „mitmachen“ und nehmen Sie an der Abstimmung unter „Gastro-Leserwahl 2018“ teil.

Die Gewinner werden postalisch oder per E-Mail nach Ende der Vorauswahl informiert. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme und wünschen allen Beteiligten viel Erfolg.



CAFÉ KONTOR AM ADENAUERPLATZ

Albertusstr. 44a | 41061 MG-City
02161.3045638 | www.bankhaus-mg.de
Mo.-Sa. 9-17 Uhr, So. geschlossen



Schon seit einigen Jahren ist das kleine Café im ehemaligen Bankhaus am Adenauerplatz so etwas wie ein Geheimtipp. Auch nach dem Betreiberwechsel hat sich dies nicht geändert, trotz Neuausrichtung der Küche. Alle angebotenen Speisen sind frisch und handmade zubereitet. Neben drei klassischen Frühstücksvarianten stehen auch Müsli, Fladenbrote, Croques und das trendige Porridge mit auf der Karte. Im Sommer kann man sein Frühstück übrigens auch in der Außengastronomie auf dem Adenauerplatz genießen.

DAS CAFÉ

Wallstr. 19 | 41061 MG-City
02161.14484 | www.das-cafe.de
Mo. ab 15 Uhr, Di.-Fr. ab 10 Uhr, Sa.+So. ab 9 Uhr



Der Klassiker in der Oberstadt direkt vis a vis des Kinos ist auch nach Umbau und Neueröffnung unter den neuen Betreiberinnen weiterhin ein beliebtes Ziel von Freunden der leckeren und ausgiebigen Frühstücke. Diverse Frühstücksvarianten laden im gemütlichen Ambiente dazu ein ausprobiert zu werden. Man sollte auf jeden Fall auch einen Blick auf die Kreidetafeln mit den stetig wechselnden Angeboten werfen, denn dort findet man die sehr leckeren Buddha Bowls.

HOFFMANN'S IM SONNENHAUS

Stepgesstr. 3 (Sonnenhausplatz) | 41061 MG-City
02161.6781515 | www.cafehoffmanns.com
Mo.-Sa. 9-19 Uhr, So. 10-19 Uhr



Das Hoffmanns im Sonnenhaus überzeugt seine Gäste nicht nur durch das besondere und urgemütliche Ambiente, mit großen lauschigen Sofaecken sondern auch durch seine hausgemachten Speisen von Bagel über Ciabattas und Fladenbrote bis hin zu Kichererbsen- oder Bulgursalaten. Vor allem am Wochenende sollte man früh vor Ort sein, denn die Plätze sind heiß begehrt. Das Preis-Leistungsverhältnis ist sehr gut bei gutem Wetter, lädt die Außengastronomie auf dem Sonnenhausplatz zum Verweilen und Genießen ein.

LAX LEGERE

Wallstr. 17 | 41061 MG-City
02161.8277947 | [facebook/@laxlegere](https://facebook.com/laxlegere)
Mo.-Di. u. Do.-Sa. 10-18 Uhr, Mi. u. So. geschlossen



Das Lax Legere auf der Wallstraße hat eher etwas vom gemütlichen Wohnzimmer als von einer klassischen Gastronomie. Auch das Frühstücksangebot unterscheidet sich von den üblichen, vordefinierten Zusammenstellungen. So gibt es verschiedene Frühstücks-Sandwiches und ansonsten eine Liste mit Zutaten, aus der man sich sein individuelles Frühstück zusammenstellen kann.

MOKKA

Stephanstr. 1 | 41061 MG-City
02161.9489121 | www.mokka.de
Mo.-Do. 9-23 Uhr, Fr.-Sa. 9-24 Uhr, So. u. Ft. 10-23 Uhr



Schon seit 17 Jahren eine der angesagtesten Frühstückslocations unserer Stadt, bietet das Mokka eine abwechslungsreiche Frühstückskarte mit vielen Optionen, wie dem italienischen Frühstück mit Ciabattabrot, einem vegetarischen Frühstück, Schlecker-, Schlemmer- und Müslifrühstücke, diverse Rührvariationen. Diverse Kaffee- und Teespezialitäten runden das Angebot ab. Frühstück gibt es Mo.-Fr. von 9-11.30 Uhr, Sa. von 9-15 Uhr sowie So. u. Feiertags von 10-15 Uhr.

VAN DOOREN

Kaiserstr. 132 (Schillerplatz) | 41061 MG-City
02161.2470550 | [facebook](https://facebook.com/vandooren)
Mo. 9-18 Uhr, Di.-Sa. 9-23 Uhr, So. 10-18 Uhr



Das schöne Cafe am Schillerplatz, im trendigen Gründerzeitviertel hat sich seit seiner Eröffnung zu einem beliebten Frühstückstreffpunkt entwickelt und es ist sehr ratsam, sich vor allem für die Wochenenden seinen Platz frühzeitig zu reservieren, sonst könnte es passieren, dass man zu den üblichen Stoßzeiten schon einmal länger auf einen Platz warten muss. Es ist einfach zu gemütlich und so verweilt man gerne dort.

BISTRO AM BERLINER PLATZ

Berliner Platz 12 | 41061 MG-City
02161.9481977 | www.bistroamberlinerplatz.de
Mo.-Fr. 8-16 Uhr

CAFÉ DEL SOL

Reststrauch 211 | 41199 Mönchengladbach
www.cafedelsol.de
So.-Do. 9-23 Uhr, Fr.-Sa. 9-1 Uhr

CANNAPÉ

Alter Markt 42 | 41061 MG-City
02161.182515 | www.cannape.de
Mo.-Do. 8-1 Uhr, Fr.-Sa. 8-3 Uhr, So. 9-1 Uhr

COFFEE-IN

Hauptstr. 61 (Hauptpassage) | 41236 MG-Rheydt
www.coffee-in.com
Mo.-Fr. ab 7.30 Uhr, Sa. ab 8 Uhr

MONE'S CAFÉ HERZLICH

Plektrudisstr. 4 | 41179 MG-Rheindalen
02161.2997088
Mo., Mi.-Fr. 8.30-17 Uhr, Di. 8-13 Uhr, Sa. 9-13 Uhr, So. 10-17 Uhr

PASTA E VINO BEI DORO & ALBERTO

Hindenburgstr. 45 | 41061 MG-City
02161.6989720
So. geschlossen, Mo.-Mi. 11-19 Uhr, Do.Fr. 11-20 Uhr, Sa. 10-19 Uhr

PURINO SCHLOSS RHEYDT

Schlossstr. 508 | 41238 MG-Rheydt (Schloss Rheydt)
02166.131340
Mo.-So. ab 9.30 Uhr (Frühstück bis 12 Uhr)

ROSSINI

Marktstr. 35 | 41236 MG-Rheydt
02166.146667 | www.rossini-lunch.de
Mo.-Do. 8-24 Uhr, Fr.-So. u. Ft. 8-0.30 Uhr

STEFANO TRATTORIA & BAR

Neuhofstr. 50 | 41061 MG-Eicken
02161.4667809 | www.stefano-trattoria.de
Mo-Mi. 9-18 Uhr, Do.-Fr. 9-23.30 Uhr, Sa.-So. geschlossen

Was das Herz begehrt CAFÉ MOKKA



FOTO: MOKKA

Im Herzen von Mönchengladbach liegt das Cafe Mokka.

Seit 17 Jahren sind wir als beliebte Location in der Stephanstraße, Ecke Hindenburgstraße für Euch da. Vom Frühstück, über Mittagessen, Kaffeespezialitäten und Kuchen bis hin zum Abendessen, bekommst Du bei uns Vieles was das Herz begehrt. Im Sommer lädt unsere Außenterrasse zum Verweilen ein. Wer den Abend in Mönchengladbach schön ausklingen lassen möchte ist hier richtig, denn die gemütliche Atmosphäre in zentraler Lage und liebevoll gemixte Cocktails lassen keine Wünsche offen.

Cafe Mokka | Stephanstraße 1 | 41061 Mönchengladbach
Mo.-Do. 9-23 Uhr | Fr.-Sa. 9-24 Uhr | So. 10-23 Uhr | Frühstück Mo.-Fr. 9-11.30 Uhr
Sa. 9-15 Uhr | So. 10-15 Uhr | Mittagstisch Mo. - Fr. ab 12 Uhr (solange der Vorrat reicht).
Tel.: 02161 . 464709 | E-Mail: info@mokka.de | www.mokka.de



Schlemmen: natürlich im MOKKA

Im Herzen von Mönchengladbach liegt das Cafe Mokka. Seit 17 Jahren sind wir als beliebte Location in der Stephanstraße, Ecke Hindenburgstraße für Euch da.

Vom Frühstück, über Mittagessen, Kaffeespezialitäten und Kuchen, bekommst Du bei uns bis in den Abend, vieles was das Herz begehrt!

Tel. (02161) 464 709 info@mokka.de www.mokka.de

MITTAGSTISCH

CAFÉ KONTOR AM ADENAUERPLATZ

Albertusstr. 44a | 41061 MG-City
02161.3045638 | www.bankhaus-mg.de
Mo.-Sa. 9-17 Uhr, So. geschlossen



Mediterrane und orientalische Gerichte stehen im Café Kontor am Adenauerplatz auf der Mittagskarte, viele davon sind auch vegan. Das Angebot wechselt täglich und wird vor Ort mit frischen Zutaten zubereitet.

GOODY FOODY

Stephanstr. 7 | 41061MG-City
www.goodyfoody.de
Mo.-Fr. 9-18 Uhr, Sa. 10-16 Uhr



Frisch zubereitete Ofenkartoffeln in diversen, leckeren Variationen, die täglich wechseln Suppen, eine Obst- und Gemüsesalatbar, knusprige Baquettes und frisch gepresste Säfte bieten für den gesundheitsbewußten Genießer in der Mittagspause ein mehr als umfangreiches Angebot zu fairen Preisen. Die wenigen Plätze im Restaurant sind vor allem in den Stoßzeiten zwischen 12 und 13 Uhr schnell besetzt, aber man kann ja alles zum mitnehmen bestellen. Die Tagesgerichte beginnen preislich bei 5,50 €.

KULT+GENUSS

Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt
02166.1361515 | www.kultundgenuss.de
Di.-Mi. 10-18 Uhr, Do-Sa. ab 10 Uhr, So. ab 12 Uhr, Mo. geschl.



Die Genus- und Feinkostoaase im Herzen von Rheydt bietet an sechs Tagen in der Woche auch zur Mittagszeit (Di.-Sa. 11.30-15 Uhr) die qualitativ hochwertige Küche, für die Werner Henssens Restaurant bekannt ist. Täglich wechselnde Mittagsgerichte werden ergänzt durch einen Burger der Woche, verschiedene vegetarische Gerichte sowie einen Wildkräutersalat mit tagesaktuellem Fisch oder auch einem Steak vom Angusrind mit wechselnden Zutaten und natürlich köstlichen Desserts.

MOKKA

Stephanstr. 1 | 41061 MG-City
02161.9489121 | www.mokka.de
Mo.-Do. 9-23 Uhr, Fr.-Sa. 9-24 Uhr, So. u. Ft. 10-23 Uhr



Das Mokka bietet zum Mittagstisch - Montags bis Freitags, ab 12 Uhr - eine täglich wechselnde Karte mit zwei Tagesgerichten zu fairen Preisen, die im Durchschnitt bei 5,90€ liegen. Vor allem in den mittäglichen Stoßzeiten zwischen 12 und 13 Uhr braucht man etwas Zeit und Geduld, da die Mitarbeiter der umliegenden Banken und Geschäfte gerne auf das Mittagsangebot zurück greifen. Die Tagesgerichte gibt es so lange der Vorrat reicht.

STEFANO TRATTORIA & BAR

Neuhofstr. 50 | 41061 MG-Eicken
02161.4667809 | www.stefano-trattoria.de
Mo.-Mi. 9-18 Uhr, Do. u. Fr. 9-23.30 Uhr, Sa.,So. u. Ft. geschl.



Das Stefano im ehemaligen Quartier B. Kühlen in Eicken bietet auch zum Mittagstisch die hochwertige, frische und leichte, italienische Küche, für die die Trattoria bekannt ist. Auf der wöchentlich wechselnden Mittagskarte stehen neben einer Suppe der Woche drei jeden Tag wechselnde Tagesgerichte, darunter ein sogenanntes „Healthy Choice“, für alle, die es besonders gesundheitsbewußt mögen. Eines der warmen Tagesgerichte kann man bis Abends 18 Uhr genießen, falls man es mal wieder nicht in die Mittagspause geschafft hat

VAN DOOREN

Kaiserstr. 132 (Schillerplatz) | 41061 MG-City
02161.2470550 | facebook
Mo. 9-18 Uhr, Di.-Sa. 9-23 Uhr, So. 10-18 Uhr



Die Küche des van Dooren bietet täglich ab 12 Uhr zwei wechselnde Mittagsgerichte, darunter meistens einen sehr leckeren Suppenklassiker wie Linsen- oder Erbsensuppe aber auch neue Kreationen wie einen Kichererbseneintopf, Fisch, Burger, Gulasch oder Pasta. Natürlich kann man auch von der normalen Karte wählen, zum Beispiel Salate oder die sehr beliebten Club Sandwiches.

AMELSAN KOCHT

Wilhelm-Strater-Str. 1 | 41236 Mönchengladbach
02166.9908433 | www.amelsan-kocht.com
Mo.-Fr. 11.30-15 Uhr u. 18-21 Uhr, Sa. 11.30-21 Uhr, So. geschl.

BISTRO AM BERLINER PLATZ

Berliner Platz 12 | 41061 MG-City
02161.9481977 | www.bistroamberlinerplatz.de
Mo.-Fr. 8-16 Uhr

DAS CAFÉ

Wallstr. 19 | 41061 MG-City
02161.14484 | www.das-cafe.de
Mo. ab 15 Uhr, Di.-Fr. ab 10 Uhr, Sa.+So. ab 9 Uhr

FUJI SUSHI & GRILL

Marktstr. 6 | 41236 MG-Rheydt
Tel.: 02166.619080 | www.sushi-mg.de
Mo.-Sa. 12-15 Uhr, 17.30-23 Uhr, So. 16-23 Uhr

KETTE & SCHUSS

Monforts Quartier 1 / Schwalmstr. 301 | 41238 MG-City
02161.463463 | www.ketteundschiuss-mg.de
Mo.-Fr. 11.30-15 Uhr (Mittagstisch bis 14.30 Uhr)

KONDITOREI HEINEMANN

Bismarckstr. 91 | 41061 MG-City
Hauptstr. 17-21 | 41236 MG-Rheydt
www.konditorei-heinemann.de

KULTURKÜCHE

Waldhausener Str. 64 | 41061 MG-City
02161.8277711 | www.kulturkueche.com
Mo.-Fr. 10-16 Uhr

LA COTTONERIA

Hennes-Weissweiler-Allee 23 | 41179 MG-Nordpark
02161.5731555 | www.lacottoneria.de
So.-Do. 10-22 Uhr, Fr. u. Sa. 10-23 Uhr

PASTA E VINO BEI DORO & ALBERTO

Hindenburgstr. 45 | 41061 MG-City
02161.6989720
So. geschlossen, Mo.-Mi. 11-19 Uhr, Do.Fr. 11-20 Uhr, Sa. 10-19 Uhr

ST. VITH

Alter Markt 6 | 41061 MG-City
Tel.: 02161.2477551 | www.stvith.de
Mo.-So. ab 11.30 Uhr

All you can eat
FUJI SUSHI & GRILL



FOTO: FUJI

All You Can Eat ist das Motto im Fuji Sushi & Grill in Rheydt. Die Auswahl aus über 100 japanischen Speisen erfolgt per iPad. Ihre Bestellung wird automatisch an Theke und Küche weitergeleitet und dort frisch zubereitet. Geboten wird eine kreative und moderne japanische Küche mit Suppen, Salaten, Fingerfood, Grillspezialitäten und Teppan Yaki. Genießen Sie ein einzigartiges Restaurant-Erlebnis in stilvollem Ambiente mit dezenten asiatischen Elementen und leckerem Essen. Das Team des Fuji Sushi & Grill freut sich auf Ihren Besuch.

.....
Fuji Sushi & Grill | Marktstr. 6 | 41236 Mönchengladbach
Mo.-Sa. 12-15 Uhr, 17.30-23 Uhr, So. 16-23 Uhr
Tel.: 02166 . 619080 | www.sushi-mg.de



All you can eat

Marktstraße 6
41236 Mönchengladbach-Rheydt
Tel. 02166 - 61 90 80




Öffnungszeiten und Preise:

Montag bis Samstag:	12.00 - 15.00	9,90 € p. Pers.
	17.30 - 23.00	18,90 € p. Pers.
Sonntag:	16.00 - 23.00	18,90 € p. Pers.

Kinder von 5 bis 12 Jahren zahlen nur 1 € pro Lebensjahr.

Alle Gerichte auch zum Mitnehmen.
www.sushi-mg.de



BRASSERIE GERO

Weierstr. 51 | 41061 MG-City
www.brasserie-gero.de
Mo.-Di. geschlossen, Mi.-So. 12-15 Uhr u. 18-23 Uhr



Ebenfalls am Fuße von Rathaus und Münster liegt die Brasserie Gero, in der ein griechischer Wirt Spilios Koutoulis die französische Lebensart im modernen Bistrostil feiert, nur noch etwas gemütlicher. Die Küche ist saisonal ausgerichtet und setzt ausschließlich auf frische, natürliche Zutaten. Daraus zaubert das Team Klassiker der französischen Küche, kombiniert mit regionalen Einflüssen, gerne begleitet von ausgezeichneten Weinen und - wie es sich für eine Brasserie gehört - vier verschiedene Biere vom Fass.

KULT+GENUSS

Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt
02166.1361515 | www.kultundgenuss.de
Di.-Mi. 10-18 Uhr, Do.-Sa. ab 10 Uhr, So. ab 12 Uhr, Mo. geschl.



Von Dienstag bis Samstag bietet die Küche des KULT+GENUSS sowohl saisonale als auch mediterran angehauchte Gerichte in höchster Qualität. Schon beim Lesen der Karte merkt man, dass man hier in einem Feinkosttempel zu Gast ist und die Speisen bestätigen dies bereits beim ersten Biß. Das großartige Team rund um Werner Hensen besticht durch ein höchstmaß an Gastfreundlichkeit und große Fachkompetenz, z.B. beim der Auswahl des passenden Weines zum gewählten Gericht.

MIKES BISTRO

Weierstraße 43 | 41061 MG-City
www.gravetts-bistro.de
So.-Di. geschlossen, Mi.-Do. 12-13.30 Uhr, Mi.-Sa. 18.30-21.30 Uhr



Mike Gravett ist schon sehr lange eine der besten Adressen, wenn es um Fine Dining in Mönchengladbach geht. Sein Restaurant liegt idyllisch unterhalb des Rathaus Abtei, nicht weit des Geroweihers. Die als „Crossover“ bezeichnende Küche zeichnet sich durch Liebe zum Detail und höchste Qualität bei den Zutaten aus und bietet auf der regelmäßig wechselnden Karte wahre Köstlichkeiten aus der offenen Küche, in der man dem Chef persönlich bei der „Arbeit“ zusehen kann. Übrigens kommen auch Weinfans hier voll auf ihre Kosten.

PALACE ST. GEORGE

Konrad-Zuse-Ring 10 | 41179 MG-Nordpark
02161.549880 | www.palace-st-george.de
Mo.-So. 7-11 u. 12-21.30 Uhr, Gourmet Mi.-Sa. 17.30-21.30 Uhr



Sowohl das Bistro/Restaurant als auch „Eickes Restaurant“ im Palace St. George im Nordpark waren jahrelang unangefochten die Nr. 1 im gastronomischen Angebot der Stadt. Auch wenn die Konkurrenz mittlerweile durchaus beachtlich ist, ist die Qualität der hier angebotenen Gerichte doch erstklassig und ein guter Grund, zum Essen in den Nordpark zu fahren. Das größere Bistro/Restaurant ist modern und gemütlich eingerichtet und im daneben gelegenen „Eickes-Restaurant“ hat man einen direkten Blick in die Gourmet-Küche.

STEFANO TRATTORIA & BAR

Neuhofstr. 50 | 41061 MG-Eicken
02161.4667809 | www.stefano-trattoria.de
Mo.-Mi. 9-18 Uhr, Do. u. Fr. 9-23.30 Uhr, Sa., So. u. Ft. geschl.



Seit Mitte 2018 hat das Stefano endlich auch an zwei (demnächst drei) Tagen bis 23:30 Uhr (Küche bis 22 Uhr) geöffnet, so dass man die exquisiten italienischen Speisen des leidenschaftlichen Küchenteams um Küchenchef Daniel Galli auch Abends genießen kann. Auf der exklusiven Abendkarte stehen traditionelle italienische Speisen, hochwertige Fleisch- und Fischgerichte und köstliche Desserts, selbstverständlich mit den korrespondierenden Weinen. (Unser Tipp: Ravioli al Tartufo! Großartig!)

WEINHOF VOOSEN

Voosen 51a | 41179 MG-Voosen
www.weinhof-voosen.de
Mo.-Di. geschlossen, Mi.-Sa. 17-23 Uhr, So. 11-23 Uhr



Der Weinhof Voosen in der Nähe von Rheindalen hat eine lange, kulinarische Geschichte hinter sich und stand schon immer für gute Qualität der Küche. Mit der Übernahme des Restaurants vor ein paar Jahren durch Denny Neumann wurde diese Qualität noch einmal gesteigert. Die Karte bietet traditionelle, regionale und saisonale Küche mit Produkten regionaler Anbieter bzw. frischem Fisch aus Nord- und Ostsee. Alle Speisen werden à la carte bzw. in Form zweier saisonal wechselnder Menüs serviert.

Essen, Parties und Konzerte ZIRKUS MESSAJERO

FOTO: ZIRKUS MESSAJERO



Tapas-Bar, Kneipe, Café, Biergarten, Livemusik-Club und DJ-Party-Location: Das Messajero ist ein kultiger Laden im alten Fabrikgebäude. Hier genießt man die kreative Küche, feiert und besucht Konzerte. Koch Leif zaubert in Handarbeit frische Tapas, die er auf seine eigene kreative Art interpretiert. Vegetarier finden zahlreiche fleischlose Varianten. Außerdem gibt es eine gute Auswahl an Salaten, Lahmacun-Gerichten, Desserts und wechselnden Monatsspeisen. Unter den Fassbieren gibt es auch ein tschechisches Bier „Staropramen“, das einen Versuch wert ist. Der Zirkus Messajero ist ein Unikum in Gladbachs Kneipen- und Restaurant-Szene

Zirkus Messajero | Sophienstraße 17 | 41065 Mönchengladbach

Mo. geschlossen Di.-Sa. ab 17 Uhr | Küche Mo.-Do. bis 23 Uhr | Fr. u. Sa. bis 24 Uhr Tel.: 02161 . 4988719 | E-Mail: kontakt@messajero.com | www.messajero.com

Essen, Events und Feinkost KULT+GENUSS



FOTO: KULT+GENUSS

In den urigen Gemäuern einer alten Hosenfabrik in Rheydt ist KULT+GENUSS beheimatet. Eine einzigartige Mischung aus Restaurant, Eventlocation und Feinkostladen. Die Küche des Restaurants zeichnet sich durch hochwertigste, frische Zutaten und eine geschmacklich überzeugende Zubereitung aus. Mittelmeerküche gelegentlich mit asiatischem Einschlag, exquisite Fleisch- und Fischgerichte begeistern ebenso wie Burger und vegetarische Köstlichkeiten. Auf der mediterranen Terrasse fühlt sich jeder Aufenthalt an wie ein kleiner Urlaub. Mit dem Eventloft hat sich das KULT+GENUSS zu einer beliebten Location für Hochzeiten sowie Firmen- und Familienfeiern entwickelt. Die angebotenen Veranstaltungen reichen von Kochkursen über Tastings bis hin zu Konzerten und Ausstellungen. Das Feinkostgeschäft bietet ein großes Sortiment hochwertiger Lebensmittel, erlesener Weine und ausgesuchter Spirituosen.

Kult+Genuss | Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt | Tel.: 02166 . 1361515

Küche geöffnet Di.-Sa. 11.30-15 Uhr (Mittagstisch), Do.-Sa. 18-22 Uhr (Abendkarte), So. 12-16 Uhr, Außerhalb der Küchenzeiten von 10 Uhr bis zum letzten Gast | www.kultundgenuss.de

Der Burger



WWW.MESSAJERO.COM

JEDEN MITTWOCH

SOLANGE DER VORRAT REICHT



9,40€

AUS FRISCHEM RINDERHACK
MIT FRISCHEN RÖSTZWIEBELN, SALAT, TOMATE, GURKE
PIKANTJEGOUDA UND LEIF'S BURGERSOBE,
DAZU HAUSGEMACHTE POMMES FRITES !

ZIRKUS MESSAJERO SOPHIENSTRASSE 17 41061 MÖNCHENGLADBACH



Über 30
verschiedene
GINs im
Ausschank

Das GENUSS-Restaurant
mittags, abends + sonntags
Events, Vinothek, Feinkost, Präsente

Besser iss das!

KULT + GENUSS



Tel.: 02166 136 1515
www.kultundgenuss.de
info@kultundgenuss.de

Wilhelm-Strauß-Straße 65
Mönchengladbach-Rheydt

AMELSAN KOCHT

Viersener Str. 7-9 | 41061 MG-City
02161.6983311 | www.baan-chang.de
So. geschlossen, Mo.-Sa. 11.30-14.30 u. 17-24 Uhr

BAAN CHANG

Viersener Str. 7-9 | 41061 MG-City
02161.6983311 | www.baan-chang.de
So. geschlossen, Mo.-Sa. 11.30-14.30 u. 17-24 Uhr

CAFÉ TROTZDEM

Rheydter Straße 242 | 41065 MG-Dahl
02161.22621
Mo.-Fr. 11-1 Uhr, Sa. u. So. 14-1 Uhr

DORFSCHENKE RISSDORF

Günhovener Str. 47 | 41179 MG-Gühoven
02161.580235
S.-Mo. geschl., Di.-Sa. 18-24 Uhr

ELIÀ

Korschenbroicher Str. 170 (Königskarree) | 41065 MG
02161.5995400 | www.elia-moenchengladbach.de
Di.-So. 12-15 Uhr u. 17-23 Uhr

FLACHS HOF

Merreter 10 | 41179 MG-Rheindalen
02161.584996 | www.flachshof.de
Mo.-Di. geschlossen, Mi.-Sa. ab 18 Uhr, So. 12-15 Uhr u. ab 17 Uhr

FRENZEN

Waldhausener Str. 89 | 41061 MG-City
02161.3039916 | www.frenzen-mg.de
Mo.-Di. geschl., Mi.-Do. 17-23 Uhr, Fr.-Sa. 17-1 Uhr, So. 11-23 Uhr

HANS JOSÉ

Lüpertzender Str. 150 | 41061 MG-City
02161.4628177 | www.hans-jose.de
So. geschl., Mo.-Sa. 17-22.30 Uhr, Ft. (wenn nicht So.) 18-22 Uhr

HASENBANDE IN DER HENSENBRAUEREI

Untere Straße 133 | 41068 MG-Waldhausen
0175.3338076 | www.brauerei-hensen.de
Mi.-Do. 17.30-24 Uhr, Fr.-Sa. 17.30-1 Uhr, So. 17.30-22 Uhr

HAYATT

Rheydter Str. 183 | 41065 MG-Dahl
02161.6783900 | www.hayatt.de
Mo.-So. 17-22 Uhr

HOLGER BÖKER IM RICHARD WAGNER

Richard-Wagner-Str. 54 | 41605 MG-Hermges
02161.2944600 | www.holger-boeker.de
Mo. geschlossen, Di.-Sa. 9-15 Uhr u. 18-23 Uhr, So. 9.30-15 Uhr

LA COTTONERIA

Hennes-Weisweiler-Allee 23 | 41179 MG-Nordpark
02161.5731555 | www.lacottoneria.de
So.-Do. 10-22 Uhr, Fr.-Sa. 10-23 Uhr

LA FORCHETTA

Gladbacher Str. 67 | 41179 MG-Rheindalen
02161.570586 | www.la-forchetta.net
Di. geschl., Mo., Mi.-So. 12-14 Uhr u. 18-22 Uhr

LA TAVERNETTA DA NINO

Postgasse 24 | 41061 MG-City
02161.183070 | www.latavernettadanino.de
Mo.-Sa. 12-14.30 Uhr u. 16-22 Uhr, So. geschl.

LA PAMPA

Berliner Platz 11-13 | 41061 MG-City
02161.16017 | www.la-pampa.de
Mo.-Sa. 12-15 Uhr u. 18.30-23.30 Uhr, So. 12-23 Uhr

LEHMANN`S

Myllendonker Str. 247 | 41065 MG-Uedding
02161.660393 | www.lehmanns-restaurant.de
Mo.-Fr. 12-14 Uhr u. 18-23 Uhr, Sa. 18-23 Uhr, So. 12-22 Uhr

MARCO POLO

Zoppenbroich 87 | 41238 MG-Rheydt
02166.6879680 | www.restaurant-orofino.de
Mo. geschl., Di.-Fr. 17-23 Uhr, Sa.-So. 12-23 Uhr

MENDOZA

Rheydter Str. 188 | 41065 MG-Hermges
02161.207679 | www.mendoza.de
Mo.-Sa. 12-15 Uhr u. 18-23.30 Uhr, So. u. Ft- 12-23.30 Uhr

MESSAJERO

Sophienstr. 17 | 41065 MG-City
02161.4988719 | www.messajero.com
So.-Mo. geschl. Di.-Do. 17-23 Uhr, Fr.-Sa. 17-24 Uhr

MICHELANGELO

Lüpertzender Str. 133 | 41061 MG-City
02161.208583 | www.michelangelo-mg.de
Di. geschl., Mi.-Mo. 12-14 Uhr u. 18-22 Uhr, So. 17.30-22 Uhr

MOKKA

Stephanstr. 1 | 41061 MG-City
02161.9489121 | www.mokka.de
Mo.-Do. 9-23 Uhr, Fr.-Sa. 9-24 Uhr, So. u. Ft. 10-23 Uhr

MOSHI BAR

Krichelstr. 22 | 41061 MG-City
02161.247432 | facebook.com/moshi.bar

NARASINGA

Vorster Str. 89 | 41169 MG-Hardt
02161.6784468 | www.restaurant-narasinga.de
Mi.-Sa. 12-14.30 Uhr u. 18-23 Uhr, So. 12-14.30 Uhr u. 17-22 Uhr

NEUZEIT

Gathersweg 1 | 41066 MG-Neuwerk
02161.9929898 | www.restaurantneuzeit.de
So.-Do. u. Ft. 16-24 Uhr, Fr. u. Sa. 16-1 Uhr

NIERSKIND

Wehnerstr. 1-7 | 41068 MG-City
02161.6605850 | www.nierkind.de
Mo.-Do. 17-23 Uhr, Fr.-Sa. 17-24 Uhr, So. 12-23 Uhr

OROFINO

Zoppenbroich 87 | 41238 MG-Rheydt
02166.6879680 | www.restaurant-orofino.de
Mo. geschl., Di.-Fr. 17-23 Uhr, Sa.-So. 12-23 Uhr

PURINO

Schloss Rheydt | Schlossstr. 508 | 41238 MG-Rheydt
Hardter Wald | Ungermannsweg 19 | 41169 MG-Hardt
www.purino.de

RABBITHOLE

Untere Straße 135 | 41068 MG-Waldhausen
facebook.com/rabbitholeMG
Mi.-Sa. 17.30-22 Uhr (Küche), alle Feiertage geschlossen

RATH'S GASTHAUS

Ritterstr. 33 | 41238 MG-Rheydt
02166.2163860 | www.raths-gasthaus.de
Di.-So. ab 17 Uhr, Mo. geschl. außer an Feiertagen

ROSENMEER

Schürenweg 45 | 41063 MG-City
02161.462420 | www.rosenmeer.net
Mo.-Sa. ab 8 Uhr, So. ab 10:30 Uhr

SONDERBAR

Hofstr. 4 | 41065 MG-Dahl
02161.3032685 | www.restaurant-sonderbar.de
Mo. u. Di. geschl., Mi., Do. u. So. 18-23 Uhr, Fr. u. Sa. 18-24 Uhr

SPÖ 407

Zoppenbroich 87 | 41238 MG-Rheydt
02166.6879680 | www.restaurant-orofino.de
Mo. geschl., Di.-Fr. 17-23 Uhr, Sa.-So. 12-23 Uhr

TRATTORIA MACCHERONI

Sandradstr. 1 (Alter Markt) | 41061 MG-City
02161.175490 | www.maccheroni.de
Mo.-So. 11.30-22 Uhr

XICLÔ - VIETNAMESE STREET FOOD

Kapuzinerplatz 4 | 41061 MG-City
02161.5675880 | www.xiclo.de
Di. geschl., Mo., Mi.-Do., So. 17.30-22 Uhr, Fr.-Sa. 17.30-22.30 Uhr

ZEITLOS

Gabelsberger Str. 81 | 41065 MG-Hardterbroich
02161.9929898 | www.restaurantzeitlos.de
Mo.-So. 16-24 Uhr

ZORBAS

Schillerstr. 49 | 41061 MG-City
02161.22871 | www.zorbasmg.de
Mo. geschl., Di.-So. 17-1 Uhr

ANZEIGE

Hausmannskost, Saisonales & Mediterranes RATH'S GASTHAUS



Schon in der „Gaststätte Langer“ waren Brigitte Raths Gäste begeistert von den frisch zubereiteten Speisen und den hochwertigen Zutaten. Küchenteam und Konzept sind geliebt, so dass im Rath's Gasthaus auch kulinarisch ein frischer Wind weht. Auch bei den Details achtet Brigitte Rath genau auf die Qualität. So wird beispielsweise nur sehr hochwertiges Olivenöl verwendet. Von Hausmannskost über saisonale Gerichte bis zu mediterranen Spezialitäten bietet sie Speisen für jeden Geschmack. Auch der schön gestaltete Biergarten bietet Platz zum Verweilen. Familienfeiern, Catering und Veranstaltungen nach Vereinbarung.

Rath's Gasthaus | Ritterstr. 33 | 41238 Mönchengladbach
Di.-So. ab 17 Uhr, Mo. Ruhetag außer an Feiertagen
Tel.: 02166 . 2163860 | www.raths-gasthaus.de

ANZEIGE

Authentische Thai-Küche im Marienhof BAAN CHANG



FOTOS: RATHS GASTHAUS, BAAN CHANG

Das Baan Chang im Hof des Marienhofs in bietet nun schon seit einem Jahr beste authentische Thaiküche in Kombination mit erlesenen Weinen, fruchtigen Cocktails und hausgemachten Saftschorlen. Im Sommer gibt es eine große Terrasse. Das Team um Yo Gehrhardt und Siriwan Pansrikeaw wurde bereits mehrfach für ihre Thaiküche ausgezeichnet. Zusätzliche Geschmacksverstärker, wie z. B. Glutamat, werden im Baan Chang nicht verwendet. Man bevorzugt den reinen intensiven Geschmack thailändischer Kräuter.

Baan Chang | Wallstr. 24 | 41061 Mönchengladbach
Di.-Sa. 11.30-14.30 Uhr und ab 17 Uhr, So. und Feiertage ab 17 Uhr | Tel.: 02166 . 6983311 | www.baan-chang.de

Rath's
Gasthaus & Biergarten

Gänsezeit bei Rath's

Gans to GO
2 x Brust
2 x Keule
+ Beilagen
+ 1 FL. Rotwein

Bestellen Sie frühzeitig Ihr Weihnachtessen bei uns.
Gans to Go für Ihr Weihnachtsfest :)

Tel.: 0 21 66 - 21 63 860
www.raths-gasthaus.de

Baan Chang
Thai Garten Restaurant
Beste authentische Thaiküche,
erlesene Weine, frische Cocktails,
hausgemachte Schorlen, alles ohne
zusätzliche Geschmacks-
verstärker

Wallstr. 24,
im Innenhof des Marienhofs
41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161-6983311
Email: info@baan-chang.de
www.baan-chang.de

TRINKEN, TANZEN, FEIERN

TRINKEN

BAR PLASTIQUE

Waldhausener Str. 25 | 41061 MG-Altstadt
0178.5056429 | facebook.com/barplastique
Fr.-Sa. und vor Feiertagen 21-4 Uhr

BENITOS

Alter Markt 47 | 41061 MG-City
0176.67807003 | facebook.com/Benitosmoenchgladbach
So.-Do. 15-24 Uhr, Fr.-Sa. 15-3 Uhr

BRAUHAUS MANAMANA

Alter Markt 12 | 41061 MG-Altstadt
02161.2933026 | facebook.com/BrauHausMaNaMaNa
Mo. geschl. Di.-Do. u. So. 17-1 Uhr, Fr. 17-4 Uhr, Sa. 12-4 Uhr

CAFÉ DEL BAR

Waldhausener Str. 7 | 41061 MG-Altstadt
02161.468966 | www.cafedelbar.net
Mi. 19-1 Uhr, Fr.-Sa. 19-3 Uhr

TANZEN

ABACAB

Waldhausener Str. 41 | 41061 MG-Altstadt
www.abacab-mg.de
Fr.-Sa. 22-5 Uhr

BLACK & WHITE

Waldhausener Str. 34 | 41061 MG-Altstadt
0172.2183101 | www.blackandwhite-mg.de
Fr.-Sa. 22.30-5 Uhr

DIE BOX

Waldhausener Str. 38 | 41061 MG-Altstadt
02161.123495 | facebook.com/dieBOXmg

DIE NACHT

Waldhausener Str. 25 | 41061 MG-Altstadt
02161.178855 | facebook.com/dieNachtMG

CANNAPE

Alter Markt 42 | 41061 MG-City
02161.182515 | www.cannape.de
Mo.-Do. 8-1 Uhr, Fr.-Sa. 8-3 Uhr, So. 9-1 Uhr

CLUB KRÜMEL

Waldhausener Str. 44 | 41061 MG-Altstadt
facebook.com/Club-Krümel-217404931613844
So.-Mo. geschl., Di.-Do. 21-3 Uhr, Fr.-Sa. 21-5 Uhr

FOORMAT

Waldhausener Str. 8 | 41061 MG-Altstadt
02161.8274950 | www.foormat.com
Mo.-Di. geschl., Mi.-Do. 20-2 Uhr, Fr.-So. 20-3 Uhr

GRAEFEN + KÖNIG

Alter Markt 43-46 | 41061 MG-City
02161.180444 | www.graefenkoenig.de
So.-Do. 9-24 Uhr, Fr. 9-3 Uhr, Sa. 8-3 Uhr

FRAU MANFRED (HAT'S EASY)

Aachener Str. 21-23 | 41061 MG-Altstadt
facebook.com/FrauManfred
Fr.-Sa. ab 23 Uhr

GOLDWASSER

Waldhausener Str. 21 | 41061 MG-Altstadt
0172.7312014 | www.goldwasser-mg.de
Fr.-Sa. 22-5 Uhr

GRAEFEN CLUBBING

Alter Markt 23 | 41061 MG-Altstadt
02161.4649820 | www.dasgraefen.de
Fr.-Sa. 23-5 Uhr

KASTANIENHOF

Krefelder Str. 765 | 41066 MG-Neuwerk
02161.8212060 | www.kastanienhof-hotel.de

MESSAJERO

Sophienstr. 17 | 41065 MG-City
02161.4988719 | www.messajero.com
So.-Mo. geschl. Di.-Do. 17-23 Uhr, Fr.-Sa. 17-24 Uhr

MEZCALITO

Gasthausstr. 30 | 41061 MG-Altstadt
facebook.com/mezcalitomag
So.-Di. geschl., Mi.-Sa. 20-3 Uhr

ST. VITH

Alter Markt 6 | 41061 MG-City
www.stvith.de
Mo.-So. ab 11.30 Uhr

SUNSIDE CAFÉ - LOUNGE - COCKTAILBAR

Alter Markt 48 | 41061 MG-City
02161.468966 | www.sunsidclub.com
So.-Do. 11-24 Uhr, Fr.-Sa. 11-3 Uhr

MARKT 26

Alter Markt 26 | 41061 MG-Altstadt
02161.176027 | www.markt-26.de
Fr.-Sa. ab 21 Uhr

MESSAJERO

Sophienstr. 17 | 41065 MG-City
02161.4988719 | www.messajero.com
So.-Mo. geschl. Di.-Do. 17-23 Uhr, Fr.-Sa. 17-24 Uhr

NACHTGALERIE

Turmstiege 5 | 41061 MG-Altstadt
0163.8770938 | nachtgalerie.de
Fr.-Sa. 23-5 Uhr

PROJEKT42

Waldhausener Str. 40-42 | 41061 MG-Altstadt
www.projekt42.info
Öffnungszeiten siehe Website

Top Spirituosen und Cocktails BAR PLASTIQUE



FOTO: BAR PLASTIQUE

Etwas versteckt hinter der großen Holztüre des Hauses Waldhausener Straße 25, liegt die Bar Plastique mit der wohl längsten und vielleicht schönsten Theke der Stadt. Untermalt von angesagten Funk- und Disco House-Music-Sounds der DJs bieten Geschäftsführer Benjamin Bahmani und sein Team ihren Besuchern in stylischem Ambiente eine Vielzahl an Spirituosen und Cocktails aus aller Welt, wobei deren Qualität ganz klar im Vordergrund steht. Die Bar Plastique lädt zum Verweilen und Genießen ein, ist aber auch der ideale Startpunkt für eine ausgedehnte Partynacht in der Mönchengladbacher Altstadt. Auch für private oder Firmenfeiern steht die angesagte Szenelocation zur Verfügung. Anfragen nimmt das Team gerne über die Webseite oder persönlich entgegen.

.....
Bar Plastique | Waldhausener Str. 25 | 41061 Mönchengladbach-Altstadt | Fr.-Sa. und vor Feiertagen 21-4 Uhr | www.bar-plastique.de

FEIERN

DIREKTORENHAUS IM MONFORTS QUARTIER

Monforts Quartier 1 | Schwalmstr. 301 | 41238 MG-Pesch
02161.463463 | www.noi-events.de

DORFSCHENKE RISSDORF

Günhovener Str. 47 | 41179 MG-Gühoven
02161.580235
S.-Mo. geschl., Di.-Sa. 18-24 Uhr

GASTHOF LOERS

Mürriger Str. 17 | 41068 MG-Venn
02161.953920 | www.gasthofloers.de

HAUS ERHOLUNG

Johann-Peter-Boelling-Platz | 41061 MG-City
www.hauserholung.de

HUGO JUNKERS HANGAR

Flughafenstr. 101 | 41066 MG-Neuwerk
02161.463463 | www.hugo-junkers-hangar.de

KULT & GENUSS

Wilhelm-Strauß-Str. 65 | 41236 MG-Rheydt
02166.1361515 | www.kultundgenuss.de
Mo. geschl., Di. u. Mi. 10-18 Uhr, Do.-Sa. 10-22 Uhr, So. 12-16 Uhr

PENSION SCHÄTZELEIN

Watelerstraße 83 | 41239 MG-Schrievers
0171.3636969 | www.schaetzelein.net

TÖLKES SKISTADL

Abtshofer Str. 30 | 41066 MG-Neuwerk
02161.662814 | www.toelkes-partyservice.de

VEREINSHEIM MENN RATH

SC Victoria Mennrath 1921 | Mennrath 49 | 41061 MG-Mennrath
02161.3036149 | www.victoria-mennrath.de



BARKULTUR

BAR PLASTIQUE

WALDHAUSENER STR. 25 | 41061 MG

4-Sterne Hotel und Krimi-Dinner

HOTEL STERNZEIT

FOTO: HOTEL STERNZEIT



Das 4-Sterne-Hotel Sternzeit in Wegberg-Wildenrath ist nicht nur wegen seiner idyllischen Lage, sondern auch für die saisonal wechselnden Spezialitäten des hauseigenen Restaurants und die passenden Räumlichkeiten für Familienfeiern aller Art bekannt. Für Festlichkeiten der besonderen Art, wie Hochzeiten, Geburtstage oder Jubiläen steht auch ein 312 m² großes Pagodenzelt für ca. 120 Personen zur Verfügung. Auch Veranstaltungen werden hier ganz groß geschrieben, so z.B. findet am 11. Januar 2019 das Krimi-Dinner „Ein todsicheres Wiedersehen“ statt. Hier können Sie einen spannenden Kriminalfall lösen, während Sie ein exquisites 4-Gang-Menü mit Aperitif

Hotel Sternzeit | Friedrich-List-Allee 9 | 41844 Wegberg - Wildenrath
Tel.: 02432 . 4920 | E-Mail: info@hotelsternzeit.de | www.hotelsternzeit.de

MOKKA CATERING

FOTO: MOKKA CATERING

Egal ob Party oder Konferenz, Messe oder Hochzeitsfeier – es ist Ihre Veranstaltung und als Gastgeber sollten Sie ganz für Ihre Gäste da sein! MOKKA catering hält Ihnen den Rücken frei: mit allem, was die Zunge begehrt und Service genau nach Maß - Sie haben die Wahl. Aber nicht die Qual!

Kulinarische Leckerbissen vom klassischen Buffet über modernes Fingerfood bis zur deftigen Grillfeier. Auf Wunsch kümmert sich MOKKA catering um alles: Anlieferung, Equipment, Getränke, Servicepersonal.

Mokka Catering | Stephanstraße 1 | 41061 MG | Tel.: 02161 . 2473307 |
E-Mail: info@mokka.de | www.mokka.de/catering

STERNZEIT
HOTEL · TAGUNGEN · RESTAURANT

Krimilokal & Lokalkrimi

präsentieren:
"Ein todsicheres Wiedersehen"
Krimi-Menü mit einer (?) Leiche

11. Januar 2019, 19:30 h
Lösen Sie den Kriminalfall bei einem 4-Gang-Menü mit Aperitif!

Preis: 75 € pro Person

Hotel Sternzeit
Friedrich-List-Allee 9
41844 Wegberg-Wildenrath
Tel. 02432 - 49 20
info@hotelsternzeit.de

STERNZEIT
HOTEL · TAGUNGEN · RESTAURANT



FEIER FREI: MIT MOKKA catering

Egal ob Party oder Konferenz, Messe oder Hochzeitsfeier – es ist Ihre Veranstaltung und als Gastgeber sollten Sie ganz für Ihre Gäste da sein! MOKKA catering hält Ihnen den Rücken frei: Mit allem, was die Zunge begehrt und Service genau nach Maß.

Tel. (02161) 247 33 07 catering@mokka.de www.mokka.de

Silvester in Mönchengladbach

Zirkus Messajero

Silvester All inclusive Party

DJ-Party mit DJ Rokka im Saal
alle Biere vom Fass enthalten
alle Weine enthalten
reichlich Sekt für alle entahnten
alle alkoholischen Getränke enthalten
reichhaltiges mediterranes Buffet

(an Silvester keine Cocktails, Longdrinks oder Spirituosen. Alles übrige ist im All-Inclusive-Preis enthalten.)

**All-Inclusive-Preis
66 € im Vorverkauf**

Abendkasse, falls noch verfügbar 80,- €

Zirkus Messajero

Sophienstraße 17, 41065 Mönchengladbach
www.messajero.com



Projekt 42

Pure Dynamite

mit den DJs Barila Funk (Funk/Disco)
und Buddy Hawaii (80s/90s)

Eintritt 8 €

inkl. Mitternachtssekt

Projekt 42

Waldhausener Str. 40-42
41061 Mönchengladbach
www.projekt42.info



Goldwasser Touch my Soul

mit DJ Carlos

Eintritt 10 €

inkl. Flying Finger-Food Buffet

Goldwasser

Waldhausener Str. 21
41061 Mönchengladbach

Silvester in der Rex Box

mit Booster

www.sparkassenpark.de

Silvester im Sense Club

[https://www.facebook.com/
events/281675639125323/](https://www.facebook.com/events/281675639125323/)

Silvester im Graefen

Dine & Dance

[https://www.facebook.com/
events/1344678022321880/](https://www.facebook.com/events/1344678022321880/)

Silvester Frau Manfred

SchickiMicki Charts/HipHop/Classics

[https://www.facebook.com/
FrauManfred/](https://www.facebook.com/FrauManfred/)



SHOPPING-PAUSE

Last-Minute-Weihnachtsgeschenkideen



Nappo Geschenkkorb

Bei Nappoland in Kempen können Geschenkkörbe nach Wunsch ab 10 € zusammengestellt werden, egal ob weihnachtlich oder einfach nur bunt gemischt.

Preis: ab 10€

Gesehen bei:

Nappoland Fabrikverkauf

Heinrich-Horten-Str.26-30, 47906 Kempen
www.wawi-group.de/fabrikverkauf/nappoland-kempen.html



Flachmann aus Zinn

Handgefertigt in einer Sheffielder Manufaktur, aus einer Zinnlegierung ist dieser Klassiker in Zeiten des Spirituosen-Revivals das ideale Geschenk, nicht nur für den Mann. In zwei Größen erhältlich (110ml, 12x8x2cm bei 140g oder 170ml, 13,5x9x2cm bei 170g)

Preis: 37€ (klein), 49€ (groß)

Gesehen bei: www.manufactum.de

Bei Nappoland in Kempen können Geschenkkörbe nach Wunsch ab 10 € zusammengestellt werden, egal ob weihnachtlich oder einfach nur bunt gemischt.

Preis: ab 10€

Gesehen bei:

Nappoland Fabrikverkauf

Heinrich-Horten-Str.26-30, 47906 Kempen
www.wawi-group.de/fabrikverkauf/nappoland-kempen.html



Colours & Sons: Tyson City-Pullover

Einer der Trends aus der neuen Winter-Kollektion des Mönchengladbacher Labels „Colours & Sons“ ist der City Pullover aus Lammwollmischung. Man kann ihn im Office über einem Hemd zur Chino und Schnürschuhen tragen, oder lässig in der Freizeit über einem T-Shirt zu Jeans und Sneakern.

Preis: 89,99€

Gesehen bei: www.coloursandsons.com

Waldmann Füller (Tuscany, Linien-Design)

Ein eleganter und formschöner Füller aus massivem 925 Sterling-Silber aus der Manufaktur Waldmann. Ein Gravurfeld bietet die Möglichkeit zur Personalisierung. In verschiedenen Variationen erhältlich.

Preis: 214€

Gesehen bei: www.penoblo.de



Ein eleganter und formschöner Füller aus massivem 925 Sterling-Silber aus der Manufaktur Waldmann. Ein Gravurfeld bietet die Möglichkeit zur Personalisierung. In verschiedenen Variationen erhältlich.

Preis: 214€

Gesehen bei: www.penoblo.de



Melano Edelstahlringe

aus der Serie „Melano-Friends“

Preis: 15€ - 30€ / Stück

Gesehen bei:

Schatzinsel

Friedrichstr. 5, 41061 Mönchengladbach

DIE EVENTFAKTUR

DJ • SOUND • LIGHT • EVENTS

PRINZENSTR. 59
41065 MG
02161- 6784629
INFO@DIE-EVENTFAKTUR.DE
WWW.DIE-EVENTFAKTUR.DE

AGENTUR



Booster

Silent Night

DEZEMBER 2018 EST. 2000

14.12. / 15.12. / 21.12. /
22.12. / 23.12.2018

RED BOX
am SparkassenPark
www.redbox.de

SCHENKT EUCH WÄRME

GESCHENK-TIPP
Unsere exklusiven Verwöhnpakete
für Thermalbad & Sauna



CAROLUS THERMEN

THERMALBAD | SAUNA | SPA | GASTRONOMIE | Täglich von 9:00 bis 23:00 Uhr | Passstraße 79, 52070 Aachen | www.carolus-thermen.de



Handgemachte Engelspekulatius von Johan von Ilten



Johan von Ilten ist eine kleine Manufaktur aus Hannover, die noch in Handarbeit Feingebäck herstellen. Zur Weihnachtszeit bieten wir unter anderem einen zarten Butterpekulatius aus Dinkelmehl an, mit Zimt, echter Vanille aus Madagaskar, Kardamom, und Mandeln oder Zartbitterschokolade verfeinert. Die Spekulatius sind hübsch verpackt in einer Papiertüte.

Preis: 8,70€ / 200g

Gesehen bei:

ARISTA Kaffeerösterei und Feinkost
 Albertusstr. 6, 41061 Mönchengladbach
www.arista-kafeeroesterei.de

ffeel® - Kaffee trifft Frucht

Aus dem Hause melitta® kommt eine neue Limonade, die die beiden Food&Beverage-Trends „Cold Brew Coffee“ und Superfruits zusammenbringt. Die Kombination aus kalt aufgesetztem Kaffee und Zitrusfrüchten macht munter bei einer angenehmen Milde und ist am besten eisgekühlt zu genießen.

Preis: 2,30€ / 330ml Flasche (0,70€/100ml)

Gesehen bei:

www.foodist.de

GENUSS KULTUR

Shopping

Es gibt viele spannende und interessante Genuss-Produkte da draußen und täglich werden es mehr. Egal, ob etablierte Manufaktur oder Start-Up - wir gehen digital und real auf die Suche und tragen für Sie neue Inspirationen für Küche und Bar zusammen.

Redaktion: Marc Thiele, Fotos: Anbieter

Die GenussKultur wird präsentiert von



85% MANDARINEN MARMELADE Von Chios, Ägäis

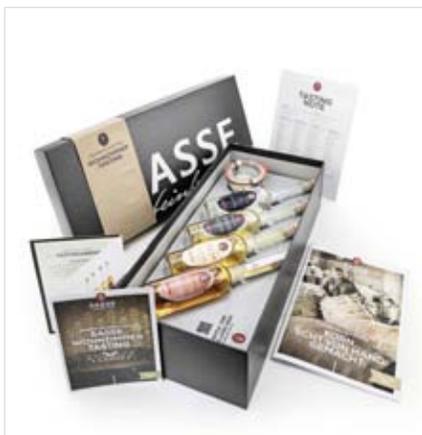
Ein Duft mit betörender Wirkung. Diese Marmelade verkörpert die Leichtigkeit des Sommers und entfacht die konzentrierte Sonne der Ägäis. Schonend hergestellt aus einer uralten und seltenen Mandarinsorte der Insel Chios, bekannt für ihr hoch intensives Aroma. Unser Favorit unter den Marmeladen. Einzigartige frische Mittelmeer Früchte, werden innerhalb von wenigen Tagen nach der Ernte schonend verarbeitet werden. Ganz ohne Pektine, Geliermittel oder andere Zusatzstoffe!

Weitere Sorten: Blutorange, Himbeere, Pflaume-Granatapfel, Erdbeere und Pfirsich

Preis: 6,60 € / 180g Glas

Gesehen bei:

KULT+GENUSS, Wilhelm-Strauß-Str. 65,
 41236 Mönchengladbach
www.kultundgenuss.de



Korn-Wohnzimmer-Tasting

Nehmen Sie sich einen Abend Zeit, laden Sie Gäste zu sich ein und erleben Sie vier exklusivsten Edelbrände aus dem Hause Sasse:

Das erwartet Sie:

Tasting Notes, Getreideprobe (Roggen / Weizen / Malz), die Rohstoffe für alle unsere Destillate, T. S. Privat, 41,5 % vol., 100 ml, 1972 destilliert, Lagerkorn® Münsterländer Unikat 32 % vol.,

100 ml, Cigar Special 40 % vol., 100 ml, Bordeaux Finish 44,5 % vol., 100 ml

Preis: 59,00 € (1l/147,50€)

Gesehen bei:

feineKost, Quadtstr. 4, 41189 MG-Wickrath
www.feinekost.com



Stokes - Real Tomato Ketchup

Ein Ketchup aus England, das komplett ohne künstliche Aromastoffe auskommt. 200g italienische Tomaten, Knoblauch, ausgesuchte Gewürze, unraffiniertes Roh-Rohrzucker, Branntweinessig und andere natürliche Zutaten ergeben 100g veganes und laktosefreies Ketchup.

Preis: ab 4,99€ / 300g (1,66€ / 100g) (Preise vergleichen)

Gesehen bei:

www.gourmondo.de, rewe.de u.a.

Tanqueray Malacca (2012)



Auch bei Trend-Spirituosen gibt es Legendenbildung und der Tanqueray Malacca gehört dazu. Nachdem die Produktion des ursprünglichen Tanqueray Malacca 2004 eingestellt wurde, kam es 2012 zu einer Neuauflage, die sich schnell zu einem Hype entwickelte. War der Malacca doch der erste neue Gin, der Ende der 90er Jahre tatsächlich nach einem Originalrezept von Charles Tanqueray basierte. Von der Neuauflage wurden 100.000 (numerierte) Flaschen produziert, die sich noch heute großer Beliebtheit und Nachfrage erfreuen - gut dass der Hype sich gelegt und die Preise sich normalisiert haben. Auf jeden Fall sollte der Tanqueray Malacca in keiner ambitionierten Hausbar fehlen, und sei es nur als Ausstellungsstück.

Preis: ab 59,90€ (unbedingt Preise vergleichen)

Gesehen bei:

www.rumundco.de, whiskyonline24.de u.a.

Wir haben was zu feiern!



FIRST REISEBÜRO Mönchengladbach in neuem Look Modern, stylisch und multimedial

Das möchten wir gerne mit Ihnen feiern. Genießen Sie die neue Wohlfühlatmosphäre und lassen Sie sich von unserem kompetenten Team für neue Urlaubsdestinationen und -ideen inspirieren. Einzigartige Momente warten bei uns darauf, von Ihnen erlebt zu werden.

Kommen Sie vorbei! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

FIRST REISEBÜRO

FIRST REISEBÜRO Mönchengladbach GmbH
Bismarckstr. 23-27, 41061 Mönchengladbach
Tel. 0 21 61 / 27 41 63 (auch per WhatsApp)
touristik@first-mg.de • www.first-mg.de

TRAUMURLAUB IN ENTSPANNTER ATMOSPHERE PLANEN

Statt Büroatmosphäre empfängt das FIRST Reisebüro Mönchengladbach seine Kunden ab Dezember in wohnlich gestalteten Räumen, die eher an einen Concept Store erinnern. Dr. Ute Dallmeier hat dem Traditionsunternehmen und Platzhirsch in Mönchengladbach einen „Relaunch“ verordnet: „Unsere Kunden erwarten heute neben sympathischer und kompetenter Beratung auch multimediale Inhalte, wie Filme und großformatige Bilder.“ Die beiden Mönchengladbacher Unternehmen Innenausbau Hoppen und Planen und Einrichten pro office haben mit Ideen und Expertise das moderne und kundenfreundliche Shopkonzept umgesetzt. In der neugestalteten Lobby bekommen Kunden schon erste Inspirationen und in einer gemütlichen Kreuzfahrtlounge kann man Schiffsatmosphäre schnuppern. Für Kundenabende und exklusive Beratertermine auch außerhalb der Öffnungszeiten wurde ein Eventraum multimedial gestaltet. So beginnt Urlaubsatmosphäre schon bei der Planung.

INNENAUSBAU
HOPPEN

PLANENUNDEINRICHTEN
pro office
Büro + Wohnkultur

FIRST REISEBÜRO Mönchengladbach, <https://www.first-mg.de>

Bismarckstr. 23-27, 41061 Mönchengladbach, Tel.: 02161.274163

Alter Markt 9, 41061 Mönchengladbach, Tel.: 02161.930920

Am Mühlentor 11, 41179 Mönchengladbach, Tel.: 02161.58640

GENUSSKULTUR

Tasting

A.H. Riise XO Reserve Christmas Rum

Batch 104 - Ltd. Edition

Verkostet und vorgestellt von Werner Henssen, Inhaber KULT+GENUSS, Mönchengladbach, Foto: Anbieter

Alle Jahre wieder... bringen diverse Produzenten von Konsumgütern spezielle Weihnachtseditionen auf den Markt. Als ich zum ersten Mal von der Christmas Edition des X.O. Reserve Rums las, war ich überaus skeptisch. Doch bis dahin hatten mich die verschiedenen Rum Kreationen aus dem Hause A.H. Riise, die nach dem 1838 auf die Danish West Indies ausgewanderten dänischen Apotheker Albert Heinrich Riise benannt sind, immer sehr überzeugt. Und so ließ ich mich auf das Wagnis ein.

Schon die erste Edition, die ich vor 4 Jahren ins Sortiment aufnahm, konnte bei einem kombinierten Rum/Whisky Tasting voll und ganz überzeugen und wurde zum Besten Rum des Abends gekürt. In der Tat erinnern die Noten, die man beim ersten Schnuppern aufnimmt, durchaus an weihnachtliches. Ich muss dabei an einen Christstollen denken, Marzipan, Orangen und eine gute Nase voll von Nüssen und Gewürzen. Jetzt sitze ich hier mit meiner 4. Ausgabe dieses außergewöhnlichen, goldbraunen Elixiers und möchte meine Eindrücke in Worte fassen.

Zunächst einmal sticht mir, neben der erwähnten Farbe, die enorm hohe Viskosität des Rums ins Auge. Nach dem Schwenken des Glases bilden sich die bekannten „Tränen“ an der Innenseite des Glases, die nun ganz langsam wieder nach unten rollen und mir so einen richtig vollen Körper signalisieren.

Konsistenz und Duft vereinen sich auf der Zunge zu einem wahrlich harmonischen Schmelz und Geschmackserlebnis. Zu den Eindrücken beim Nosing gesellen sich jetzt noch Geschmacksnuancen von Trockenfrüchten wie Rosinen, Datteln oder Feigen.

De X.O. Reserve Rum ist, wie jedes Jahr, eine limitierte Sonderedition und eine Komposition aus verschiedenen Einzelfässern von karibischen Destillaten, die zwischen 13 und 20 Jahre gelagert wurden. Der Rum erhielt ein Finish in ausgesuchten Pedro-Ximenez Sherryfässern.

Ich wünsche Ihnen eine genussvolle Vorweihnachtszeit mit ähnlich spannenden Geschmack-

serlebnissen wie dem hier beschriebenen und hoffe, dass Sie einmal in den Genuss dieses Christmas Rums kommen und dabei mit einem Schmunzeln an meine Beschreibung denken müssen.

Ihr Werner Henssen



Verkostet von Werner Henssen,
KULT+GENUSS,
Wilhelm-Strauß-Str. 65,
41236 Mönchengladbach,
www.kultundgenuss.de

SPIRITUOSEN- UND GENUSS-MESSEN 2019

Nicht nur das Angebot an Spirituosen wird immer größer, auch die Anzahl der Messen, vor allem im regionalen Bereich, steigt stetig. Hier einige erste Termine für 2019.

0711 Spirits	25.-27.01.2019	Phoenixhalle Römerkastell, Stuttgart	0711spirits.de
Hanse Spirit	31.01.-02.02.2019	Fischauktionshalle, Hamburg	neu.hansespirit.de
Finest Spirits München	08.-10.02.2019	MVG Museum, München	finest-spirits-muenchen.de
The Village / Pueblo del Ron	02.-03.03.2019	Messe Nürnberg	whiskey-messe.de
Pro Wein	17.-19.03.2019	Messe Düsseldorf	prowein.de
Cologne Spirits	22.-23.03.2019	Media Park, Köln	cologne-spirits.de
Genuss Festival Mönchengladbach	19.-21.07.2019	Hindenburgstraße, Mönchengladbach	genussfestival-moenchengladbach.de
BCB Bar Convent Berlin 2019	07.-09.10.2019	Station-Berlin, Berlin	barconvent.com/de

Bier *horizont*



Foto: © Kefenbaum

CRAFT-BIER WAS IST DAS?

Craftbier hat seinen Ursprung in den USA. Während der Prohibition brauten die sogenannten Homebrewer ihr eigenes „Süppchen“ in ihren vier Wänden. Selbst nach der Prohibition im Jahre 1933 blieb das Homebrewing bis 1979 illegal. Die Craftbier-Szene, die sich mit der Legalisierung entwickelte, braute aus Spaß und um anschließend die Geschmacksvielfalt mit Freunden genießen zu können. In England war das Homebrewing zwar schon seit 1963 legal, diente allerdings zunächst zur billigen Bierversorgung. Erst Mitte der 80er begann man, auf Qualität, Geschmack und natürliche Rohstoffe Wert zu legen.

Die ersten Anleitungen zur handwerklichen Bierherstellung gab Jean Pütz 1982 in seiner Sendung „Hobbythek Nr. 80“ und gilt somit als Pionier der deutschen Homebrewer-Szene.

Die deutsche Craftbier-Szene ist hingegen noch sehr jung. Dr. Marc Rauschmann, der in Berlin Brauereitechnologie studierte, später als Braumeister bei der Radeberger-Gruppe arbeitete, brachte mit der Marke Braufactum die Craftbier-Bewegung 2010 nach Deutschland.

Woher die Craftbier-Brauer auch kommen mögen, es verbindet sie eine gemeinsame Philosophie:

- 1) Spaß an vielfältigen und überraschenden Geschmackserlebnissen,
- 2) Mut für Neues,
- 3) Beste Zutaten,
- 4) Kompromisslose Qualität liefern
- 5) Wissenschaft und Technologie nutzen,
- 6) Austausch mit Bierfreunden weltweit,
- 7) Fusion aus Tradition und Innovation,
- 8) Regeln brechen, um Neues entstehen lassen zu können,
- 9) Werteorientiertes Handeln – Respekt vor Mensch und Natur

Dieser Wertekatalog ist fast zu schön, um wahr zu sein. Aber es gibt sie wirklich, sogar ganz in unserer Nähe, z.B. die Uerige in Düsseldorf.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß auf Ihrer Entdeckungsreise, ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein frohes neues Jahr

...zum Wohle

Ihr Karsten Kefenbaum



* EXCLUSIV * NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM * EXCLUSIV * NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM *

Craft-Bier aus Düsseldorf

Das Alt der Stadt

Uerige, die letzte wahre Hausbrauerei

Alt, Jron, Sticke, Doppelsticke, Fassbrause Rhabarber und Holunder 0,33/0,5 l Flasche (1 l = € 4,18) auch Uerige 6er Pack im Angebot

statt € 12,34 zzgl. € 3,00 Pfand

NUR 8.99

Dieses Angebot ist gültig bis Silvester 2018!

2X in Mönchengladbach mit Lieferservice

Wickrather Straße 129 · 41236 MG Tel. 0 21 66/13 99 67*
Volksgartenstraße 85 · 41065 MG Tel. 0 21 61/99 22 45*
*Gültig nur in diesen beiden Märkten!

DOPPEL-SAMSTAG

Was bedeutet das?
An einem Samstag haben 2 Handzettel ihre Gültigkeit! (aktueller Handzettel + Folgeweche)

Ab wann gilt das?
Ab sofort – jeden Samstag!

Wo finde ich die Angebote?
Ab Freitag auf der Facebookseite von trinkgut-Kefenbaum!
Ab Samstag in der Beilage von Einkauf Aktuell nachzulesen!

Wo bekomme ich die Angebote der kommenden Woche?
Nur in den beiden Märkten von trinkgut-Kefenbaum!

* EXCLUSIV * NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM * EXCLUSIV * NUR BEI TRINKGUT KEFENBAUM *

IM ERFOLG IST ALLES EIN BISSCHEN EINFACHER

Aber auf Borussia lauern gemeine Spiele im Spätherbst

Redaktion: Ingo Rütten | Fotos: VfL Borussia Mönchengladbach



Der gelungene Offensivtransfer Alassane Plea (oben) ist genau der Typ Spieler der Borussia gefehlt hat, wogegen Mamadou Doucouré (rechts) wegen dauernder Verletzungen seit mehr als zwei Jahren noch kein einziges Pflichtspiel absolviert hat

Wenn drei Tage vor Heiligabend die Hinrunde dieser Fußball-Bundesliga-Saison für Borussia endet, dann dürfen die VfL-Fans sich hoffentlich immer noch wie an Weihnachten fühlen. Aber auch schon vor dem Finale dieses aus Sicht des VfL in der zweiten Hälfte tollen Jahres darf und kann man sich ungeachtet einzelner Resultate entspannt zurücklehnen. VfL-Sportdirektor Max Eberl nutzte ohnehin bereits in der letzten Länderspielpause die Gunst der Stunde, um auf eine positive Entwicklung bei Borussia aufmerksam zu machen. Es werde mitten in einer Saison häufig darauf verwiesen, „dass man noch nichts erreicht hätte. Das muss ich zurückweisen. 23 Punkte nach elf Spieltagen bedeuten eine herausragende Ausgangslage, Platz zwei ist das Resultat unserer Leistungen nach fast einem Saisonritt“, meinte Eberl auf der Vereins-Website durchaus zurecht.

Auf Anhieb gelungen

Hecking profitiert wie die komplette Mannschaft nicht nur von der Systemumstellung, sondern auch von einem endlich mal auf Anhieb gelungenen Offensivtransfer im Sommer: Alassane Plea ist genau der Typ, der Borussia gefehlt hat. So fällt das ewige Fehlen von Raffael nicht mehr so ins Gewicht; der Edeltechniker, der in den ver-

gangenen Jahren stets den Unterschied auf dem Platz beim VfL ausmachte, scheint mit seinen Wadenmuskeln im zunehmenden Alter auch zunehmende Probleme zu haben. Recht häufig und viel fällt der Brasilianer aus – der VfL hat gut daran getan, sich darauf einzustellen.

Ein anderer Franzose sorgt im Gegensatz zu Plea leider für schlechte Nachrichten, und das seit

mehr als zwei Jahren und seitdem er bei Borussia angeheuert hat. Die Rede ist natürlich von Mamadou Doucouré. Beim 3:0-Testspielsieg gegen Preußen Münster erlitt der Innenverteidiger einen Muskelbündelriss, seinen vierten, ohne dass er jemals ein Pflichtspiel für seinen Club gemacht hätte. Spätestens jetzt geht es einzig um die Fortsetzung seiner sportlichen Laufbahn, nicht mehr um ein Spiel beim VfL. Der junge Innenverteidi-



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

UNSERE LEISTUNGSSCHWERPUNKTE:

Implantologie

- Implantation mit verschiedenen Systemen
- 3D-navigierte Implantat-Planung und Diagnostik
- Parodontitis- und Periimplantitisbehandlung (chirurgisch, konservativ mit Soft- und Hardlaser)

Zahnärztliche Versorgung

- Ästhetische-, kosmetische Zahnrestauration / Bleaching
- Hochwertiger-, langlebiger Zahnersatz
- Behandlung unter Vollnarkose
- Betreuung kranker Patienten zu Hause/im Heim
- Zahnärztliche Schlafmedizin / Schnarchtherapie

Prophylaxe

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



ger hoffte so sehr, die persönliche Leidenszeit hinter sich gelassen zu haben. Und mit jedem erfolgreichen Test avancierte er immer mehr zur Hoffnung Borussias, in ihm eine personelle Verstärkung für die Hintermannschaft im Spielerkader zu haben. Die erneute Verletzung macht einen Transfer im Winter wahrscheinlicher, denn Eberl weiß, dass die VfL-Hintermannschaft frisches Blut und eine Alternative gebrauchen kann.

Begeirde geweckt

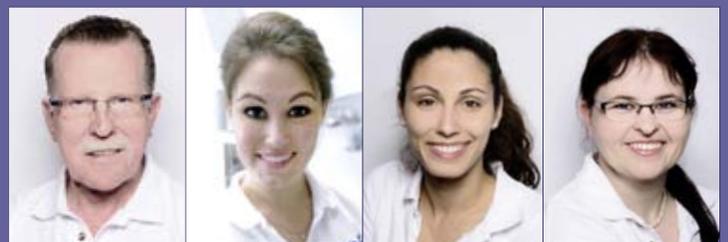
Auf der anderen Seite haben die guten Vorstellungen der Borussen Begeirde geweckt, auch und vor allem die Reservisten profitieren davon – und es liegt in der Natur der Sache, dass gerade sie auch diejenigen sind, die sich am ehesten verändern möchten. Es wäre indes schade, ließe Eberl die Talente gehen, die in der Hinrunde bislang nicht wie von ihnen gedacht zum Einsatz gekommen sind. László Bénes oder Michael Cuisance würden dieser Borussia weiterhin gut tun, beide ließe der VfL aber ziemlich sicher nur als Leihgeschäft zu einem anderen Club ziehen. Wenn das bei Josip Drmic gelänge, dürfte Eberl sich auf die Schultern klopfen, schon im Sommer konnte der Schweizer nicht „an den Mann gebracht“ werden, ähnlich wie Patrik Herrmann. Letzterer indes nahm die Situation an und spielte sich wieder in den Vordergrund – bei Borussia und für andere Interessenten. Im Erfolg ist eben alles ein bisschen einfacher – das darf gerne so bleiben!

nach dem Sieg bei Bayern München auch keine, die Angst machen muss, sondern eher ein Spitzenspiel, auf das sich die Anhänger dieser Borussia freuen dürfen. Fußball bleibt eben ein Tagesgeschäft.

TERMINE IM DEZEMBER

Bundesliga	So. 2.12.	15:30	RB Leipzig - BORUSSIA
Bundesliga	So. 9.12.	18:00	BORUSSIA - VfB Stuttgart
Bundesliga	Sa. 15.12.	15:30	TSG Hoffenheim - BORUSSIA
Bundesliga	Di. 18.12.	18:30	BORUSSIA - 1. FC Nürnberg
Bundesliga	Fr. 21.12.	20:30	Borussia Dortmund - BORUSSIA

FACHKOMPETENZ MIT PERSÖNLICHER BETREUUNG - FÜR SCHÖNE UND GESUNDE ZÄHNE!



SPRECHSTUNDEN

auch MI und FR nachmittags

Mo.: 08.00 - 18.00 Uhr
Di.: 07.00 - 18.00 Uhr
Mi.: 07.00 - 18.00 Uhr
Do.: 08.00 - 19.30 Uhr
Fr.: 07.00 - 17.00 Uhr

Praxis für Zahnheilkunde
& Implantologie

Dr. Hartmut Bongartz MSc
MSc & Kollegen

Krahnendonk 7
41066 Mönchengladbach

Termine auch außerhalb
der Sprechstunde möglich!

Tel.: 0 21 61 - 66 63 60
www.zahnarzt-drbongartz.de



HOCKEY AKTUELL

Der Mönchengladbacher Mats Grabusch, gebürtiger GHTCer, aktuell bei Rot-Weiß Köln, befindet sich momentan bei der Feldhockey-Weltmeisterschaft in Indien.



Mats Grabusch, 26 Jahre, 120 Länderspiele, 45 Tore

Mats, es war eine lange Vorbereitung auf das WM-Turnier, gerade bist du mit deinem Team auf dem Abschlusslehrgang in Valencia/Spanien. Seid ihr und bist du gut drauf?

Mats Grabusch: Absolut. Es war eine verdammt lange Vorbereitung. Wir arbeiten seit unserem Umbruch nach Olympia 2016 nur auf das Ziel WM 2018 hin. Und natürlich gibt es in dieser recht

langen Zeit auch Phasen, in denen es manchmal nicht ganz optimal läuft, aber das ist eben Teil einer Entwicklung. Insgesamt geht der Plan in die absolut richtige Richtung und drei Wochen vorm Turnierstart kann ich – hier aus Alicante – ganz selbstbewusst sagen, dass wir eine Mannschaft haben, die am Ende auch das Potenzial hat, Weltmeister zu werden.

Indien, eine etwas andere Welt, eine große Hockeynation – was erwartet euch dort, und wie habt ihr euch auf das dortige Klima vorbereiten können?

Mats Grabusch: Indien ist ein Traum für jeden Hockeyspieler. Während wir in der deutschen Liga vor einer überschaubaren Kulisse spielen, werden in Indien bis zu 16.000 fanatische Zuschauer auf uns im Stadion warten. Hockey ist in Indien, neben Cricket, der meist gespielt und geliebte Sport und entsprechend wird dieser eben unfassbar zelebriert. Die größte Umstellung ist aber nicht der Wirbel um den Sport, sondern vielmehr das Klima, die gewöhnungsbedürftigen Essgewohnheiten und die Problematik „Immunsystem“. Das Klima ist ein Mix aus warmen Temperaturen, hoher Luftfeuchtigkeit und ein wenig Smog. Für einen Leistungssportler sicherlich nicht die beste Kombi.

Welche Nationen gehören zum Favoritenkreis?

Mats Grabusch: Holland, Belgien, Argentinien und Australien werden unsere Top-Gegner sein.

Was sind eure Ziele bei der Weltmeisterschaft in Indien?

Mats Grabusch: Wir haben noch nicht gemeinsam über unsere Ziele gesprochen. Das wird in den nächsten Tagen erst der Fall sein. Jedoch kann ich schon mal verraten, dass ich persönlich niemals mit einem anderen Ergebnisziel als „Gewinnen“ zu einem Turnier fahren würde. Deshalb Weltmeister ;-)

Wir wünschen Dir eine tolle WM und viel Erfolg!

Herren Hockey-WM

in Indien (16 Teams)

Vom 28.11. bis 16.12.2018

Gruppe C

Deutschland - Pakistan, 1. Dezember
Deutschland - Niederlande, 5. Dezember
Deutschland - Malaysia, 9. Dezember
Anschließend KO-Phase



Hockey-Heimspiele

FIRST XI - 2. Bundesliga

So., 02.12., 13 Uhr GHTC - RW Berg, Gladbach
So., 09.12., 13 Uhr GHTC - Bonner THV
Sa., 22.12., 17 Uhr GHTC - Kahlenberger HTC
So., 20.01., 13 Uhr GHTC - Oberhausener HTC
Sa., 02.02., 19 Uhr GHTC - SW Köln

1. Damen-Regionalliga

So., 25.11., 1 Uhr GHTC - Crefeler HTC
So., 09.12., 10 Uhr GHTC - ETUF Essen
Sa., 13.01., 11 Uhr GHTC - SW Köln
So., 03.02., 11 Uhr GHTC - RHTC Leverkusen
Sa., 17.02., 12 Uhr GHTC - HC Essen

Gladbacher Hockey- und Tennis-Club e.V.
An den Holter Spielstätten 11, 41069 MG



(oben) Nikki Braun, Kapitän der GHTC Herren-Mannschaft, (unten) Die Herren- und Damen-Mannschaft des GHTC

Am 2. Dezember startet die Herrenmannschaft des GHTC in die Hallenhockey-Bundesliga-Saison. Wir sprachen mit Mannschaftskapitän Nikki Braun über seine Erwartungen und Ziele.

Hallo, Niki. Der Countdown läuft! Bald ist es endlich wieder so weit: Die Hallenhockey-Bundesliga-Saison startet für euch! Worauf freuen du und dein Team euch am meisten?

Die Hallensaison im GHTC ist immer etwas ganz Besonderes. In unserer Halle herrscht eine spektakuläre Stimmung. Daher freuen wir uns insbesondere natürlich auf unsere Heimspiele mit guter Unterstützung, aber auch auf die engen Spiele gegen unsere Ligakonkurrenten, die vielleicht erst in letzter Sekunde entschieden werden. Ich persönlich freue mich gerade deswegen sehr auf die Hallensaison, weil hier alles noch mehr vom Kampfgeist und Siegeswillen abhängt.

Du sprachst gerade von der tollen Atmosphäre in der Halle, die, wie ich gehört habe, ziemlich stimmungsvoll und mitreißend ist. Wie empfindet ihr Spieler das?

Das bekommen wir natürlich auch mit. Mich persönlich motiviert eine volle Halle immer total und ich denke auch, dass der ein oder andere Gegner davon etwas eingeschüchtert werden könnte. Nicht zuletzt von unserem DJ, der den Zuschauern vor, nach und auch während des Spiels ordentlich einheizt.

Was erwartest du von dir persönlich und von deinem Team für die kommende Saison. Was habt ihr euch vorgenommen?

Nachdem ich die letzte Hallensaison studiumsbedingt ausgesetzt habe, bin ich noch mal motivierter als in den Jahren zuvor. In den letzten Jahren hatten wir immer das Ziel des Aufstiegs, konnten es allerdings nie erreichen. Auch diese Saison sind wir wieder optimistisch. Von uns allen erwarte ich, dass wir jedes Spiel einzeln betrachten und nicht zu leichtsinnig an die Sache gehen. So ein Ausrutscher, wie auf dem Feld gegen Kahlenberg, soll uns nicht auch in der Halle passieren.

Als Kapitän trägst du eine besondere Verantwortung. Was bedeutet das für dich? Und wie schaffst du es, deine Mannschaftskollegen zu motivieren und zu begeistern?

Mir bedeutet es viel, dass der Trainer und die Mannschaft mir das Vertrauen schenken. Ich versuche in jedem Spiel und auch im Training, mit 100% bei der Sache zu sein und eine Art Vorbildfunktion auszufüllen. Das ist aber gerade im Training nicht immer leicht. Deswegen ist es auch sehr hilfreich, dass wir neben mir noch weitere Spieler in der Mannschaft haben, die mit gutem Beispiel vorangehen, und wir die Mannschaft so gemeinsam motivieren.

Klingt vielversprechend. Dann drücken wir euch die Daumen für eine spaßige und vor allem erfolgreiche Hallensaison und einen guten Start am 2. Dezember beim Heimspiel gegen Bergisch-Gladbach!



Fotos: GHTC

IMPLANTATE - TEAMARBEIT. SPEZIALISTEN IN IHREN FACHGEBIETEN.



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

Der Verlust von Zähnen ist immer mit Emotionen verbunden. Es geht nicht „nur“ um funktionelle Aspekte, wie das Kauen, Sprechen oder Schlucken. Zähne spielen für das Aussehen und die persönliche Ausstrahlung eine wichtige Rolle. Implantate versprechen individuelle Lösungen für jede Art von Zahnverlust. Wir sprechen mit den beiden zertifizierten Implantologen Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange und Jörg Weyel, die als Mund-Kiefer-Gesichtschirurgen auf eine langjährige Erfahrung in der Implantologie und in der Behandlung komplexer Situationen im Kiefer-/Gesichtsbereich zurückgreifen können.

Redaktion:

In Deutschland werden die meisten Implantate von Chirurgen gesetzt. Die anschließende, prothetische Versorgung, d.h. die „neuen Zähne“, erhalten die Patienten bei ihrem Zahnarzt. Was steckt hinter der Aufgabenteilung Chirurgie / Prothetik?

Jörg Weyel: Dank dieser Trennung zwischen Chirurgie und Prothetik sind Patienten immer in der Hand eines Spezialisten. Die Implantate werden von routinierten Chirurgen gesetzt und nach ihrer Einheilung von kompetenten und erfahrenen Zahnärzten mit den neuen Zähnen versorgt. Ein Weg, den viele Patienten schätzen. Die Planung einer Implantatlösung erfolgt immer im Behandlungsteam und mit Blick auf die Wünsche und Möglichkeiten eines Patienten.



Illustration implantatgetragener Einzelzahn (©CAMLOG)

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: In der Implantologie ergänzen sich moderne Technik und hohe ärztliche Qualifikation. Bei Praxen, die sich auf die Chirurgie konzentrieren, sind moderne Verfahren wie digitale Volumetomographie und navigierte Implantologie zu einem unverzichtbaren Standard geworden. Sie führen bei implantologischen Eingriffen zu präziser Diagnostik, erlauben eine detaillierte Behandlungsplanung und genaue Implantatchirurgie. Die digitale Volumetomographie ermöglicht uns eine dreidimensionale, detaillierte Untersuchung mit extrem niedriger Strahlenbelastung.



Präzise digitale Planung

Redaktion: Was verstehen Sie unter „routiniert“ in der Implantologie?

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Es geht um Erfahrung, nicht um Routine. Jeder Patient und jeder Fall ist individuell zu sehen. Erfahrung heißt auch, alternative Möglichkeiten abzuwägen und in Zusammenarbeit mit den überweisenden Zahnärzten die beste individuelle Lösung für den Patienten zu finden. Dies kann in machen Fällen auch eine Versorgung ohne Implantate bedeuten. Mit unseren überweisenden Kollegen erstellen wir Behandlungskonzepte, die Funktionalität mit hoher Ästhetik verbinden. Auch in schwierigen Fällen erreichen wir so eine Erfolgsquote von mehr als 98 %.

Jörg Weyel: Wir arbeiten beide seit über 20 Jahren in der Implantologie. Für unsere Erfahrung sprechen jährlich mehr als 1500 gesetzte und erfolgreich eingehelte Implantate. Patienten schätzen die jahrelange, vertraute Zusammenarbeit zwischen uns und den überweisenden Kollegen. Sie wissen, dass sie sich einem gut eingespielten Spezialistenteam anvertrauen.

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Dank unserer Erfahrung können wir auch in schwierigen Situationen möglichst minimal invasive, schonende Lösungen anbieten. Wir helfen auch Patienten, die nach langer Zahnlosigkeit ein vermindertes Knochenangebot aufweisen. Beim Knochenaufbau eröffnet die spezielle Ausbildung eines Chirurgen weitere Behandlungsmöglichkeiten. Mit besonderen chirurgischen Techniken können wir Implantate auch nach Knochenabbau gegebenenfalls ohne Knochenentnahmen mit guten Erfolgsaussichten setzen. Uns steht mit der so genannten Piezo Surgery ein bewährtes Operationsverfahren zur behutsamen Knochenbearbeitung mit Ultraschall zur Verfügung.

Jörg Weyel: Implantate bieten Patienten in nahezu jeder Situation eine flexible und schonende sowie zuverlässige und ästhetisch anspruchsvolle Lösung für festsitzenden Zahnersatz. Die Aufgabenteilung Chirurgie und Prothetik hat sich als eine fortschrittliche Therapievariante etabliert, um verlorene Zähne zu ersetzen und Lücken zu schließen.

Redaktion:

Die jahrelange Erfahrung der beiden Chirurgen und ihrer überweisenden Kollegen zeigt: Implantate können das Leben positiv verändern und sorgen für eine bessere Lebensqualität.

Herr Dr. Lange, Herr Weyel wir danken für dieses aufschlussreiche Gespräch.



Praxis für

**Mund - Kiefer - Gesichtschirurgie
Plastische - Ästhetische Operationen**



Dr. Dr. Lange & Weyel
Fliethstr. 67 | 41061 MG
Tel. 02161 4666666
www.implantate-mg.de

Yoga

Burnout: Hilfeschreie unserer Psyche Yoga als langfristige Stressbewältigung

Jeden von uns kann es treffen: Burnout. Ein Zustand der totalen körperlichen, geistigen und emotionalen Erschöpfung als Folge von chronischer Überforderung. Wir alle sind täglich starken Stressoren ausgesetzt, sind gefordert und belastet. Um nicht aus dem körperlichen und seelischen Gleichgewicht zu geraten, braucht es Stressbewältigungsstrategien.

Zahlen & Fakten

Es sind alarmierende Zahlen: Nach Schätzung der WHO (Weltgesundheitsorganisation) wird jeder vierte Mensch einmal im Leben psychisch krank. Mit weltweit ca. 300 Millionen betroffenen Menschen zählen Depression und Burnout sogar zur zweitgrößten Volkskrankheit. Bundesweit sind psychische Erkrankungen somit der zweitwichtigste Grund für Arbeitsunfähigkeit. Neun von zehn Deutschen fühlen sich von ihrer Arbeit gestresst und sogar jeder zweite Bundesbürger fühlt sich von einem Burnout bedroht (Umfrage der pronova BKK).

Burnout: Symptome & Ursachen

Chronischer Stress kann zum Burnout führen. Schwerer Burnout wiederum kann zur Depression führen. Um das zu vermeiden, sollten Sie erste Symptome ernst nehmen. Empfundene Burnout-Symptome können anhaltende Erschöpfung, innere Anspannung, Lustlosigkeit, Schlafstörungen oder auch Gereiztheit sein. Gründe für das Gefühl völliger Erschöpfung können sowohl beruflicher als auch privater Natur sein. Beruflich: Termin- und Leistungsdruck, Überstunden, schlechtes Arbeitsklima, Konkurrenzkampf, Konflikte mit Kollegen und Vorgesetzten, fehlende Anerkennung, unklare Verantwortungsbereiche. Privat: fehlende Work-Life-Balance, Einsamkeit, ungelöste Beziehungskonflikte, körperliche Beschwerden.

Symptome erkennen – Handeln:

Sie haben sich bei den Burnout-Symptomen und verschiedenen Stressoren wiedergefunden? Dann ist es höchste Zeit zu handeln. Es ist Zeit für Veränderung. Was Sie als Sofortmaßnahme tun können:

- Professionelle Abklärung der Symptome und Beratung durch externe Person (Arzt)
- Stressoren herausfinden und reduzieren oder beseitigen
- Sofortige Verschnauaufpausen: Ruhe, Erholung, Entspannung verordnen
- Langfristig Anti-Stress-Rituale erarbeiten (z.B. Yoga) und ins Leben integrieren
- Prioritäten setzen: auch mal „nein“ sagen
- Perfektionismus vermeiden
- Ggf. (längerfristige) Betreuung durch Arzt, Therapeut oder Coach

Haben wir diese nicht, suchen sich Körper und Geist irgendwann einen Weg, um auf den Missstand aufmerksam zu machen. In den letzten Ausgaben konnten Sie lesen, wie unser Körper auf Stress reagiert. Heute geht es um den seelischen Schmerz.

Warum Yoga als Langzeitmaßnahme hilft:

- Yoga verbessert die Selbstwahrnehmung: Bin ich gerade gestresst oder nicht?
- Yoga ist eine Achtsamkeitspraxis: Was tut mir gut, was nicht?
- Yoga als Entspannungstechnik: Erholung, Zeit für sich, Entschleunigung
- Yoga ist kein Sport: es funktioniert ohne Leistungsdruck und Perfektionsanspruch
- Yoga ist frei von Bewertung. Jeder bleibt bei sich.
- Durch Yoga mit dem Moment verbunden: Das Jetzt zählt.
- Stille durch Meditation: Stille stellt keine Fragen. Aber sie kann Antworten geben.

Alle oben aufgelisteten Punkte können Ihnen sowohl als Präventiv- als auch als Sofortmaßnahme bei einem Burnout helfen.



Über Alena Scharfschwert

Nach einem halben Leben des Leistungssports, Reisens und „Nirgends-Ankommens“ hat **Alena Scharfschwert** vor rund 12 Jahren ihre erste Yogastunde besucht. Ein Erlebnis, welches sie nachhaltig beeinflussen sollte, denn es war nicht nur ihre wichtigste Reise – die Reise zu sich selbst – sondern der Beginn einer großen Liebe und Begeisterung für Yoga. Seit Jahren acht unterrichtet Alena Scharfschwert Yoga und seit drei Jahren betreibt sie ihr eigenes Yogastudio in Mönchengladbach. Über ihren Yoga-Stil und ihren Unterricht sagt sie: „Für mich bedeutet Tradition nicht, die Asche der Yoga Urväter anzubeten, sondern ihr Feuer weiterzugeben. Yoga ist für mich Fortschritt, ist Veränderung und dies transportiere ich in meinem Yogastudio.“

 **Alena Scharfschwert**
YOGA • POWER • CORE®

Yoga | Thai Yoga Massage | Personal Coaching
Roermonder Straße 279 | 41068 Mönchengladbach
Tel.: 0 21 61 / 962 012 0 | Fax: 0 21 61 / 962 013 0
info@alenascharfschwert.com | www.alenascharfschwert.com



THEATER

Otello darf nicht platzen (Lend me a Tenor)

Fotos: Matthias Stutte



Der weltberühmte Opernstar Tito Merelli hat ein Gastspiel als Titelheld in Giuseppe Verdis „Otello“ an der Cleveland Grand Opera zugesagt. Max, Regieassistent des Theaters und leidenschaftlicher Amateursänger, wartet seit Stunden in der Hotelsuite auf den verspäteten Tenor. Endlich erscheint Merelli – mit seiner impulsiven Frau Maria im Schlepptau. Weil er zu viel gegessen und getrunken hat, fühlt sich der Heldentenor allerdings unwohl und verweigert die Generalprobe. Als er dann auch

noch den Abschiedsbrief seiner eifersüchtigen Frau entdeckt, will er sich mit Beruhigungsmitteln das Leben nehmen. Er versinkt in einen Tiefschlaf, der ihn wie tot wirken lässt. Der Operndirektor rast, „Otello“ droht zu platzen und Max wittert seine große Chance. „Regisseur Ansgar Weigner hat nicht nur sehr temporeich inszeniert, sondern zündet auch noch ein Gag-Feuerwerk nach dem anderen. Das Timing ist dabei geradezu perfekt und jede Pointe sitzt – so geht Musical Comedy!“, schrieb die Presse nach der Premiere im Theater Krefeld. **Sa. 1.12.2018, 19:30 (Premiere) | Theater Mönchengladbach | Große Bühne**
Weitere Vorstellungen: 18.12., 19.12., 29.12., jeweils 19:30 Uhr

KLASSIK

Chöre der Welt in Mönchengladbach

Foto: Mila Pavan



Der weltberühmte Windsbacher Knabenchor zählt zur Spitze der Knabenchöre. Musikalisch liegt der Schwerpunkt des Chors auf geistlicher Musik, wobei das Repertoire von der Renaissance bis zur Moderne reicht. Neben A-cappella-Werken aller Epochen umfasst es auch die großen Oratorien von Johann Sebastian Bach, Georg Friedrich Händel, Wolfgang Amadeus Mozart, Felix Mendelssohn Bartholdy und Johannes Brahms. Die Windsbacher stehen für die Synthese von Musikalität, Vielseitigkeit, Genauigkeit

und Reinheit des Klangs. Konzertreisen führen die Windsbacher nicht nur ins europäische Ausland, sondern auch nach Japan, Nord- und Südamerika, Israel, Australien, Taiwan, Singapur, die USA und in die Volksrepublik China.

Perfekt in das Szenario passt das Blechbläserensemble „Salaputia Brass“. Fünf Musiker des Bundesjugendorchester schlossen sich 2007 zusammen, um beim Wettbewerb „Jugend Musiziert“ anzutreten. Mit einem 1. Preis auf Bundesebene begann die Erfolgsgeschichte des Ensembles.

Mo. 3.12.2018, 20:00 | Pfarrkirche St. Marien

KLASSIK

3. Sinfoniekonzert 2018/2019

Foto: Jelmer de Haas



Im 3. Sinfoniekonzert der Niederrheinischen Sinfoniker gibt es ein Wiedersehen mit der Cellistin Quirine Viersen. Nachdem sie das Publikum am Niederrhein im August 2015 mit ihrer ebenso einfühlsamen wie kraftvollen Interpretation von Edward Elgars Cellokonzert begeisterte, hat sie nun das Cellokonzert von Samuel Barber in Gepäck. Auch darin erhält die Künstlerin, die 1994 als erste Niederländerin den renommierten Tschairowsky-Wettbewerb gewann, reichlich Gelegenheit, ihr großes Können zu zeigen. Unruhe und dramatische Gegensätze prägen die beiden Außensätze des Konzerts, dazwischen steht ein ausdrucksintensiver Mittelsatz.

Mit Philip Glass' „Façades“ beginnt das Konzert außergewöhnlich ruhig, beinahe hypnotisch. Stete Motivwiederholungen, über denen sich allmählich eine Melodie entfaltet, sorgen in dem für Glass typischen Stil der „repetitiven Strukturen“ für eine besondere Atmosphäre.

Als krönender Höhepunkt des Abends erklingt die Sinfonie Nr. 39 Es-Dur von Wolfgang Amadeus Mozart, die erste seiner berühmten drei letzten Sinfonien. In ihr steht die Freude im Mittelpunkt, allerdings bezogen auf etwas „Höheres“. Und auch Schmerz und Kampf, die vor der Freude stehen, werden nicht vergessen.

Mi. 12.12.2018, 20:00 | Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
Do. 13.12.2018, 20:00 | Theater Mönchengladbach | Konzertsaal



Foto: Ida Küttner-Funkle

2 15:00 Uhr | BIS-Zentrum
Der Weihnachtsdieb

Die Kinder des Institut Impuls haben sich für dieses Jahr einen kleinen Rheinlandkrimi ausgedacht. Viele der Weihnachtsgeschenke wurden gestohlen, darunter auch das Puzzle für Lilly. Sankt Martin unterstützt das Christkind bei der Suche nach dem Dieb. Aber wie schrecklich! Sie verpassen dabei den Weihnachtsabend! Ob der Dieb gefasst und das Fest für Lilly und die anderen Kinder gerettet wird?



BÜHNE

„Otello darf nicht platzen“ (Lend me a Tenor):

Premiere
Musical von Brad Carroll nach der Komödie von Ken Ludwig.
Anschl. öffentliche Premierenfeier in der Theaterbar.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 54

KONZERTE

Musik zur Marktzeit:
Musica adventus
Das Streichorchester „Intermezzo“ der Musikschule und der Münsterchor St. Vitus spielen Werke von Saint-Saëns, Britten u. a.
12:00 Citykirche Alter Markt
„Gouki Kadan“
Taiko von Wadaiko Tokara mit Art Lee und Y. Ichise.
17:00 BIS-Zentrum

VORTRÄGE

„An den Rändern der Welt – Reise zu den vergessenen Völkern unserer Erde“
Grenzgang Reise-Reportage von Markus Mauthe.
19:00 Haus Erholung

SPORT

Fußball: B-Juniorinnen Bundesliga West/Südwest
10. Spieltag:
Borussia M'gladbach U17 – SGS Essen U17
14:00 Sportanlage Am Haus Lütz

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 American's | Waldhauser Str. 32
Übungsparty
20:00-23:00 TOMMYs Tanzstudio
Skihallen-Party
Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.
Ab 18 Jahre!
ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss
I love Black
23:00 Black & White
Die Nacht
23:00 Die Nacht
Aufs Maul Rockparty
Mit DJ Archetype und Buddy Hawaii.
23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz SMS Businesspark | Aachener Straße
Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn
Christkindlmarkt
Zu Gunsten behinderter Menschen in Mönchengladbach. Weihnachtsdekoration, Bücher, Kinderspielzeug, Gebäck, Marmeladen, Liköre, Christstollen und vieles mehr. Diesmal auf der Bühne mit dabei: Die „Otto-Singers“ der Evangelischen Stiftung Hephata.
9:00-17:00 Kapuzinerplatz
Schlossweihnacht
Schloss Dyck
Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkideen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.
10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen
» siehe Seite 12

CLAUS – Ein Markt der schönen Dinge
11:00-19:00 RED BOX am Sparkassenpark
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 6
Weihnachtsdorf
Livemusik mit „Vierscher Rad Pack“.
17:00-21:00 Alter Markt
Weihnachtsmarkt (bis 30.12.)
Sonnenhausplatz
Rheydter Weihnachtsmarkt (bis 30.12.)
Marktplatz MG-Rheydt

Frühstücken in MG?

www.gastroguide-mg.de

SONSTIGES
Porzellanmalerei
Workshop des BIS-Zentrums. Leitung: Anke Bix. 10:00-17:00 Anke Bix | Am Bothenhof 7 | Jülich
Darts Exhibition
Mit Michael van Gerwen, Steve West, Vincent van der Voort und Caller Peter Kirchner.
16:00 Denk Mal ... (Einlass: 14:00)



BÜHNE

„Hamlet“
Oper von Ambrose Thomas. In französischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 18
Choreografie-Werkstatt 2018/19 (Premiere)
Junge Choreografen stellen sich vor.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE

Adventskonzert
Der Mädchenchor am Kölner Dom mit Werken von Mendelssohn, Nystedt, Golle, Sperling u. a.
Benefizkonzert für den Bauverein der Hauptpfarrkirche e. V.
17:00 Citykirche Alter Markt
„Joscho Stefan Quartett“
Gypsy Swing.
18:00 TIG – Theater im Gründungshaus

SPORT

Hallenhockey: 2. Bundesliga West Männer
Gladbacher HTC – THC Bergisch Gladbach
13:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11
» siehe Seite 50/51
Fußball: Allianz Frauen-Bundesliga
10. Spieltag:
Borussia M'gladbach – SGS Essen
11:00 Grenzlandstadion
Fußball: Regionalliga West Frauen
14. Spieltag:
Borussia M'gladbach II – 1. FC Köln II
11:00 Sportanlage Am Haus Lütz

PARTY

Immer wieder Sonntags-Tanzparty
Discofox- und Schlagerparty.
15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt
CLAUS – Ein Markt der schönen Dinge
11:00-19:00 RED BOX am Sparkassenpark
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 6



Foto: Petra Pleitsch

9

15:00 Uhr | Friedenskirche MG-Eicken
Omnitah

Aufgewachsen in Schweden und Deutschland begann Omnitah bereits mit drei Jahren Klavier zu spielen und studierte später am Mozarteum in Salzburg. Mit ihrer ausdrucksstarken Stimme, ihrer musikalischen Vielfalt sowie ihrem breit gefächerten Können als Pianistin und Geigerin zieht Omnitah das Publikum in ihren Bann.

Die Sängerin und Liedermacherin schlüpft mit ihren vorwiegend deutschen Songs mühelos und elegant in sämtliche Rollen, derer sie sich annimmt. Mit ihrer mal klaren, mal dezent rauchigen Stimme erschließt sie Welten voller Leidenschaft und Tiefe und verblüfft dazu mit ausdrucksstarker Klavier-Virtuosität und viel Gefühl.

**Schlossweihnacht
Schloss Dyck**

Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkkästen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.

10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen

**» siehe Seite 12
Weihnachtsbasar**

Eintritt frei!

13:30-19:30 Theater Mönchengladbach | Foyer

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach

Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.

8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteinraute

Karnevalsmuseum

11:00-14:00 Altes Zeughaus

Führungen im Rahmen des Ersten Sonntags

Um 11:30, 12:30, 13:30, 14:30, 15:30 und 16:30 Uhr kostenlose Führungen durch die Sammlung.

Offene Malklasse für Kinder von 4 bis 14 Jahre von 11:00-16:00 Uhr. Eintritt frei!

11:00-17:00 Städt. Museum Abteiberg

10-jähriges Bestehen Dauerausstellung

„Historisches Spielzeug“ 14:00-17:00 Schrödt 27 | MG-Giesenkirchen

» siehe AUSSTELLUNGEN | Seite 61

Piotr Baran: „Vietnam“

Filmpräsentation in Anwesenheit von Piotr Baran, Holmer Feldmann und Andreas Grahl.

16:00 Städt. Museum Abteiberg

„St. Pauli – Leichen von der Stange“

Krimi-Dinnershow. 17:30-21:00 Gasthof Loers Mürrigerstr. 17

KIDS

2. Kinderkonzert 2018/19: „Peter Pan“

Eine musikalische Geschichte für Erzähler und Orchester.

11:00 + 12:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

„Der Weihnachtsdieb“

Musikalisches Bewegungstheater für Kinder ab 3 Jahre mit Kindern des Institut Impuls, Mönchengladbach.

15:00 BIS-Zentrum

» siehe Seite 54 oben

MO3

» DEZEMBER

KONZERTE

„Die Singerei“

Schülerkonzert der Gesangsklasse von Monika Hintsches. Die von ihr ge-coachten Sängerinnen und Sänger zeigen in unterhaltensamer Form ihr Können. Eintritt frei, ein Hut geht rum!

20:00 BIS-Zentrum

Chöre der Welt in Mönchengladbach: Windsbacher Knabenchor & Salaputia Brass

Der weltberühmte Chor und das Blechbläserquintett stellen Advents- und Weihnachtslieder sowie Motetten zur Weihnachtszeit von Edward Grieg, Johann Sebastian Bach, Benjamin Britten u. a. vor.

Veranstalter: Initiativkreis Mönchengladbach.

20:00 Pfarrkirche St. Marien

» siehe „Highlights“ | Seite 54

VORTRÄGE

Wiedereinstieg in den Beruf

Informationen und Tipps zu Themen, die für den Wiedereinstieg wichtig sind.

9:30-11:30 Berufsinformationszentrum

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

VHS-Programm-Kino: „Der seidene Faden“

Ausgezeichnete Filme für Cineasten – das Neueste aus dem Bereich Arthouse.

19:30-22:00 Comet Cine Center

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Geschwisterschule

Es wird der Umgang mit dem Nachwuchs, Tragen, Wickeln und Baden geübt.

Anschl. Vergabe des Geschwisterdiploms. Alle Kinder sind willkommen!

Anmeldung unter Tel. 02161 668-2176.

17:00-18:30 Krankenhaus Neuwerk

DI4

» DEZEMBER

BÜHNE

„Satirischer Jahresrückblick“

Mit den Kabarettisten Frank Küster und Gernot Voltz als Herr Heuser vom Finanzamt.

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Junges Podium

Fortgeschrittene Kinder und Jugendliche musizieren.

Eintritt frei!

19:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden – Leben in Deutschland

Experten von Startpeople und vom Grenzfunkpunkt der Euregio Rhein Maas Nord beantworten Fragen rund um die Themen Arbeitsmarkt, Sozialversicherung, Arbeitsrecht und Lebenskultur in den Niederlanden.

10:00 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.

18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt

„Der Dreißigjährige Krieg und seine Folgen für die Ordnung Europas“

Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. Referent: Prof. Dr. Herfried Münkler.

19:00 Haus Erholung

Forum Psychologie: Lachen macht gesund – Humor und psychisches Wohlbefinden

Meinungsaustausch über die psychischen Aspekte des Lachens.

19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Lachyogatreff Windberg

Ganzheitliches Anti-Stress-Training.

19:30-20:30 Pfarrheim Windberg | Annakirchstr. 84

KIDS

„Der Räuber Hotzenplotz“

Kinderoper nach dem Buch von Otfried Preußler von Andreas N. Tarkmann.

Für Kinder ab 5 Jahre.

Weitere Schultermine: 5., 6., 10., 11., 13., 14., 17., 18. und 20.12.

10:00 + 11:45 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 16/17

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14.

17:30-21:00 Jugendl. ab 14.

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

MI5

» DEZEMBER

BÜHNE

„Theater mit BIS(s) – Hitzeperiode“

Komödie von Katrin Wiegand. Theater und Genuss – ein humorvoller Abend für alle Sinne inkl. Sektempfang, Theater, Dinner und Getränken.

19:30 BIS-Zentrum

KONZERTE

Public Singing

Sing mal! mit Johannes Brand.

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Jamkantene

Offene Musiksession mit den „Projekt 42 Allstars“ zum Jahresabschluss.

Danach heißt es wieder: Jeder, der sich mit seinem Instrument in der schönsten Sprache der Welt austauschen will, wird energisch zum Mitzocken aufgefordert.

Eintritt frei!

21:00 Projekt 42

LITERATUR

Jörg Kronauer: „Meinst du, die Russen wollen Krieg?“

Russland, der Westen und der zweite kalte Krieg.

Vortrag und Diskussion in Kooperation mit dem RLC MG und der RLS NRW.

Eintritt frei!

19:00 prolibri Buchladen | Schillerstr. 22-24

DAS ANDERE FEST
22.12.18 PROJEKT 42

SUCÁDO

(LIVE BAND / JAZZ & BLUES / KÖLN, OSNABRÜCK & LEIPZIG)

PHEELIA

(LIVE SET / SYNTH JAM / GELSENKIRCHEN)

AREN B2B PG3000

(HOUSE / FUCHSKABINETT / MG)

H.P.CRAXXTA

(HOUSE / TECHNO / GELSENKIRCHEN)

TENKS

(TECHNO / FUCHSKABINETT / MG)

DI MILIKE

(DJ / HIPHOP, TRAP, DANCEHALL, BRAUNSCHWEIG)

SHUBANGI

(LIVE BAND / HIP HOP & SOUL / MÜNSTER & BERLIN)

BARILA FUNK

(DJ / HIPHOP, FUNK, DISCO / MG)

MONDSCHUTZFAKTOR

ANANAS

(DJ / EXOTIC DISCO / BERLIN & MG)

FLOHMARKT FÜR KUNST & SECONDHAND AB 16H





Foto: Künstler

9 18:00 Uhr | Theater Mönchengladbach
Operngala

Gemeinsam mit Mitgliedern des Musiktheaterensembles und des Opernstudios Niederrhein präsentieren die Sopranistin Dara Hobbs (von 2007 bis 2012 fest am Gemeinschaftstheater engagiert) und der Bariton Michael Kupfer-Radecky (gehörte von 2006 bis 2011 zum Musiktheaterensemble des Theaters) ein abwechslungsreiches Programm mit Arien und Ensembles aus Opern von Hector Berlioz, Georges Bizet, Gaetano Donizetti, Gioacchino Rossini, Giuseppe Verdi, Richard Wagner u. a.

LesARTen
Schreibkreative haben die Chance, selbstverfasste Texte zu präsentieren: Prosa, Lyrik, Kurzgeschichten, Fantasy und Comic. Ein Literaturerlebnis der besonderen Art. Eintritt frei! 20:00 BIS-Zentrum

VORTRÄGE

ZEIT Akademie im Gespräch: Mathematik
Prof. Dr. Günter M. Ziegler erläutert anschaulich die bunten Facetten und Dimensionen dieser faszinierenden Wissenschaft. Anschl. Reflexion der Inhalte mit Dr. Klaus Everszumrode. Thema: Die unerklärliche Effektivität der Mathematik. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

Forum Kultur: Die Schönheit des Ornaments. Gustav Klimt und der Jugendstil in Wien
Vortrag über das künstlerische, politische und kulturelle Umfeld von Gustav Klimt, Otto Wagner und Egon Schiele. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

Infoabend für werdende Eltern
Rund um Schwangerschaft und Geburt. Anmeldung nicht erforderlich. 18:00-20:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal

Mittagstisch in MG?



www.gastroguide-mg.de

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er. 19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis. 20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Longdrink Casino
21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

Weihnachtsdorf
Livemusik mit Hubertus von Garnier. 11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Nikolaus-Rundgang: Besinnliches und Kurioses zur Adventszeit
Vom „Nikolaus“ im echten Bischofsornat geführt, erfahren die Besucher Wissenswertes über die Verwandtschaftsline des frommen Mannes zum Weihnachtsmann und hören kirchliche, klösterliche und kuriose Geschichten aus Gladbachs Vergangenheit und Gegenwart. Veranstalter: MGGM. 17:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren

Was wird aus unseren Arbeitsplätzen? Auswirkungen der Digitalisierung auf die Arbeitswelt
Diskussion über Risiken und Möglichkeiten, die die digitalisierte Arbeitswelt bietet. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

EA-Emotions Anonymous
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit. 19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41

KIDS

„Piet, der Weihnachtspirat“
Lila Lindwurm Weihnachtstour 2018. 10:30 + 15:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Disco
18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO6 > DEZEMBER

BÜHNE

„Theater mit BIS(s) – Hitzeperiode“
Komödie von Katrin Wiegand. Theater und Genuss – ein humorvoller Abend für alle Sinne inkl. Sektempfang, Dinner und Getränken. 19:30 BIS-Zentrum

„Alles muss raus!“
Comedy mit Bembers. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Swinging Christmas...
Mit Dirk Kraforst (Gesang/Gitarre) und Klaus Hoesen (Piano). 18:00 Kult+Genuss

„The Gregorian Voices“
Gregorianic meets Pop – vom Mittelalter bis heute. 19:30 Kirche St. Marien

THEATER EXTRA: Jazz@TheaterBar
„Blue Motion Trio“ feat. Soleil Niklasson (USA). Im Verlauf ihrer Karriere stand Soleil Niklasson mit Musikern wie z. B. Billy Preston, Rod Stewart und Stan Getz auf der Bühne. 20:00 Theater Mönchengladbach | Theaterbar

VORTRÄGE

Polizeiausbildung in Nordrhein-Westfalen
Wie wird man Polizist/in? Referentin: Tina Giunta, Einstellungsberaterin der Polizeibehörde Mönchengladbach. 15:00 Berufsinformationszentrum

Ausbildung und Studium bei der Bundespolizei
Ausgebildet werden Polizeivollzugsbeamte im mittleren und im gehobenen Dienst. 15:00 Berufsinformationszentrum

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis. 20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Cocktailbörse meets Kneipentour 8
ab 20:30 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip. 15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenusstr. 95

EA-Emotions Anonymous Rheydt
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit. 19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

Spielerabend
Teilnahme kostenfrei! Veranstalter: Kulturkram e. V. 19:00-22:00 Chapeau Kultur



Foto: Erzähl- und Clowntheater Diana Drechsler

9 So. 16:00 / Mo. 9:00 + 11:00 Uhr | BIS-Zentrum
Weihnachten mit Prinzessin Dodo

10 Es ist Winter, kurz vor Weihnachten. Dodo, die quirlige, sympathische, aber doch stolze Clownprinzessin, lebt vergnügt in ihrem Schloss. Von ihrem Vater bekommt sie jeden Wunsch erfüllt. Jeden Tag stellen sich neue Prinzen vor, die gerne die Prinzessin heiraten möchten. Aber bisher war noch kein geeigneter Prinz für Dodo dabei. Dem Vater wird es zu bunt und schickt sie mit dem nächsten, der an der Tür klingelt, mit – es ist ein Spielmann ...

FR7 > DEZEMBER

BÜHNE

„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“
Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel. Ballettdirektor Robert North überrascht sein Publikum mit zwei Choreografien aus seinem großen Repertoire. 19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

SPORT

Fußball: Regionalliga West Männer
20. Spieltag: Borussia M'gladbach U23 – SC Wiedenbrück 19:30 Grenzlandstadion

Stadtmeisterschaft Blitzschach 2018
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.; Ausrichter: Rheydt Schachverein 1920 e. V. 20:00 Mensa der GHS Dohler Straße

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er. 19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

Fresh Friday's
23:00 Black & White

Longdrink Happy Hour
Buy 1 get 2 (von 21-23 Uhr). ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

Retro-Weihnachtsfeier des FSR06
Mit Buddy Hawaii und Heart Rock inc. Karaoke. 23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt

Lichterfest #3
5 Orte der Altstadt erwarten euch mit je einem Kulturprogramm und einem kulinarischen Gang. Von Live-Musik bis Poetry Slam, von der Vorspeise bis zum Dessert, von der Vinyl Garage bis zum Köntges. 17:30-22:00 Vinyl Garage, Frenzen, Kulturküche, Tante LeMi, Köntges

KIDS

Offene Tür
Kinder bis 14; mit Disco. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Kreative Inszenierungsklasse „Der Räuber Hotzenplotz“ (Premiere)
D&G Jahrgang 8 der Theo-Hesper-Gesamtschule. 17:00 Theater Mönchengladbach | Studio

SA8 > DEZEMBER

BÜHNE

Choreografie-Werkstatt 2018/19
Junge Choreografen stellen sich vor. 20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

WDR 2 Zugabe Pur Jahresrückblick
Der satirische Jahresrückblick mit ONKeL FISCH. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Musik zur Marktzeit: Offenes Weihnachtssingen mit der VHS
Es werden bekannte Weihnachtslieder mit Unterstützung des Madrigalchores und des Jugendblasorchesters gesungen. 12:00 Citykirche Alter Markt

„Christmas Classics“
Remember Band. 16:00 + 20:00 Ev. Christuskirche | Kapuzinerstr. 46

„Parcours“
Sphärischer Indiepop. Eintritt frei! Veranstalter: Kulturkram e. V. 20:00-22:00 Chapeau Kultur

SPORT

Fußball: B-Junioren Bundesliga West
16. Spieltag: Borussia M'gladbach U17 – FC Schalke 04 U17 11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz

Handball: Regionalliga Nordrhein Männer
12. Spieltag: TV Korschenbroich – BTB Aachen 19:30 Waldsporthalle | Am Sportplatz 11a | Korschenbroich

Handball: Oberliga Niederrhein Männer
12. Spieltag: Borussia M'gladbach – TV Angermund 19:30 Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er. 19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

WDR 2 Hausparty
Mit Conny Raupold und Jan Malte Andresen. 20:00 Kunstwerk Wickrath

Skihallen-Party
Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen. Ab 18 Jahre! ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss

Shots & Friends
10 gleiche Shots 15 €. ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

I love Black
23:00 Black & White

Die Nacht
23:00 Die Nacht

Bass Culture
Reggae & Dancehall mit DJ Flexx (Jamaica) und Topgun Soundsystem. 23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz SMS Businesspark | Aachener Straße

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

Schlossweihnacht

Schloss Dyck
Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkeideen sowie lebendigem Krippenspiel im Park. 10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen

» siehe Seite 12

Kunst und Handwerk im Advent
Etwa 60 Kunsthandwerker aus unterschiedlichsten Sparten stellen ihre Erzeugnisse wie Textilien, Keramik, Spielzeug, Schmuck und Wohnaccessoires vor. Auch Genussmittel wie Nougat, Likör und andere Delikatessen können von den Besuchern erstanden und genossen werden. 11:00-18:00 Städt. Museum Schloss Rheydt

Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt

Weihnachtsmarkt
Wickrath Vereine laden zum Advent auf den Lindenplatz. ab 15:00 MG-Wickrath

Nikolausmarkt
Mühlentorplatz | MG-Rheindahlen



Foto: Künstler

13 20:00 Uhr | BIS-Zentrum
Wenn die Jingle dreimal bellt

Zwischen turbulenten Vorbereitungen und unsäglichen Familienfeiern entdecken die Musiker musikalisch wie poetisch Witz und Wahnsinn des Weihnachtsfestes zwischen Konsumterror, Familiendidyll und gesundem Menschenverstand. Schlag auf Schlag folgen auf dramatische Balladen Verballhornungen moderner Popsongs und auf links gedrehte Weihnachtslieder. Letztere werden auf ihre Haltbarkeit geprüft, verjast, improvisiert und geknuddelt.

SONSTIGES

Auktion Pfandhaus Brocker

Vorbesichtigung 10:30 Uhr; Versteigerung 12:00 Uhr. Haus Erholung

KIDS

„Der Räuber Hotzenplotz“

Kinderoper nach dem Buch von Otfried Preußler. Für Kinder ab 5 Jahre. 12:15 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 16/17

Advent, Advent ...

Süße Weihnachts-Tour für Kinder. Woher kommt unser Brauch einen Tannenbaum aufzustellen? Wie feiert man in anderen Ländern Weihnachten? Antworten auf diese und viele andere Fragen gibt es bei der Weihnachts-Tour. Veranstalter: MGMG. 15:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“

KONZERTE

Kulturfrühstück:

„Watt...schon widder bald Weihnachten?“

Mit Texten und Liedern von Hotte Jungbluth. Gast: Setsefix, NRW-RAP-Sieger 2017/2018.

11:00 BIS-Zentrum
Sonntäglicher Schlagabtausch

Mit den Schlagzeug-Ensembles „treffsicher“ und „schlagfertig“.

11:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

„Omniyah“

Vorweihnachtliches Konzert mit der in Deutschland lebenden schwedischen Pianistin. Eintritt frei!

15:00 Ev. Friedenskirche | Margarethenstr. 20 (Einlass: 14:30)

» siehe Seite 55 oben

„Christmas Carols“

„Suono Vivace“ und Schüler und Schülerinnen der Musikschule.

Benefizkonzert zugunsten eines Kinderdorfs in Nepal. Eintritt frei!

16:00 Citykirche Alter Markt

„Christmas Classics“

Remember Band. 16:00 + 20:00 Ev. Christuskirche | Kapuzinerstr. 46

Weihnachtskonzert

Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt Werke von Arcangelo Corelli, Johann Sebastian Bach, Joseph Haydn und Wolfgang Amadeus Mozart.

Leitung und Klavier: Alexander Lonquich.

Konzerteinführung um 17:15 Uhr durch Dr. Matthias Corvin.

18:00 Zeughaus Neuss

18:00 Zeughaus Neuss

SPORT

Hallenhockey: Regional-liga West Frauen

Gladbacher HTC – ETUF Essen

10:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11

Stadtmeisterschaft Fechten 2018

Damen- und Herrendegen. Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V., Ausrichter: Rheydter TV 1847 e. V. – Fechtabteilung.

ab 11:00 Turnhalle Nordstraße

Hallenhockey: 2. Bundesliga West Männer

Gladbacher HTC – Bonner THV

13:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11
» siehe Seite 50/51

Fußball-Bundesliga

14. Spieltag: Borussia M'gladbach – VfB Stuttgart
18:00 Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 48/49

PARTY

Immer wieder Sonntags-Tanzparty

Discofox- und Schlagerparty. 15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss

FESTE | MÄRKTE

Schlossweihnacht

Schloss Dyck

Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkkideen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.

10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen

» siehe Seite 12

Kunst und Handwerk im Advent

Etwa 60 Kunsthandwerker aus unterschiedlichsten Sparten stellen ihre Erzeugnisse wie Textilien, Keramik, Spielzeug, Schmuck und Wohnaccessoires vor. Auch Genussmittel wie Nougat, Likör und andere Delikatessen können von den Besuchern erstanden und genossen werden.

11:00-18:00 Städt. Museum Schloss Rheydt

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

Nikolausmarkt

Mühlentorplatz | MG-Rheindahlen

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach

Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.

8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteiraute

GRINCH-Deutschland-Tour 2018: „Der Grinch“

Der Grinch (deutsche Stimme: Otto Waalkes) ist ein verbittertes, grünbehaartes Wesens. Er lebt allein auf Mount Crumpit und hat dort lediglich Gesellschaft von seinem Hund Max.

Exklusiv nur im Rahmen der Vorstellung um 20:00 Uhr: Otto Waalkes live im Saal.

17:30 Comet Cine Center



FÜR PC- & UNTERHALTUNGSELEKTRONIK

DAS KÖNNEN WIR FÜR SIE TUN

- Reparatur von Computer- und Unterhaltungselektronik aller Art u. a. Handys, Tablets, Laptops, PCs, Flat-TVs, Hifi-, Video- und DVD-Geräte, Drucker, Monitore
- Verkauf von neuer sowie gebrauchter Hardware, Ersatzteilen und anderen Zubehörteilen
- PC-Recycling

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Donnerstag 9:00 - 16:00 Uhr
Freitag 9:00 - 13:00 Uhr
und nach Vereinbarung



NUTZEN SIE UNSER KENNENLERN-ANGEBOT!

Schneiden Sie diesen Coupon* aus und kommen Sie zu uns in die e-werkstatt. Sie erhalten GRATIS eine Prüfung Ihres Geräts und einen Kostenvoranschlag! Wir freuen uns auf Sie.

- Sophienstraße 31 • 41065 Mönchengladbach
- Telefon 02161 83924-11 • Telefax 02161 83924-19
- www.rehaverein-mg.de

Ein Service vom RehaVerein

* Pro Interessent nur einmalig nutzbar. Keine Barauszahlung oder andere Verrechnung möglich. Gültig bis 31.12.2018. Solange der Vorrat reicht.



BÜHNE

THEATER EXTRA:

Matinee zu „Das Tagebuch der Anne Frank“

Bühnenfassung der Burgfestspiele Bad Vilbel von Ulrich Cyran.

11:15 Theater Mönchengladbach | Theaterbar

Festliche Opergala: „Die verrückte Welt der Oper“

Die Sopranistin Dara Hobbs und der Bariton Michael Kupfer-Radecky kehren für diese Opergala an ihr früheres Stammhaus zurück.

Moderation: Generalintendant Michael Grosse. Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen unter der Leitung von GMD Mihkel Kütson.

18:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe Seite 56 oben

„Willi & Lisbeth und die Lamettafee“

Mit Gerd Normann und Lina Lärche.

19:00 Die Spindel im BIS-Zentrum

„Heul doch!“

Comedy mit Simon Stäblein.

19:00 TIG – Theater im Gründungshaus



Ich liebe Bücher. Der Volksverein bringt gelesene Bücher wieder in Umlauf und schafft damit Arbeit und Bildung. Das nutze und unterstütze ich gerne. Danke. Eure Arbeit ist wertvoll!

Arnold Küsters, Journalist und Krimiautor

Arbeit, Beratung und Weiterbildung für Langzeitarbeitslose.
Wir bitten um Ihre Unterstützung!



www.volksverein.de/wertvolle-arbeit
teilen@volksverein.de Tel.02166/6711600

Spendenkonto (SSK MG): DE86 3105 0000 0000 1200 06





Foto: Künstler

14 20:00 Uhr | BIS-Zentrum
Christian Frentzen & Daniel Stelter

Im letzten Jazz-Visions Konzert 2018 präsentiert der Ausnahmetarrist Daniel Stelter zusammen mit Pianist Christian Frentzen ein akustisches Duo der besonderen Art: Zwei virtuose Musiker spielen ihre einzigartige Melange aus traditionellem Jazz, Elementen des Gypsy und Popmusik. Durch intensive Kommunikation und geschmackvolles Spiel lassen die Musiker immer wieder überraschende Momente entstehen und nehmen das Publikum mit auf eine musikalische Reise auf höchstem Niveau.

KIDS

„Weihnachten mit Prinzessin Dodo“

Märchen-Clown-Theater mit Klaviermusik, frei nach Grimms Märchen „König Drosselbart“, für Kinder ab 4 Jahre. Mit Diana Drechsler als „Dodo“.
16:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 56 oben

MO10 > DEZEMBER

KONZERTE

THEATER EXTRA:

Café Vokal

Mitsingabend mit Kerstin Brix und Yorgos Zivavras.
19:00 Theater Mönchengladbach | Eingangsfoyer

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

KIDS

„Weihnachten mit Prinzessin Dodo“

Märchen-Clown-Theater mit Klaviermusik, frei nach Grimms Märchen „König Drosselbart“, für Kinder ab 4 Jahre. Mit Diana Drechsler als „Dodo“.
9:00 + 11:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 56 oben
Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

DI11 > DEZEMBER

BÜHNE

„Monty Python's Spamlot“

Musical von Eric Idle und John Du Prez. Deutsch von Daniel Große Boymann.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Kunst gegen Bares“
Jeden Monat treten 6 bis 8 neue Künstler auf. Ein Mix aus Comedy, Musik, Poetry Slam und Zauberei.
20:00 BIS-Zentrum
„#SocialMediaBitch“
Comedy mit Oliver Pocher.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Internationale Tanzwochen Neuss: Jugendballett (Hamburg)

Direktion John Neumeier/ Kevin Haigen.
20:00 Stadthalle Neuss | Selikumer Str. 25

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Lucky-Gruppe

Treffpunkt für bisexuelle, lesbische und neugierige Mädchen und junge Frauen im Alter von 14 bis 27 Jahre.
18:00 Aids-Hilfe Mönchengladbach/Rheydt | August-Pieper-Str. 1

Weihnachtsfeier des Eine Erde e. V.

Der Eine Erde e. V. fördert eine ressourcenschonende Lebensweise.
19:00 BIS-Zentrum

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

MI12 > DEZEMBER

BÜHNE

„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“

Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Gewöhnlich sein kann jeder“
Kabarett mit Frank Fischer.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Debüt-Konzert:

Musik für Schlagwerk
Preisräger „Jugend musiziert“ spielen. Eintritt frei!
19:00 Theater Mönchengladbach | Studio
Küchenkonzert #46 mit „Feine Herbe“
Die Männergruppe „Feine Herbe“ präsentiert ihr neues Programm „Alles gut“. Eintritt frei! Spende für den guten Zweck.
19:30 Kulturküche (Einlass: 19:00)

3. Sinfoniekonzert 2018/19

Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Philip Glass, Samuel Barber und Wolfgang Amadeus Mozart.
Solistin: Quirine Viersen (Violoncello); Dirigent: Diego Martin-Etxebarria.
20:00 Theater Mönchengladbach | Konzertsaal

» siehe „Highlights“ | Seite 38

VORTRÄGE

Lernen wir besser digital? Zwischen digitaler Demenz und digitaler Intelligenz

Vortrag aus der Reihe „Smart Democracy“ des Deutschen Volkshochverbandes.
19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 American's | Waldhausener Str. 32

StudiNight

3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Longdrink Casino

21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn
Weihnachtsdorf
Livemusik mit „Roland“.
11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Weihnachts-Spaziergang: Besinnliches und Kurioses im Advent

Die 1,5-stündige Tour lädt ein, die Vorweihnachtszeit in Mönchengladbach konfessionsübergreifend zu erleben, in den geschmückten Kirchen der Stadt einen Blick auf die verschiedenen Krippen zu werfen, dem Geheimnis von Weihnachten nachzuspüren und dabei Geschichte und Geschichten Mönchengladbachs zu erfahren. Veranstalter: MGMG.
17:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild, „Stadt-Touren“

EA-Emotions Anonymous

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41



Foto: groovechor

15

Sa. 15:00 + So. 17:00 Uhr | JIM - Jugendkirche in MG
winter!groove 2018

16

Der 62-köpfige Chor wartet mit neuen Überraschungen, peppigen Songs, viel Humor und einem unterhaltsamen Programm auf. Flotte Weihnachtslieder werden mit herzergreifenden Balladen, rhythmischen Gospels und modernen Popsongs gemischt, sogar ein kleiner musikalischer Ausflug in den Iran ist geplant. Monika Hintsches führt in heiter-besinnlicher Art und Weise durch das Konzert und fordert das Publikum zum Mitschweigen und am Ende zum Mitsingen auf.

VORTRÄGE

Karriere bei der Bundeswehr

Referenten: Regierungsamtsrätin Jeanette Kleist und Oberleutnant Sebastian Kamprad vom Karriereberatungsbüro der Bundeswehr.
15:00 Berufsinformationszentrum

Fluglotse werden

Eine Abiturientenausbildung mit Anspruch.
Referent: Michael Fuhrmann von der DFS Düsseldorf.
15:00 Berufsinformationszentrum

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswerte rund um die Geburt informieren, den Kreißal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt

Forum Politik: Drohnen – Ferngesteuerter Krieg und seine humanitären Kosten

19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

PARTY

StudiNight

3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Longdrink Casino

21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

Große Stadtweite.
11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

EA-Emotions Anonymous

Rheydt Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

Offenes Chorsingen

Beim Offenen Chorsingen werden gemeinsam ausgewählte Stücke einstudiert. Jeder der Spaß am Singen hat, ist dabei willkommen! Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Kulturkrum e. V.
20:00-22:00 Chapeau Kultur

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14, mit Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

FR14 > DEZEMBER

BÜHNE

„Der Meister und Margarita“

Nach dem Roman von Michail Bulgakow.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

KONZERTE

Silent Rock'n'Roll night

„BLUE MOON“-Weihnachtskonzert 2018.
19:30 TIG – Theater im Gründungshaus

Jazz Visions:

Christian Frentzen & Daniel Stelter Duo

Melange aus Jazz, Gypsy und Popmusik.
20:00 BIS-Zentrum
» siehe oben

„Christmas Classics“

Remember Band.
20:00 Ev. Christuskirche | Kapuzinerstr. 46

„Bucket Boys“

20:00 Fuchsbaul | Schlaaeweg 18

Silent Night 2018

Mit „Booster“.
20:30 RED BOX am Sparkassenpark

„Alvorada“

Gitarrenduo Lori Lorenzen, (Konzertgitarre) und Ottmar Nagel (Konzertgitarre).
Konzert des Jazz Circle Viersen e. V.
Freier Eintritt für Jugendliche unter 18 Jahre!

20:00 Weberhaus Viersen-Süchteln

PARTY

Rock around the clock

19:00 American's | Waldhausener Str. 32
Fresh Friday's
23:00 Black & White

Longdrink Happy Hour

Buy 1 get 2 (von 21-23 Uhr).
ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8
Surprise Party
23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Chill'n'drink

Ein gemütlicher offener Abend lädt bei Musik und Getränken zum Verweilen und Leute treffen ein.
Eintritt frei!

Veranstalter: Kulturkrum e. V.
19:00-22:00 Chapeau Kultur



Foto: Matthias Stutte

19 20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach Das Tagebuch der Anne Frank

Auf der Flucht vor den Nazis in Frankfurt versteckt sich die jüdische Familie Frank in einem dunklen Hinterhof in Amsterdam. Anne Frank ist eine Teenagerin, die zunächst voller Lebenslust und pubertierenden Flausen steckt. Während ihrer beginnenden Liebe zu Peter, einem älteren, ebenfalls versteckten Jugendlichen, mischen sich ihre sehnsuchtsvollen Träume mit der Wirklichkeit des Krieges im von den Nazis okkupierten Amsterdam. Ihrem Tagebuch vertraut sie sich an.

Kochkurs „Schicki Micki“
Verrückte Kreationen für zuhause.
19:00 Kult+Genuss

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14; mit Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend



BÜHNE

„Hamlet“

Oper von Ambrose Thomas.
In französischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 18
„Verschollen im Weihnachtsstollen“
Kabarett mit Heinz Gröning.
20:00 Die Spindel im BIS-Zentrum

KONZERTE

Musik zur Marktzeit:

Christmas in Blue
Der Werkschor der Rheinischen Post und Klaus Paulsen (Orgel) spielen Werke von Cohen, Queen, Rutter, Coldplay und altenglische Carols.
12:00 Citykirche Alter Markt
„Christmas Classics“
Remember Band.
16:00 + 20:00 Ev. Christuskirche | Kapuzinerstr. 46
„Weihnachtskonzert“
Benefizveranstaltung zugunsten der Freunde und Förderer der Musikschule e. V.
Eintritt frei!
17:00 Münster St. Vitus
„wintergroove 2018“
Ein nicht ganz weihnachtliches Winterkonzert mit dem „groovelchor“.
Mit Janek Wilholt (Piano) und Heribert Götzen (Percussions). Leitung: Monika Hintsches.
Veranstalter: Initiative Gründerzeitviertel e. V.
Vor Beginn des Konzerts „Vorleuchten“ ab 17:30 Uhr auf dem Adenauerplatz.
20:00 JIM – Jugendkirche in Mönchengladbach (St. Albertus | Albertusstr. 38)
» siehe Seite 58 oben
Silent Night 2018
Mit „Booster“.
20:30 RED BOX am Sparkassenpark

„The Wide“

Das Line-up besteht aus Pete Brough (Gesang, Akustikgitarre), Ralf Aussem (E-Gitarre), Kurt Schmidt (Bass/Backing Vocals) und Hermann Eugster (Drums/Backing Vocals).
21:00 Messajero (Einlass: 20:00)
Klitpop pres.: Santa Klit is coming to town
23:00 Projekt 42

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball C-Junioren
Gruppe 1 (ab 9:00 Uhr), Gruppe 2 (ab 11:45 Uhr), Gruppe 3 (ab 14:30 Uhr).
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
Jahnhalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball B-Junioren
Gruppe 3.
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
ab 17:30 Uhr Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 American's | Waldhausener Str. 32
Übungsparty
20:00-23:00 TOMMYs Tanzstudio
Skihallen-Party
Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.
Ab 18 Jahre!
ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss

Schlossweihnacht

Schloss Dyck
Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkkästen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.
10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen
» siehe Seite 12

Weihnachtsfest

11:00-20:00 Marktplatz MG-Eicken

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt
Nikolausmarkt
14:00-22:00 Marktplatz MG-Hardt

SONSTIGES

Weihnachtsfahrt 2018

Präsentation der Modellbahnanlagen. Für die Kinder hat sich der Weihnachtsmann mit kleinen Überraschungen angemeldet.
10:00-17:00 Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg e. V. | Endepohlstr. 3
Christmas Deluxe
Finlantis Sauna-Event.
18:00-24:00 Finlantis | Buschstr. 22 | Nettetal
Metropolitan Opera live: „La Traviata“ (Verdi)
Dirigent: Yannick Nézet-Séguin.
Gesungen in Italienisch (mit deutschen Untertiteln).
19:00 Comet Cine Center
„Mord an Bord, Mylord!“
19:30 Hotel Elisenhof



Finlantis
Lange Saunanacht

Buschstraße 22 · 41334 Nettetal-Kaldenkirchen · Tel. 0 21 57 895 95 70 · info@finlantis.de · www.finlantis.de

Christmas Deluxe
15. Dezember 2018
18.00 – 24.00 Uhr

KIDS

„Ohrenbibliothek – Weihnachts-Hörspiel Special“
Audio-Projekt im Rahmen des Förderprogramms „Kulturucksack NRW“ für Kinder und Jugendliche von 10 bis 14 Jahre. Teilnahme kostenfrei! Anmeldungen unter Ohrenbibliothek@moenchengladbach.de
11:00-17:00 Stadtebibliothek Rheydt

Shots & Friends

10 gleiche Shots 15 €.
ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

I love Black

23:00 Black & White

Die Nacht

23:00 Die Nacht

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Parkplatz SMS Businesspark | Aachener Straße

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

HINDENBURGER

Wir veröffentlichen Ihre Termine*
(im gedruckten Heft oder online auf hindenburger.de)
KOSTENLOS!

Bitte melden Sie Ihre Termine des Erscheinungsmonats **bis zum 15. des Vormonats** per E-Mail an termine@hindenburger.de (und senden Sie uns, wenn vorhanden, Pressematerial, Flyer, Poster etc. mit (inkl. Veröffentlichungsrecht).)

Keine Veröffentlichungsgarantie. Einzig der Verlag entscheidet, ob Termine veröffentlicht werden oder nicht

Teilnahmebedingungen für die Gewinnspiele

Diese allgemeinen Teilnahmebedingungen gelten für alle Gewinnspiele, die im HINDENBURGER durchgeführt werden. Sie gelten gegebenenfalls ergänzend zu besonderen Teilnahmebedingungen, die bei den Gewinnspielen aufgeführt sind. Jeder Teilnehmer erkennt mit der Teilnahme diese Teilnahmebedingungen sowie die bei jedem Gewinnspiel gesondert genannte Teilnahmefrist an.

Teilnahme

Teilnahmeberechtigt sind natürliche Personen in eigenem Namen ab 16 Jahren, es sei denn, es ist bei den Gewinnspielen explizit anders angegeben. Ausgenommen sind Mitarbeiter der Marktimpuls GmbH & Co. KG und eventuelle Kooperationspartner sowie deren Angehörige. Die Teilnahme erfolgt online per E-Mail oder postalisch per Postkarte an Hindenburger c/o Marktimpuls GmbH & Co. KG, Schillerstr. 59, 41061 Mönchengladbach. Es sind dabei jeweils wahrheitsgemäß Name und Adresse sowie ggf. weitere erforderliche Daten anzugeben. Der Einsendeschluss ist bei den jeweiligen Gewinnspielen angegeben. Es gilt das Datum des Eingangs, (auch bei postalischer Teilnahme nicht das Datum des Poststempels). Die Teilnahme an den Gewinnspielen ist kostenlos und in keiner Weise vom Erwerb einer Ware oder Inanspruchnahme einer Dienstleistung abhängig. Die Teilnahme an den Gewinnspielen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Ermittlung der Gewinner

Der Gewinn wird unter den Teilnehmern verteilt, von denen rechtzeitig und vollständig eingegangenen E-Mails bzw. Postkarten vorliegen. Bei Postkarten gilt das Datum des tatsächlichen Eingangs und nicht der Poststempel. Bei mehreren Teilnehmern entscheidet das Los, sofern nicht eine individuelle Leistung für den Gewinner entscheidend ist. Ist Letzteres der Fall, so ist die gesamte Redaktion als Jurykomitee zur Ermittlung des Gewinners unter den Teilnehmern berechtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gewinn und besondere Bedingungen zur Durchführung

Die Gewinner werden per E-Mail, telefonisch oder schriftlich per Post bzw. Fax benachrichtigt. Jeder benachrichtigte Gewinner ist verpflichtet, binnen zwei Wochen, nach Versand der Benachrichtigung oder des in der Benachrichtigung angegebenen Zeitraumes der Marktimpuls GmbH & Co. KG mitzuteilen, ob er den Gewinn annimmt. Verfällt diese Frist ohne Eingang einer solchen Nachricht, entfällt die Möglichkeit der Annahme des Gewinns und die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, einen anderen Teilnehmer per Los zu ermitteln und entsprechend zu informieren. Falls der Marktimpuls GmbH & Co. KG die Adresse des Gewinners bekannt ist, behält sie sich vor, den Gewinn direkt mit der Benachrichtigung zu verschicken. Der im Gewinnspiel präsentierte Gewinn ist nicht zwingend mit dem gewonnenen Gegenstand identisch. Abweichungen sind möglich. Bis zur Übergabe des Gewinns behält sich die Marktimpuls GmbH & Co. KG ausdrücklich vor, ohne Ankündigung oder Angabe von Gründen den Spielablauf zu ändern und/oder den Gewinn in Art und Umfang zu ändern, auszutauschen und durch einen anderen Gewinn zu ersetzen. Den Teilnehmern stehen in solchen Fällen keinerlei Ansprüche gegen die Marktimpuls GmbH & Co. KG zu. Der Gewinn besteht grundsätzlich ausschließlich in dem von der Marktimpuls GmbH & Co. KG angegebenen Umfang. Eventuell dem Gewinner bei und/oder durch die Nutzung des Gewinns entstehende (Folge-)Kosten sind nur dann umfasst, wenn dies ausdrücklich im Gewinnspiel angegeben wurde. Die Marktimpuls GmbH & Co. KG übernimmt keinerlei Haftung für Schäden, die einem Teilnehmer durch die Annahme und/oder Nutzung des Gewinns entstehen. Eine Barauszahlung des Gewinnwertes und ein Umtausch des Gewinns sind ausgeschlossen. Der Gewinn ist nicht übertragbar. Die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, die Namen der Gewinner öffentlich bekanntzugeben. Die Gewinner erklären sich hiermit einverstanden.

Zusätzliche Bedingungen

Die Teilnehmer sind damit einverstanden, dass eventuelle Film- und/oder Fotoaufnahmen durch die Marktimpuls GmbH & Co. KG oder Dritte gemacht werden und im HINDENBURGER und Medien der Gewinnspielpartner veröffentlicht werden. Durch die Teilnahme am Gewinnspiel erklärt der Teilnehmer sein Einverständnis mit den Teilnahmebedingungen des Gewinnspiels.

Vorzeitige Beendigung, Ausschluss, Widerruf

Die Marktimpuls GmbH & Co. KG behält sich vor, Gewinnspiele jederzeit und ohne Vorankündigung mit oder ohne Angabe von Gründen abzubrechen. Dies gilt insbesondere bei Verstößen gegen die Teilnahmebedingungen oder falls sich Teilnehmer unredlicher Hilfsmittel bedienen. Die Marktimpuls GmbH & Co. KG kann einen solchen Ausschluss auch nachträglich aussprechen, Gewinne wieder aberkennen und zurückfordern.

Datenschutz

Zur Durchführung der Gewinnspiele muss die Marktimpuls GmbH & Co. KG personenbezogene Daten der Teilnehmer wie z. B. Namen und Adresse kennen. Personenbezogene Daten, die der Marktimpuls GmbH & Co. KG im Rahmen der Teilnahme an einem Gewinnspiel übermittelt werden, werden von der Marktimpuls GmbH & Co. KG sowie den Kooperationspartnern nur zur Durchführung und Abwicklung des Gewinnspiels gespeichert, weiterverarbeitet und genutzt. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Auf Wunsch erteilt die Marktimpuls GmbH & Co. KG jedem Teilnehmer unentgeltlich Auskunft über alle personenbezogenen Daten, die von ihm gespeichert wurden und wird diese auf Anfrage umgehend unentgeltlich vernichten. Hierzu genügt eine formlose Nachricht per E-Mail an: datenschutz@marktimpuls.de.

Salvatorische Klausel

Sollte eine der Bestimmungen der Teilnahmebedingungen unwirksam sein oder werden, so bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen hiervon unberührt. Anstelle der unwirksamen oder fehlenden Bestimmungen treten die jeweiligen gesetzlichen Regelungen.

Anwendbares Recht

Das Gewinnspiel unterliegt ausschließlich dem Recht der Bundesrepublik Deutschland.



Foto: Klummi, Antoschka

20 20:00 Uhr | BIS-Zentrum
Das Lächeln am Fuße der Leiter

21 Clown August versucht bis zur Ekstase, seinem Publikum das Lächeln der Glückseligkeit zu beschreiben. Er findet seinen Schlüssel zum Glück: Denn er erkennt, dass „niemand zu sein“ oder „jemand oder jedemann zu sein“, ihn keineswegs daran hindert, er selbst zu sein. Antoschka lebt die Rolle des August in allen Facetten, denn sie verfügt über das Repertoire (Clown-Kunst, Pantomime, Musik und Schauspiel), hat selbst die Höhen und Tiefen des Clown-seins erlebt.



Foto: Darko Todorovic

20 20:00 Uhr | Krypti | Humboldtstr. 48a
Die Lesershow

Markim Pause und Marco Jonas Jahn präsentieren mit subtil-weihnachtlicher Geberlaune ihre letzten neuen Texte des Jahres. Um diese dem Publikum besonders schmackhaft zu machen, werden Schokolade und Adventsgebäck gereicht. Als Geschenk der enorm lebendigen Art werden die Autorin Dietlind Falk mit ihrem aktuellen Roman „Das Letzte“ und Christian Hirdes – Liedermacher, Klavierkabarettist, komischer Poet – den Abend bereichern. Ein Fest vor dem Fest!

SO16 > DEZEMBER

BÜHNE

„Mondlicht und Magnolien“

Komödie von R. Hutchinso. 20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE

Kulturfrühstück: „Schlittenfahrt“

Andrea Kaiser (Gesang) und Manfred Heinen (Piano) präsentieren bekannte und weniger bekannte Weihnachtslieder, niveauvoll arrangiert und mit gewohnter Freude dargeboten.

11:00 BIS-Zentrum
„Christmas Classics“
Remember Band.

16:00 + 20:00 Ev. Christuskirche | Kapuzinerstr. 46

„winter!groove 2018“

Ein nicht ganz weihnachtliches Winterkonzert mit dem „groove!chor“. Mit Janek Wilholt (Piano) und Heribert Götzten (Percussions).

Veranstalter: Initiative Gründerzeitviertel e. V.

17:00 JIM – Jugendkirche in Mönchengladbach (St. Albertus | Albertusstr. 38)

» siehe Seite 58 oben

„Nativity Carols III“

Präsentation der neuen Weihnachts-CD des Jazz- und Popbereichs. Benefizveranstaltung zugunsten der Freunde und Förderer der Musikschule e. V.

Eintritt frei!
17:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball D-Junioren

Gruppe 1 (ab 9:30 Uhr), Gruppe 2 (ab 11:45 Uhr), Gruppe 3 (ab 14:30 Uhr), Gruppe 4 (ab 17:15 Uhr). Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.

Fußball: Allianz Frauen-Bundesliga

13. Spieltag: Borussia M'gladbach – SC Freiburg

Fußball: Regionalliga West Frauen

16. Spieltag: Borussia M'gladbach II – Warendorfer SU
11:00 Sportanlage Am Haus Lütz

Karnevalsrenntag

Haupttrennen: „Großer Preis des Rheinischen Karnevals“. Ausrichter: Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.

PARTY

Immer wieder Sonntags-Tanzparty

Discofox- und Schlagerparty. 15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss

FESTE | MÄRKTE

Schlossweihnacht Schloss Dyck

Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkeideen sowie lebendigem Krippenspiel.

» siehe Seite 12

Weihnachtsfest

11:00-20:00 Marktplatz MG-Eicken

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

Nikolausmarkt

11:00-18:00 Marktplatz MG-Hardt

Abendessen in MG?



www.gastroguide-mg.de

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach

Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen. 8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteinraute

Weihnachtsradeln 2018

Der Weihnachtsmann radelt durch unsere Stadt. Veranstalter: ADFC Mönchengladbach. 15:00 Treffpunkt: Haupteingang MINTO
„Der Schrank von Ramon Haze“
Katalogpräsentation in Anwesenheit von Andreas Grahl, Holmer Feldmann und Markus Drefsen. 16:00 Städt. Museum Abteiberg

KIDS

Kinderkino: „Mary Poppins“

USA 1964, Regie: R. Stevenson, 135 Min., ab 6 Jahre. 15:00 BIS-Zentrum

Lila Lindwurm: „Ronja und die Weihnachtshexe“

15:00 TIG – Theater im Gründungshaus

„Der Räuber Hotzenplotz“

Kinderoper nach dem Buch von Otfried Preußler. 15:00 + 17:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

» siehe HINDENBURGER Nov. 2018 | Seite 16/17

MO17 > DEZEMBER

BÜHNE

„Sitem“

Comedy mit Gaby Köster. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

VORTRÄGE

Forum Gesundheit: Langfristig erkrankte, welche Hilfen gibt es?

18:00-20:15 VHS am Sonnenhausplatz

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball B-Junioren

Gruppe 1. ab 18:00 Jahnalle

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

DI18 > DEZEMBER

BÜHNE

„Otello darf nicht plätzen“ (Lend me a Tenor)

Musical von Brad Carroll nach der Komödie von Ken Ludwig. 19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 54

VORTRÄGE

„Virtual Reality und ihr Einfluss auf die analoge Welt“

Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. Referent: Dr. Jonathan Harth. 19:00 Haus Erholung

LITERATUR

Lesung Peter Josef Dickers

Der Mönchengladbacher Autor liest, von Musik untermalt, unterhaltsam-besinnliche und zuweilen meynungsstarke Texte aus seinen Büchern. Eintritt frei!

19:00 Kolumbarium St. Kamillus | Kamillianerstr. 40

KONZERTE

Jam Session

Offene Bühne für Musiker, die keine Lust mehr haben alleine zu spielen und sich gemeinsam in der Musik austoben und ausprobieren wollen. PA, Gitarre und Percussion werden gestellt. Anmeldung nicht erforderlich. Teilnahme kostenfrei!

Veranstalter: Kulturklam e. V. 19:00-22:00 Chapeau Kultur

VORTRÄGE

ZEIT Akademie im Gespräch: Mathematik

Prof. Dr. Günter M. Ziegler erläutert anschaulich die bunten Facetten und Dimensionen dieser faszinierenden Wissenschaft. Anschließ. Reflexion der Inhalte mit Dr. Klaus Everszumrode.

Thema: Ein statistischer Blick auf die Wissenschaft. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball B-Junioren

Gruppe 2. Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.

Fußball-Bundesliga

16. Spieltag: Borussia M'gladbach – 1. FC Nürnberg

18:30 Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 48/49

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

Lachyogatreff Windberg

Ganzheitliches Anti-Stress-Training. 19:30-20:30 Pfarrheim Windberg | Annakirchstr. 84

KIDS

Offene Tür

14:00-17:30 Kinder bis 14. 17:30-21:00 Jugendl. ab 14. Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

MI19 > DEZEMBER

BÜHNE

„Otello darf nicht plätzen“ (Lend me a Tenor)

Musical von Brad Carroll nach der Komödie von Ken Ludwig. 19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 54

„Das Tagebuch der Anne Frank“ (Premiere)

Bühnenfassung von Ulrich Cyran. Mit Vera Maria Schmidt. 20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

» siehe Seite 59 oben

„Kückückl“ – Ein Türke sieht Schwarz-Rot-Gold

Culture-Crash-Comedy mit Serhat Dogan. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Jam Session

Offene Bühne für Musiker, die keine Lust mehr haben alleine zu spielen und sich gemeinsam in der Musik austoben und ausprobieren wollen. PA, Gitarre und Percussion werden gestellt. Anmeldung nicht erforderlich. Teilnahme kostenfrei!

Veranstalter: Kulturklam e. V. 19:00-22:00 Chapeau Kultur

VORTRÄGE

ZEIT Akademie im Gespräch: Mathematik

Prof. Dr. Günter M. Ziegler erläutert anschaulich die bunten Facetten und Dimensionen dieser faszinierenden Wissenschaft. Anschließ. Reflexion der Inhalte mit Dr. Klaus Everszumrode.

Thema: Ein statistischer Blick auf die Wissenschaft. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball A-Junioren

Gruppe 1. Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.

ab 18:00 Jahnalle

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er/60er. 19:00 American's | Waldhausener Str. 32

StudiNight

3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis. 20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Longdrink Casino

21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

Weihnachtsfeier FSR07

23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

Weihnachtsdorf

Livemusik mit Hubertus von Garnier. 11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

EA-Emotions Anonymous

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit. 19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Disco

18:15-21:15 AFbJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO20 > DEZEMBER

BÜHNE

„Das Lächeln am Fuße der Leiter“

Nach der Novelle von Henry Miller. Mit Antoschka. 20:00 BIS-Zentrum

» siehe oben

Choreografie-Werkstatt 2018/19

Junge Choreografen stellen sich vor. 20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE

Dycker Schlosskonzert

Festliches Weihnachtskonzert mit dem Barockorchester „Le Concert d'Apollon“. Eine Veranstaltung der Freunde und Förderer von Schloss Dyck e. V.

18:00 Schloss Dyck | Jüchen

Open Session: „Swing Fashion“

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

LITERATUR

Lesershow

Kurz vor Weihnachten laden die gastgebenden Stamm- und Autoren der Gladbacher Lesebühne zum zweiten Mal in den Eickener Jazz-Club Krypti.

20:00 Krypti | Humboldtstr. 48a/Schillerplatz (Einlass: ab 18:00)

» siehe oben

VORTRÄGE

Infoabend für werdende Eltern

Rund um Schwangerschaft und Geburt. Anmeldung nicht erforderlich. 18:00-20:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal

AUSSTELLUNGEN IM DEZEMBER

FRITZ MÜHLEN – EIN RHEYDTER KÜNSTLER

bis So. 2.12.2018

11:00-17:00 di-fr

11:00-18:00 sa-so

Fritz Mühlen wurde 1906 in Rheydt geboren und verbrachte sein ganzes Leben dort. Die enge Verbundenheit des Künstlers zu seiner Heimatstadt, schlägt sich auch in seinen Kunstwerken nieder. Zahlreiche Rheydter Ansichten sowie das Schloss Rheydt zählen zu seinen Motiven. Hierbei sticht er besonders durch seine Genialität der Einfachheit hervor. Bereits mit wenigen Pinselstrichen vermag er Landschaften oder urbane Ansichten auf das Papier zu bringen.
Städt. Museum Schloss Rheydt

10-JÄHRIGES BESTEHEN DAUERAUSSTELLUNG HISTORISCHES SPIELZEUG

So. 2.12.2018, 14:00-17:00

und jeweils geöffnet sonntags von 14:00-17:00 Uhr, Eintritt frei!

Was einst als kleine Sammlung begann, wächst und gedeiht mit jedem Tag – die Dauerausstellung „Historisches Spielzeug“ feiert am 1. Advent ihr zehnjähriges Bestehen. In ihrem kleinen privaten Museum in MG-Giesenkirchen hat Silvia Schnelle mit großer Leidenschaft all das zusammengetragen, was die Augen kleiner und großer Kinder zum Leuchten bringt: alte Puppen, Puppenhäuser, Puppenstuben, Kaufläden, Steifftiere, Eisenbahn H0 – Märklin (Winterlandschaft) sowie bunt gemischtes Spielzeug aus Vergangenheit und auch Gegenwart. Alle Exponate sind fachgerecht und mit liebevollem Blick fürs Detail restauriert und präsentiert. Hier werden Erinnerungen wach und Erwachsene wieder in ihre Kindertzeit versetzt.
Schrödt 27 (1. Stock) | MG-Giesenkirchen



PETER NAGEL: PETER NAGEL, 55

bis So. 2.12.2018

17:00-19:00 fr

15:00-17:00 sa + so

Anlässlich seines 55. Geburtstages wird Peter Nagel erstmals seine Installation „100 Meisterwerke“ komplett im Miniformat zeigen. 100 Nashornköpfe, jedes ca. 15 x 15 x 15 cm, erinnern an 100 bedeutende KünstlerInnen der klassischen Moderne.

[kunstraumno.10]

ALLES IN BEWEGUNG

Sa. 8.12.2018, 12:00-21:00

So. 9.12.2018, 12:00-16:00

Malerei, Collage und Mixed Media im Nassauer Stall. Am zweiten Adventswochenende präsentieren die Künstlerinnen Rita Stabenow-Schmieder und Sabine Reder ihre neuesten Werke. Der Ausstellungstitel „Alles in Bewegung“ nimmt Bezug auf den Entstehungsprozess ihrer Bilder. Eintritt frei!

Schloss Wickrath | Nassauer Stall



STADTLAND – POSITIONEN

bis So. 9.12.2018

12:00-16:00 sa + so

Mitglieder des BBK Niederrhein e. V. wurden eingeladen, unter dem Titel „StadtLand“ künstlerische Positionen zu erarbeiten. Die besonderen Beziehungen zwischen Stadt und Land werden dabei von den ausgewählten KünstlerInnen wie auf einer Entdeckungsreise dokumentiert und in eigenen Werken interpretiert. Dabei spielen Aspekte urbaner und/oder ländlicher Perspektiven oder Lebensräume eine entscheidende Rolle.

EA 71

VIKTOR SCHMIDT: JAHRESZEITEN

bis Mo. 31.12.2018

Gemeinsam mit Studierenden der Hochschule und Künstlern der Region gestaltet der Mönchengladbacher Poet Viktor Schmidt Ausstellungen zu den Themen Wort, Foto und Streetart.

Kunstfenster Rheydt

DIE ZUKUNFT DER ZEICHNUNG: ALGORITHMUS DAS NEUE IN DER SAMMLUNG ETZOLD – FOLGE 2

bis So. 13.1.2019

11:00-17:00 di-fr

11:00-18:00 sa-so

Die zweite Folge rückt das Konvolut der Computergrafik und deren Algorithmen ins Zentrum. Frühe computergrafische Bilder von Herbert W. Franke, Manfred Mohr, Frieder Nake und Georg Nees, digital inspirierte Bilder von K.O. Götz, vibrierende Bilder von François Morellet, Jesús Rafael Soto und Victor Vasarely zeigen verschiedenste Positionen der Auseinandersetzung mit dem Verhältnis von zeichnerischer Geste und programmierter Maschine.

Städt. Museum Abteiberg

STEPHAN BALKENHOL: NEUE ARBEITEN

bis Sa. 26.1.2019

13:00-18:00 di-fr

16:00-19:00 sa

Stephan Balkenhol gilt als wegweisend in der zeitgenössisch figurativen Skulptur und als einer der international renommiertesten Künstler Deutschlands. Seine Skulpturen, die er mit dem Beitel aus mächtigen Holzstämmen haut und farbig fasst, sind meist anonyme Figuren: Männer und Frauen, aber auch Tiere, die nichts von sich preisgeben.

Galerie Löhrl

TEUTSCHER REIS UND PEPPER VAN INDIEN – NEUE PFLANZEN IN HEIMISCHEN GEFILDEN

bis So. 20.1.2019

11:00-17:00 di-fr

11:00-18:00 sa-so

Wenn man spontan überlegt, welche Pflanzen so als Nahrungsmittel typisch deutsch sein dürften, dann rangieren Apfel und Kartoffel sicherlich ganz weit oben in der Rangliste. Doch wie die Ausstellung zeigt, liegt man da unter anderem aus historischer Sicht ziemlich falsch. Die Kartoffel zum Beispiel stammt ursprünglich aus Südamerika und wurde zunächst auch nur nach Europa und ins heutige Gebiet von Deutschland gebracht, weil die Blumen der Pflanze so schön aussahen. Und auch der Apfel hatte eine längere Reise aus dem asiatischen Raum zu uns. Insgesamt würde unser Speiseplan sehr mau aussehen, wären nicht viele Pflanzen aus der Ferne nach Mitteleuropa gelangt.

Städt. Museum Schloss Rheydt

DIE VERPACKTE ORANGE

bis So. 10.2.2019

11:00-17:00 sa + so

Ursprünglich zum Schutz der Frucht gedacht, wurden Orangepapiere – dünnes Papier, bedruckt mit variantenreichen Motiven – bald zum begehrten Sammelobjekt.

Aus einer der größten Privatsammlungen wird eine sehr sehenswerte Auswahl präsentiert.

Feld-Haus – Museum für Populäre Druckgrafik | Berger Weg 5 | Neuss

INTERNATIONAL GARDEN PHOTOGRAPHER OF THE YEAR

bis So. 17.2.2019

14:00-18:00 di-fr

12:00-17:00 sa + so

Ausstellung internationaler Gartenfotografie.

Schloss Dyck | Jüchen

DER SCHRANK VON RAMON HAZE

bis Sa. 27.4.2019

11:00-17:00 di-fr,

11:00-18:00 sa-so

Was wird aus der Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts? Welche Werke bleiben erhalten? Welche Kunstrezeption setzt sich durch? Welche medialen Arbeiten sind noch lesbar? Und wie werden sie konserviert? Der Schrank von Ramon Haze beschäftigt sich mit Kunstgeschichte, dem Umgang mit Vergangenheit und Zukunft, dem Sammeln und der eigenen zeithistorischen Situation als Künstler.

Städt. Museum Abteiberg

CAN DEMIREZEN: STREET KNOWLEDGE

bis Fr. 10.5.2019

10:00-12:00 + 18:30-20:30 di-fr

Inspiration findet die Ausstellung (Siebdruck, Malerei auf Leinwand) auf der Straße. Sie will soziale Ungleichheiten aufdecken, in dem sie Szenarien aus dem Alltag in einem groben Ton widerspiegelt. Mit Hilfe des Siebdruckverfahrens werden Bilder geschaffen, die die Melancholie des Alltags innerhalb der Unterschicht wie in einem Tagebuch aufzeichnen.

BIS-Zentrum | Café BISQuit

TEXTILTECHNIKUM

11:00-15:00 mo-fr

13:00-17:00 jeder dritte so im Monat

Eine einzigartige Maschinensammlung zeigt die Entwicklung der Technik vom Handwebstuhl bis zum modernsten Luftdüsen-Webautomaten.

Monforts Quartier | Schwalmstr. 301

FILMFIGUREN-AUSSTELLUNG

12:00-18:00 fr, 10:00-18:00 sa, 12:00-17:00 so

Berliner Platz 10

SR ohne Titel 12172 x 100 x 140 © Atelier K&I

Fotos: Joss Wehrmann



Grafik: Veranstalter

22 ab 16:00 Uhr | Projekt 42
Das andere Fest

Kleiner Floor:
22:00-0:00 Uhr: Pheelia (live set); 0:00-2:00 Uhr: Aren b2b Shelly (House); 2:00-4:00 Uhr: H.P.Craxta (House/Techno); 4:00-5:00 Uhr: Tenks (Techno).
Großer Floor:
23:00-0:30 Uhr: DJ Mi.like (DJ/Hip-Hop, Trap); 0:30-2:00 Uhr: Shubangi (live Band/Hi-Hop & Soul); 2:00-3:30 Uhr: Barila Funk (DJ/Hip-Hop, Funk, Disco); 3:30-5:00 Uhr: Mondschutzfaktor Ananas (DJ).

Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208. 18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik

SPORT
Stadtmeisterschaft Hallenfußball A-Junioren
Gruppe 2.
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
ab 18:00 Jahnhalle

PARTY
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

Longdrink Casino
21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE
Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES
Weihnachtssingen
open air
Gemeinsames Singen bekannter Weihnachtslieder stimmen auf das große Fest ein.
18:00-20:00 Marktplatz MG-Rheydt

Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip.
15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenusstr. 95
EA-Emotions Anonymous Rheydt
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

Mitsing-Abend
Begleitet wird live mit Gitarre und Klavier.
Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Kulturkram e. V.
20:00-22:00 Chapeau Kultur
Lady's Night:
„Mary Poppins Rückkehr“
USA 2018, Regie: Rob Marshall. Mit Emily Blunt, Lin-Manuel Miranda, Meryl Streep, Ben Whishaw, u. a.
Roter Teppich + Sekt-Empfang für Damen ab 16 Jahre. Kein Zutritt für Herren!
20:30 Comet Cine Center (Einlass: 19:00)

KIDS
Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14, mit Disco.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

Beginn der Weihnachtsferien in NRW (bis 6. Januar 2019)

FR21 > DEZEMBER

BÜHNE
„Monty Python's Spamalot“
Musical von Eric Idle und John Du Prez. Deutsch von Daniel Große Boymann.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Das Lächeln am Fuße der Leiter“

Nach der Novelle von Henry Miller. Mit Antoschka.
20:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 60 oben
„German Humor“
Comedy mit Shahak Shapira.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE
Dycker Schlosskonzert
Festliches Weihnachtskonzert mit dem Barockorchester „Le Concert d'Apollon“. Eine Veranstaltung der Freunde und Förderer von Schloss Dyck e. V.
18:00 Schloss Dyck | Jüchen
Silent Night 2018
Mit „Booster“.
20:30 RED BOX am Sparkassenpark

SPORT
Stadtmeisterschaft Hallenfußball E-Junioren
Gruppe 1 (ab 9:15 Uhr), Gruppe 2 (ab 13:15 Uhr).
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
Jahnhalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball A-Junioren
Gruppe 3.
ab 18:00 Jahnhalle

PARTY
Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

The Big Beat
Mit Barila Funk im Main-floor und Jahresabschlussfeier des Vinyl Clubs. Motto: „Zeigt her eure Platten“.
20:00 Projekt 42
Longdrink Happy Hour
Buy 1 get 2 (von 21-23 Uhr).
ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8
Fresh Friday's
23:00 Black & White

FESTE | MÄRKTE
Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt
SONSTIGES
Rheydter Vinylclub
Gemeinsam wird streng analog Musik gehört und die ein oder andere Geschichte dazu erzählt. Alle sind herzlich eingeladen, ihre eigenen Schallplatten mitzubringen. Teilnahme kostenfrei!
Veranstalter: Kulturkram e. V.
19:00-22:00 Chapeau Kultur

Clubs & Bars in MG?

www.gastroguide-mg.de

SA22 > DEZEMBER

BÜHNE
„Deine Liebe ist Feuer“
Von Mudar Alhaggi.
In der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

KONZERTE
Musik zur Marktzeit: Vorbereitungskonzert „Jugend musiziert“
Mit Schülern und Schülerinnen der Musikschule.
12:00 Citykirche Alter Markt
Silent Night 2018
Mit „Booster“.
20:30 RED BOX am Sparkassenpark
Sternennacht
Internationale Weihnachtshits, gefühlvolle Balladen und stimmungsvolle Pop-hits mit „Just:is“.
21:00 Kunstwerk Wickrath



Foto: Künstler

24 23:00 Uhr | Projekt 42
Voodoo Christmas Special

Das Projekt 42 und Roman Vintage laden zur Voodoo Night ein. Dancefloor orientierte 60's & 70's, Jazz, Funk und Soul-Musik trifft auf außergewöhnliche Deko, Performances und Lichtinstallationen. Kein Trash. Kein Cheese. Nur hochqualitative Musik. Dazu Live Percussion von Guru Armin da Beat und Tanz Performance mit Florence.
Der zweite Floor wird von den Altstadt-Urgesteinen Joschi und Barila Funk mit Hip-Hop, Mash Up's, Drum'n'Bass und Electro versorgt.

SO23 > DEZEMBER

BÜHNE
„Der Meister und Margarita“
Nach dem Roman von Michail Bulgakow.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

KONZERTE
„The Tell Tale Hearts“
Die Mönchengladbacher Band in der Besetzung Mark Gorzolka (Gesang, Gitarre), Jörg Simons (Gitarre), Andreas Hüttges (Bass) und Reimund Neikes (Schlagzeug, Gesang).
20:00 Projekt 42
Silent Night 2018
Mit „Booster“.
20:30 RED BOX am Sparkassenpark

SPORT
Stadtmeisterschaft Hallenfußball U11-Juniorinnen
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
ab 9:30 Jahnhalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball D-Junioren
Endrunde.
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
ab 12:30 Jahnhalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball B-Junioren
Endrunde.
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
ab 18:00 Jahnhalle

PARTY
Immer wieder Sonntags-Tanzparty
Discofox- und Schlagerparty.
15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss
FESTE | MÄRKTE
Schlossweihnacht
Schloss Dyck
Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkeideen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.
10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen
» siehe Seite 12

Immer wieder Sonntags-Tanzparty
Discofox- und Schlagerparty.
15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss
FESTE | MÄRKTE
Schlossweihnacht
Schloss Dyck
Stimmungsvoller Weihnachtsmarkt im historischen Ambiente mit exquisiten Produkten und ausgesuchten Geschenkeideen sowie lebendigem Krippenspiel im Park.
10:00-20:00 Schloss Dyck | Jüchen
» siehe Seite 12

Weihnachtsdorf
Öffentliches Weihnachtssingen von 15:00-17:00 Uhr mit „The singing Santa“, danach ab 18:00 Uhr Christmas Party mit „DJ Stefan“.
11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES
Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach
Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.
8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteinraute

MO24 > DEZEMBER

KONZERTE
Missa brevis in C-Dur
Der Münsterchor St. Vitus, Streicher der Münstermusik und Wolfram Goertz (Orgel) spielen die Kleine Orgelso-lomesse von Wolfgang Amadeus Mozart für Soli, Chor und Streicher.
18:30 Münster St. Vitus

PARTY
Christmas Special
ab 22:00 Foormat | Waldhausener Str. 8
Vintage Nights Voodoo Christmas Special
Mit Roman Vintage, Barila Funk, Joschi und Live Percussion mit Guru Armin da Beat sowie Voodoo Tanzperformance.
23:00 Projekt 42
» siehe oben

FESTE | MÄRKTE
Weihnachtsdorf
11:00-15:00 Alter Markt

KIDS
„Wir warten auf Weihnachten“
Das NEW-Bäderteam macht den Kindern das Warten auf den Weihnachtsmann etwas leichter. Unter dem Motto „Wir warten auf Weihnachten“ gibt es Kaffee, Gebäck und weihnachtliche Musik. Um 10:45 Uhr kommt der Weihnachtsmann und hat für jeden Gast eine kleine Überraschung dabei.
8:00-12:00 Vitusbad



Foto: Alexander Louvet

27 20:30 Uhr | Projekt 42
Poetry Slam

Der Gladbacher Poetry Slam bleibt sich treu und veranstaltet die letzte Show des Jahres erneut zwischen den Jahren. Nicht mehr Heiligabend, aber auch noch nicht am Ende sind die Moderatoren Markim Pause und Marco Jonas Jahn, wenn sie ein StarterInnenfeld präsentieren, welches einem verbalen Feuerwerks-Sortiment der gehobenen Klasse gleicht. Welche Rakete im Finale am hellsten erstrahlt, bestimmt natürlich das Publikum – denn das bleibt auch nach Weihnachten heilig.

DI25 > DEZEMBER

KONZERTE

Messe solennelle cis-Moll
Münsterchor St. Vitus, Mitglieder des Jungen Vokalensembles, Orchester der Münstermusik, Julia Haak (Chororgel) und Wolfgang Seifen (Große Orgel).
11:00 Münster St. Vitus
Orgel und Kantorengesänge
Mit Klaus Paulsen.
19:30 Münster St. Vitus

PARTY

Christmas Special
ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

MI26 > DEZEMBER

KONZERTE

Messe zu Ehren des Hl. Leodegar von J.B. Hilber
Männerstimmen des Münsterchores, Willi Hütz (Orgel).
11:00 Münster St. Vitus

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32
Speck-weg-Party
19:00-22:00 TOMMYs Tanzstudio
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30
Longdrink Casino
21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

KIDS

Große Spielzeugsammelaktion „Kinder für Kinder“
Kinder können nicht mehr gebrauchte Spielsachen wie Puppen, Legosteine oder Inlineskates spenden, um anderen Kindern eine Freude zu bereiten.
Bitte beachten: Aus hygienischen Gründen werden Plüschtiere, Puzzle, Bücher und Kinderkleidung nicht angenommen!
11:00-14:00 Vitusbad

Zum letzten Mal in MG: „Der Räuber Hotzenplotz“
Kinderoper nach dem Buch von Otfried Preußler von Andreas N. Tarkmann.
Für Kinder ab 5 Jahre.
15:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 16/17

DO27 > DEZEMBER

BÜHNE

„Monty Python's Spamlot“
Musical von Eric Idle und John Du Prez. Nach dem Originaldrehbuch von Graham Chapman, John Cleese, Terry Gilliam, Eric Idle, Terry Jones und Michael Palin.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

LITERATUR

Poeterey – Der Gladbacher Poetry Slam
Mit Markim Pause u. Marco Jonas Jahn. Musik: DJ Key.
20:30 Projekt 42
» siehe oben

VORTRÄGE

Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208.
18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt | Mutter-Kind-Klinik

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball U17-Juniorinnen
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e.V.
ab 10:15 Jahnalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball F-Junioren Gruppe 1.
ab 14:15 Jahnalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball Senioren Gruppe 1.
ab 18:00 Jahnalle

PARTY

StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30#

Longdrink Casino
21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf

11:00-21:00 Alter Markt

SONSTIGES

EÄ-Emotions Anonymous Rheydt

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

FR28 > DEZEMBER

BÜHNE

„Hamlet“
Oper von Ambroise Thomas. In französischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe HINDENBURGER November 2018 | Seite 18
„Deutschland. Ein Wintermärchen“ (Wiederaufnahme)
Michael Grosse spricht Heinrich Heine.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball U15-Juniorinnen
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e.V.
ab 9:00 Jahnalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball F-Junioren Gruppe 4 (ab 12:15 Uhr), Gruppe 2 (ab 14:15 Uhr).
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e.V.
Jahnalle
Stadtmeisterschaft Hallenfußball Senioren Gruppe 2.
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e.V.
ab 18:00 Jahnalle

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32
Fresh Friday's
23:00 Black & White
Longdrink Happy Hour
Buy 1 get 2 (von 21-23 Uhr).
ab 21:00 Foormat | Waldhausener Str. 8

»Volkverein Mönchengladbach«
gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®

Holzprodukte
Rapsöl
Secondhand-Kleidung
Second Händchen der Kinderladen
Hausrat Bücher CDs
Gebrauchtmöbel

Geistenbecker Str.107 +118
41199 MG-Geistenbeck

St. Helena-Platz 7
41179 MG-Rheindahlen

Eickener Str. 130
41063 MG-Eicken

Limitenstr. 31
41236 MG-Rheydt

Roermonder Str. 56-58
41068 MG-Waldhausen

Öffnungszeiten:
Mo–Fr 9:30–18 h
Sa 9:30–13 h

Zentrale:
02166 / 671 16 00

secondHändchen

www.volkverein.de

Auf den Hund gekommen!

Unsere Kollegen mit 4 Pfoten

Tiere sind wichtig für Menschen. Sie sind wertvolle Lebensgefährten und haben nachweislich einen positiven Einfluss auf uns. Das wissen nicht nur unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu schätzen, auch unsere Klientinnen und Klienten freuen sich über unsere besonderen Kollegen.

PAULA
Ich bin eine Altdeutsche Schäferhündin und gehe seit Oktober 2017 mit meinem Frauchen Alex Bikowski zur Arbeit. Im RehaVerein lerne ich viele Menschen kennen, viele besuche ich auch Zuhause.
Da ich erst im Juni 2017 geboren wurde, bin ich noch recht verspielt und lerne jeden Tag neue Dinge dazu. Ich bin sehr freundlich, gutmütig und begrüße gerne alle Menschen.
Meine Markenzeichen sind mein treuer Blick und mein Schlappohr... alle hoffen, dass es hängen bleibt – auch wenn ich mal erwachsen bin.

SAM
Ich bin ein heller Labradorrüde und bin im April 2017 geboren. Mein Frauchen Birthe Wernery nimmt mich mit zur Arbeit in die KipE-Beratungsstelle. Da treffe ich viele Kinder und Eltern, manchmal fahren wir auch zu den Familien nach Hause.
Ich bin der Lieblingskollege in Rheydt und schaffe es in nicht mal einer Minute, ihnen ein Lachen ins Gesicht zu zaubern. Wie ich das mache? Probiert es doch selbst mal aus und kommt mich besuchen.
Ich bin ein entspannter Rüde und schlafe viel und gerne, aber für ein Leckerchen tue ich fast alles.

Verein für die Rehabilitation psychisch Kranker e.V.
Thüringer Straße 12 • 41063 Mönchengladbach
Telefon 02161 69777-0 • Telefax 02161 69777-29

RehaVerein

www.rehaverein-mg.de



Grafik: Silvana Rückler

31 22:00 Uhr | RED BOX am Sparkassenpark
Silvester in der Red Box

Die Erfolgsgeschichte von „Booster“ ist beeindruckend. Mit mehr als 2.500 Konzerten gehören die Profis zu den erfahrensten der Musikszene. Für ihre eigenen Shows verkaufen sie mittlerweile mehr als 7.000 Tickets und begeistern ihre treuen Fans seit Jahren. Die stets überwältigende Stimmung auf den unterschiedlichsten Veranstaltungen, bei denen „Booster“ auftritt beweist, dass die Band immer das richtige Händchen für alle Arten von Events hat.

FESTE | MÄRKTE

Weihnachtsdorf
11:00-21:00 Alter Markt



BÜHNE

„Otello darf nicht plätzen“ (Lend me a Tenor)
Musical von Brad Carroll nach der Komödie von Ken Ludwig.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

» siehe „Highlights“ | Seite 54

Choreografie-Werkstatt 2018/19

Junge Choreografen stellen sich vor.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball Senioren
Gruppe 2 (ab 13:00 Uhr), Gruppe 4 (ab 18:00 Uhr).
Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

Skihallen-Party
Die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.
Ab 18 Jahre!

ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss

Shots & Friends
10 gleiche Shots 15 €.
ab 21:00 Footmat | Waldhausener Str. 8

I love Black
23:00 Black & White

Die Nacht
23:00 Die Nacht

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Parkplatz SMS Businesspark | Aachener Straße

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

Weihnachtsdorf
Livemusik mit „Vierscher Rad Pack“.
11:00-21:00 Alter Markt



BÜHNE

„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“

Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel.

16:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

„Novocento – Die Legende vom Ozeanpianisten“
Schauspiel von Alessandro Baricco.

20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

SPORT

Stadtmeisterschaft Hallenfußball Senioren
Gruppe 5 (ab 13:00 Uhr), Gruppe 6 (ab 18:00 Uhr).

Veranstalter: SSB Mönchengladbach e. V.
Jahnhalle

PARTY

Immer wieder Sonntags-Tanzparty
Discofox- und Schlagerparty.

15:00-20:00 allrounder mountain resort | Neuss

FESTE | MÄRKTE

Modellspielzeugmarkt
11:00-16:00 Haus Erholung

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach

Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.
8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteiraute



BÜHNE

„Monty Python's Spamlot“

Musical von Eric Idle und John Du Prez.
18:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

KONZERTE

Silvester Blues-Revue 2018

Von den Anfängen des Blues über den Rock'n'Roll bis Woodstock wird die Entstehung der Rockmusik von einer neunköpfigen Live-Band u. a. mit Peter Lenzen & Paddy Boy („Flat Blues Ltd.“) und Max Hütten („Red Hot Cancers“) auf die Bühne gebracht.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

SILVESTERPARTYS

Silvester 2018 » 2019
Mit DJ Rokka, der all night long für strikt tanzbare Musik sorgt.

20:00 Messajero

Silvester in der Red Box
Mit „Booster“ verabschieden die Gladbacher im musikalisch passenden Takt das Jahr 2018 und begrüßen das neue Jahr mit eigenem Feuerwerk.

22:00 RED BOX am Sparkassenpark (Einlass: 20:00)

» siehe oben

Pure Dynamite 2019
Der große Knall zum Jahreswechsel mit Buddy Hawaii- und Barila Funk.

23:00 Projekt 42

» weitere Silvesterpartys siehe Seite 40/41

AfBJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.
Roermonder Str. 217 | 41068 MG | 02161 52031
www.afbj.de

allrounder mountain resort gmbh & co. kg
An der Skihalle 1 | 41472 NE | 02131 1244-146
www.allrounder.de

Altes Zeughaus
Weiherstr. 2-6 | 41061 MG | 02161 180109
www.altes-zeughaus.de

BIS-Zentrum
Bismarckstr. 97-99 | 41061 MG | 02161 181300
www.bis-zentrum.de

BIZ – Berufsinformationszentrum
Lürriper Str. 56 | 41065 MG | 02161 404-2250
www.arbeitsagentur.de

Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e. V.
Hennes-Weisweiler-Allee 1 | 41179 MG | 01805 181900
www.borussia.de

Chapeau Kultur
Bahnhofstr. 26-28 | 41236 MG
www.kulturkram.de

Club der LGB-Freunde Rhein/Sieg e. V.
Endepohlstr. 3 | 41236 MG | 02166 33925
www.lgb-rheinsieg.de

Comet Cine Center
Viersener Str. 8 | 41061 MG | 02161 8144-0
www.comet-cine-center.de

Dauerausstellung Historisches Spielzeug
Schrödt 27 | 41238 MG | 02166 89433
www.spielzeugausstellung.com

Denk Mal ...
Geneickener Str. 75 | 41238 MG | 02166 940572
www.denkmal-mg.de

Die Spindel
Postfach 100955 | 41009 MG | 02161 14700
www.die-spindel.de

EA 71
Eickener Str. 71 | 41061 MG | 02161 2553613
www.co-mg.de

Elisabeth-Krankenhaus
Hubertusstr. 100 | 41239 MG | 02166 394-0
www.sk-mg.de

Footmat
Waldhausener Str. 8 | 41061 MG

Galerie Löhrl
Kaiserstr. 69 | 41061 MG | 02161 200762
www.galerieloehrl.de

Grenzlandstadion
Seminarstr. 20 | 41236 MG

Haus Erholung
Johann-Peter-Boelling-Platz 1 | 41061 MG
www.hauserholung.de

Jahnhalle
Volksgartenstr. 165 | 41065 MG | 02161 482740

Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214-216 | 41066 MG | 02161 668-0
www.kh-neuwerk.de

Kult + Genuss GmbH
Wilhelm-Strauss-Str. 65 | 41236 MG | 02166 2172627
www.kultundgenuss.de

Kulturküche
Waldhausener Str. 64 | 41061 MG | 02161 8277711
www.kulturkueche.com

Kunstfenster Rheydt
Hauptstr. 125 | 41236 MG
www.kunstfenster-rheydt.de

[kunstraumno.10]
Matthiasstr. 10 | 41063 MG | 0177 6546963
www.raum-fuer-kunst.de

Kunstwerk Wickrath
Wickrathberger Str. 18b | 41189 MG | 02166 133930
www.ropes-krokodil.de

MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2 | 41061 MG | 02166 252411
www.mgm-g.de

Messajero
Sophienstr. 17 | 41065 MG | 02161 4988717
www.messajero.com

Mezcalito
Gasthausstr. 30 | 41061 MG | 02161 176640

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG | 02161 25-6431
www.musikschule-moenchengladbach.de

Paritätisches Zentrum
Friedhofstr. 39 | 41236 MG | 02166 92390
www.moenchengladbach.paritaet-nrw.org

Projekt 42
Waldhausener Str. 40-42 | 41061 MG
www.projekt42.info

RED BOX am Sparkassenpark
Am Nordpark 299 | 41069 MG | 02161 5639210
www.sparkassenpark.de

Schloss Dyck
41363 Jüchen
www.stiftung-schloss-dyck.de

Sportanlage Am Haus Lütz
Am Haus Lütz 57 | 41066 MG

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

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Alexianerstr. 6 | 41061 MG | 02161 837005
www.jugendclubhaus-westend.de

Städt. Museum Abteiberg
Abteistr. 27 | 41061 MG | 02161 252637
www.museum-abteiberg.de

Städt. Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508 | 41238 MG | 02166 928900
www.schlossrheydt.de

Stadtbibliothek Mönchengladbach: Stadtebibliothek RY
Am Neumarkt 8 | 41236 MG | 02161 258281

Zentralbibliothek MG (Carl-Brandts-Haus)
Blücherstr. 6 | 41061 MG | 02161 256345
www.stadtbibliothek-mg.de

TextilTechnikum
Schwalbmstr. 301 | 41238 MG | 02166 92890-0
www.textiltechnikum.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78 | 41236 MG | 02166 6151-100
www.theater-kr-mg.de

TIG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88 | 41061 MG | 02161 1858280
www.theater-im-gruendungshaus.de

TOMMYs Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156 | 47877 Willich | 02154 816644
www.tommys-tanz-studio.de

Trabrennbahn an der Niersbrücke
Am Flughafen 5 | 41066 MG | 02161 663083
www.mgtrab.de

Vitusbad
Breitenbachstr. 52 | 41065 MG | 02161 6980487
www.new-ag.de

Volkshochschule: VHS am Sonnenhausplatz
Lüpertzender Str. 85 | 41061 MG | 02161 256404

VHS Rheydt (City-Haus)
Mühlenstr. 2-4 | 41236 MG | 02161 258300
www.vhs-mg.de

Zeughaus Neuss
Markt 42-44 | 41460 NE
www.zeughauskonzerte.de

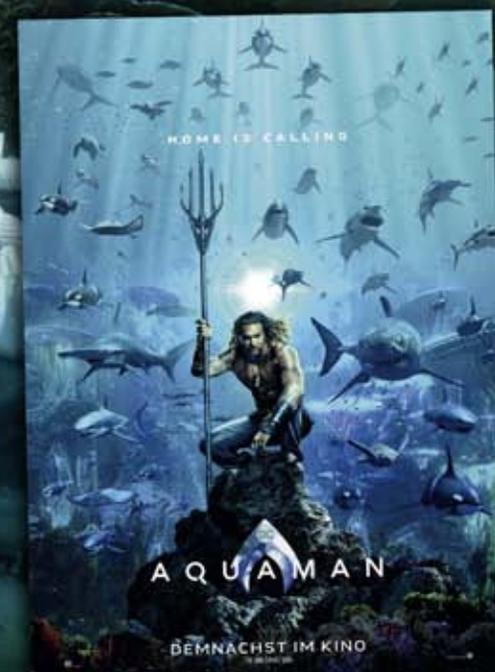
Das tagesaktuelle Onlineportal für Mönchengladbach

hindenburger.de

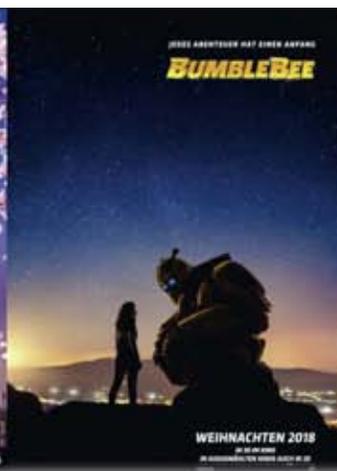
Redaktion Terminkalender: Martin Huth.
Ihre Veranstaltungen bitte bis zum 15. des Vormonats an termine@hindenburger.de (kostenlose Veröffentlichung!)



Ab 13. Dezember 2018 bei uns im Programm



Ab 20. Dezember 2018 bei uns im Programm



Mein Lieblingsgeschenk

DEIN LIEBLINGSKINO
COMET CINE CENTER
COMET PREMIUM GMBH & CO. KG



Viersener Str. 8 41061 M'gladbach
facebook.com/CometCineCenter
twitter.com/Lieblingskino
instagram.com/lieblingskino_mg
www.comet-cine-center.de

Aktuelle Trailer, Gewinnspiele, Vorverkauf-News unter facebook.de/CometCineCenter

FRIKOBÄUERCHEN

Die „Burns“-Kolumne im HINDENBURGER



Tödlicher Männerschnupfen

von Biddy und Rooster Burns

Biddy

Mein Mann hat mich mit TMS (tödlichem Männerschnupfen) angesteckt. Dies beinhaltet nicht nur, dass ich Schnupfen habe, sondern auch, dass ich zum Mann mutiere.

Stadium 1 Meine Nase läuft. Mist.
Stadium 2 Beide Dase läumt. Au-A!
Stadium 3 Kann. Nicht. Atmen.
Stadium 4 Nie mehr.
Stadium 5 Auch nicht durch den Mund.
Stadium 6 Karussell. Auch mit einem Fuß auf dem Boden.
Stadium 7 Haben wir noch den schönen Erkältungstrunk, der so fein müde und blau macht?
Stadium 8 Dann kauf mir welchen.
Stadium 9 Es ist ERNST!

Stadium 10 Bitte schlachte ein Huhn und versuppe es.
Stadium 11 Nein, das hilft nur mit frisch geschlachteten Hühnern.
Stadium 12 Du liebst mich nicht.
Stadium 13 Aber nicht genug.
Stadium 14 Gar nicht.
Stadium 15 Dann gib mal 3-4 Löffel von dem Zaubertrank in Petrol.
Stadium 16 Wohl Petrol. Hatte in Farbenlehre eine 2.
Stadium 17 chrzzzzzzzzzz

Rooster

Für mich als Mann ist das alles ähnlich, nur viel schneller und viel viel viel schlimmer. Schließlich ist die Frau nur Wirt und Überträger dieser für uns Männer brandgefährlichen und heimtückischen Seuche.

Stadium 1 Ich glaube da ist was im kommen
Stadium 2 Hol einen Pfarrer

Anmerkung: Wir haben es wider Rrwarten dann völlig unvorhersehbar und zu unserer großen Überraschung überlebt. Beide. Es gibt noch Wunder hier am Niederrhein. Aber beim nächsten Mal sind wir dran. Bestimmt.

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, USUID: DE247211801
PhG: Marktimpuls Verwaltungs GmbH
Anschrift wie oben, Amtsgericht Mönchengladbach, HRB 11530

HERAUSGEBER UND CHEFREDAKTEUR:

Marc Thiele (V. i. S. d. P.)
KONTAKT REDAKTION:
Tel. 02161/68695-70, E-Mail: redaktion@hindenburger.de

TERMINKALENDER:

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

REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Susanne Jordans, Martin Huth, Ingo Rütten, Karsten Kefenbaum, Ralf Greven
Corinna Greven, Alena Scharfshwert, Werner Henssen, Bettina Theißen

FOTOS:

Marc Thiele, Marion Freier, Sonstige Fotonachweise siehe Fotos.

COVERFOTO:

Dolgachov/123rf.com (# 34740641)

GRAFIK:

Marktimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,

DRUCK:

Senefelders Misset

ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:

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

AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

werden auf Wunsch zugeschickt. Kontakt s. o.
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.

MARKETING
BERATUNG

CORPORATE
PUBLISHING

SOCIAL MEDIA
MARKETING

KREATION + ENTWICKLUNG
PRINT + WEBDESIGN

FÜR KMU, GASTRONOMIE + GESUNDHEITSWESEN
MARKETING

HINDENBURGER

MEDIZIN + CO

GASTROGUIDE MG

SHOPPINGGUIDE MG

Reichweitenstarke Werbung mitten in Ihrer Zielgruppe

Werbung in unserer lokalen Medien ist
crossmedial und reichweitenstark!
Alle Magazine gibt es gedruckt, als ePaper,
und natürlich mit eigenem Onlineportal!

Sprechen Sie uns an!
media@marktimpuls.de

... und was können wir für Sie tun?



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 / 4666666

www.lange-weyel.de