

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

STADTLIBEN

GRÜNDUNGSWOCHE NIEDERRHEIN

STADTLIBEN

WIR SUCHEN MÖNCHENGLADBACHS BESTE 2022

STADTLIBEN

**EUROPÄISCHE WOCHE
DER ABFALLVERMEIDUNG**

HINTER DEN THEATERKULISSEN

DIE THEATERPÄDAGOGINNEN

WEIHNACHTEN

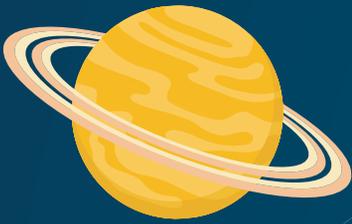
WEIHNACHTSMÄRKTE IN DER REGION

GASTRONOMIE

**BÄCKER UND KONDITOREN IN MG
BESTES GENUSSHANDWERK**

Natürlich auch online!
www.hindenburg.de





Gründungswoche
Deutschland

Gründerregion

nieder|rhein

NETZ VERBÄNDIGUNGEN
RHEIN-KREIS NEUSS MÜNCHENGLADBACH KREIS VIERSEN

GRÜNDUNGSWOCHE NIEDERRHEIN

14. BIS 20.
NOVEMBER
2022

Krefeld

Rhein-Kreis
Neuss

Mönchen-
gladbach

Kreis
Viersen

ALLE INFORMATIONEN UND
VERANSTALTUNGEN AUF:

www.gruendungswoche-niederrhein.de



edit rial

Liebe Leserinnen und Leser,

vielleicht haben Sie es in der regionalen Tagespresse vor Kurzem schon gelesen - es ist eine Liste aufgetaucht, die angeblich jene Straßen und Plätze aufführt, die die Stadtverwaltung umbenennen möchte. Diese haben wir auch bekommen. Anonym und ohne weitere Infos, außer dem Vermerk: „Der Oberbürgermeister der Stadt Mönchengladbach (Name) plant die Umbenennung folgender Straßennamen. Vielleicht ist das für Ihre Arbeit von Interesse.“ Wie nicht anders zu erwarten, kam kurz nach Erscheinen des Artikels prompt das Dementi der städtischen Pressestelle, schließlich wird fast niemand in der Lokalpolitik oder in der Verwaltung nochmal eine ausgiebige, öffentliche Diskussion über Straßennamen führen wollen. Das Thema hat Sprengstoff und ist sehr geprägt von Emotionalität, Ideologie und Aktivismus und von all dem haben wir schon im Tagesgeschäft viel zu viel in dieser Stadt.

Warum geben wir Straßen eigentlich die Namen von Persönlichkeiten unserer Geschichte, unserer Kultur, unserer Wirtschaft? Von Personen und Persönlichkeiten, die zu ihrer Lebenszeit irgendetwas getan oder bewirkt haben, das eine solche Auszeichnung irgendwann einmal verdient hat? Die zu Zeiten lebten, in denen oft andere Maßstäbe, andere Gesellschaftsnormen, andere Moralvorstellungen und andere Werte gegolten haben, als dies heute in unserer von Ideologie, Aktivismus und Cancel Culture geprägten Zeit der Fall ist? Nehmen wir das

Kaiserreich (1871-1918). Nazis gab es damals noch nicht, das politische System war keine Demokratie und die Gesellschaft war - so wie jede andere im damaligen Europa - von Militarismus geprägt. Ist das heute strafbar? Nein! Militarismus war und ist keine Straftat, nicht einmal eine Ordnungswidrigkeit. Er ist nur in modernen, ideologisch geprägten politischen Kreisen etwas sehr unbeliebtes, um das mal nett auszudrücken. Darum stehen auch 11 Namen auf dieser Liste, bei denen Militarismus als Grund genannt wird. Otto von Bismarck, General Blücher, General von Goeben, Generalfeldmarschall Graf von Haeseler... Paul von Hindenburg übrigens auch. Vielleicht hat man bei ihm ja dann doch festgestellt, dass der früher angeführte Grund - er wäre an Hitler Schuld - sich nicht halten ließ. Es stehen sogar Generäle auf der Liste, die in den napoleonischen Befreiungskriegen gekämpft haben. Nun ja, vielleicht wären Infotafeln an den entsprechenden Straßen der bessere Weg, denn dann würden die zuständigen „Umbenennungsaktivisten“ vielleicht mal eine Geschichtslehrstunde bekommen.

Zum Thema Militarismus noch eine Anmerkung... Unsere Bundesrepublik schickt seit 1992 ihre Soldaten der Parlamentsbundeswehr in Auslandseinsätze, wo diese ihren Dienst an unserem Land verrichten und dabei sehr oft psychisch leiden und ebenfalls oft körperlich verletzt oder gar getötet werden. Andere wachsen in Situationen über sich hinaus und leisten in Ge-

fechtsituationen, wie dem Karfreitagsgefecht in Afghanistan, übermenschliches. Mittlerweile gibt es wieder Kasernen aber auch Straßen, die als Zeichen des Dankes und des Respektes nach diesen Soldaten benannt sind. Werden Ideologen diese Namen in ein paar Jahrzehnten auch wieder wegen dann geltender, anderer Werte und Vorstellungen ändern?

Es gibt gute Gründe für Umbenennungen, nämlich dann, wenn es sich um überführte Straftäter handelt. Alle anderen Gründe müssen in ihren historischen Kontext gesetzt, ohne Anwendung von heute geltenden Maßstäben neutral geprüft und bewertet werden. Erst dann sollte eine Umbenennung überhaupt in Frage kommen. Auch halte ich eine dann zu führende, öffentliche Diskussion für absolut unabdingbar, denn zumindest ich spreche der Verwaltung des Recht ab, alleine ohne Einbindung der Öffentlichkeit über solche Umbenennungen zu entscheiden. Die Liste stellen wir als Scan auf hindenburger.de zur allgemeinen Einsicht online, denn Transparenz ist in unserer Zeiten wichtiger denn je. Vielleicht wird sie ja bei dem einen oder der anderen auch einige Fragen aufwerfen.

Ihr Marc Thiele
Herausgeber



ZAHNARZTPRAXIS
DR. BONGARTZ



EIN KINDERLÄCHELN?
EINFACH DAS SCHÖNSTE
AUF DER WELT

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

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

WIR SIND WIE GEWOHNT FÜR SIE DA!

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





6

STADTLIBEN



17

FREIZEIT



26

GENUSSKULTUR

Fotografie siehe Themenseiten

STADTLIBEN

- 6 Nobelpreisträger Benjamin List und Umweltschützer Dirk Steffens kommen nach Mönchengladbach
- 7 Gründungswoche Niederrhein: Alles für den Weg in die Selbstständigkeit
- 8 Nachholkonzert: Andrej and the Swingin' Hermlins Musikalisches Gipfeltreffen im Zeughaus Neuss
- 9 **Der HINDENBURGER sucht Mönchengladbachs Beste** Stimmungsvoll genießen. Der November im Finlantis
- 10 Ihr Recht kompakt: Betrunken auf dem E-Scooter. Droht Entzug der Fahrerlaubnis? fahrradwerkstatt360Grad: Check-Up für Ihr Fahrrad
- 12 Europäische Woche der Abfallvermeidung

KUNST + KULTUR

- 14 Literaturtipps
- 15 Das Programm der Stadtbibliothek 11/22
- 16 Theaterstory: Die Theaterpädagoginnen

FREIZEIT

- 17 Weihnachten in der Burggemeinde Brüggen
- 18 Weihnachtsmarkt auf der historischen Burg Satzvey
- 19 Schlossweihnacht Schloss Dyck
- 20 Hofweihnacht auf Schloss Türnich
- 21 Ja, ist denn schon Weihnachten? Erste Geschenktipps.
- 22 Weihnachtsmärkte in der Region

GENUSSKULTUR

- 24 **Mehr Genussevents in Mönchengladbach?** Tag der offenen Brennerei bei Hartges
- 25 Bierliebe: Bier als Aperitif? Ja, ich will (Champagner Bier)!

- 26 Die Mönchengladbacher Bäcker und Konditoren: Bestes Genusshandwerk

MEDIZIN + CO

- 28 Nur scharfes Sehen ist wahres Sehen „Schnuppern“ samstags im Advent. Angebot für Senioren
- 29 Dr. Dr. Lange Weyel: Schnarchen - da hört der Spaß auf
- 30 Sebastian Jurochnik: Der Rückenproblem-Löser
- 31 Dr. Bongartz MSc. MSc. & Kollegen: Implantate sind eine Investition, die sich lohnt

DER HINDENBURGER TERMINKALENDER

- 32 Veranstaltungskalender

SONSTIGES

- 03 Editorial
- 35 Impressum

Kostümentwürfe von Thomas Rump

DER SATANARCHÄOLÜGENIALKOHÖLLISCHE WUNSCHPUNSCH

von Michael Ende
Schauspiel mit Musik für Kinder ab 6 Jahren
Premiere am 26. November
Jetzt Karten sichern: www.theater-kr-mg.de

FRISEURSALON
SCHMITZ

FRISEUR / IN GESUCHT

Du bist eine kreative Friseurin und wolltest dich schon immer mal in die Welt von PAUL MITCHELL verführen lassen!!
Interessieren dich GREAT LENGTHS Haarextensions ??
Und möchtest du dich als Friseurin weiterentwickeln und neue Trends mitgestalten ?
Dann ist das jetzt deine Chance .
Bewirb dich jetzt bei uns

www.friseur-schmitz.de

Trompeterallee 3 - 41189 MG - Tel. 02166 1360890
von der Helm Str. 166 - 41199 MG - Tel 02166 601153

Wir schaffen **IHREN** Mehrwert!

LACK & BLECH
Autolackiererei
Fachbetrieb für Unfallreparaturen



Krefelder Str. 510
41066 Mönchengladbach

www.lack-blech.de



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

mags
GEM

mags
MG IM HERZEN



App Store



Google Play

App laden.
Keine Abfuhr verpassen.
Wilden Müll melden.

www.mags.de

SHL
badwelt
Niederrhein
STOCKMANN'S

- 800 m² große Badausstellung
- Beratung, Badplanung und Heizungssysteme
- Ausstellungsstücke zum Sonderpreis
- Privatverkauf

SHL Badwelt Niederrhein
Verkauf – Planung – Einbau

Alsstraße 268 · 41063 Mönchengladbach
Tel. 02161 8273558 · info@shl-badwelt.de
www.shl-badwelt.de

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



Foto: © Dirk Steffens

Dirk Steffens ist auch einer der bekanntesten Wissenschaftsjournalisten Deutschlands



Foto: © Frank Vinken

Nobelpreisträger für Chemie Prof. Dr. Benjamin List vom Max-Planck-Institut für Kohlenforschung.

Nobelpreisträger Benjamin List und Umweltschützer Dirk Steffens kommen nach Mönchengladbach

Gleich zwei spektakuläre Veranstaltungen gibt es im Jubiläumsjahr des Initiativkreises in den kommenden Wochen.

Der aktuelle **Chemie-Nobelpreisträger Benjamin List**, Direktor des Max-Planck-Instituts für Kohlenforschung in Mülheim an der Ruhr, ist der einzige aktuelle Nobelpreisträger, der Kopf- und Handstand kann und dessen Tante auch schon mit dem Nobelpreis ausgezeichnet wurde: Christiane Nüsslein-Volhard, Entwicklungsbiologin, erhielt den Preis 1995.

Benjamin List testete eine Aminosäure als Katalysator - und fand dabei eine vollkommen neue Methode zur Beschleunigung chemischer Reaktionen. Zum Einsatz kommt sie heute unter anderem bei der Herstellung von HIV-Medikamenten. Katalysatoren wandeln giftige Autoabgase in ungiftige um, aber man benötigt sie auch bei der Herstellung von Vitaminen, Farbstoffen, Kraftstoffen und Materialien. So werden zum Beispiel über 150 Millionen Tonnen Ammoniak im Jahr aus Stickstoff mithilfe eines Eisen-Katalysators produziert. Aus Ammoniak wiederum wird Pflanzendünger hergestellt, ohne den die Ernährung und somit das Überleben von momentan 7,6 Milliarden Menschen auf der Erde unmöglich wäre.

Auch ist klar, dass die wichtigen Zukunftsfragen der Menschheit bezüglich Klima, Ernährung, Gesundheit und Energie nur mithilfe der Katalyse zu beantworten sind. Wissenschaftler gingen über mehr als ein Jahrhundert davon aus, dass effiziente und selektive Katalyse praktisch nur mit metallhaltigen Katalysatoren möglich ist, obgleich sie wussten, dass hochleistungsfähige Enzyme überwiegend metallfrei sind. Seit einigen Jahren ist jedoch klar, dass auch rein organische Verbindungen, wie zum Beispiel die Aminosäure Prolin, wichtige Stoffumwandlungen katalysieren können. Benjamin List ist das Gegenteil des zerstreuten Wissenschafts-Nerds. Seine Vorträge sind ausgesprochen lebendig und anschaulich. Selbst wer Chemie während seiner Schulzeit gehasst hat, ist binnen Minuten in seinem Bann. Er kommt am **23. November, 20 Uhr**, in die Kaiser-Friedrich-Halle. Der bekannte TV-Journalist Ranga Yogeshwar stellt List nach dessen Vortrag Fragen.

Kaum einer kennt die Welt so gut wie er: **Dirk Steffens, einer der bekanntesten Wissenschaftsjournalisten Deutschlands**, hat über 120 Länder bereist und uns in Terra X die Schönheit und die Zerbrechlichkeit unseres Planeten vor Augen geführt.

Steffens hat auf seinen Reisen den Regenwald, die Wüste und das ewige Eis aus nächster Nähe kennengelernt. Immer mit dabei auf seinen Expeditionen hat er seine Espressomaschine - und Zuvorsicht. Steffens kommt in der Reihe „Pioniere der Welt“ nach Mönchengladbach. Er setzt sich in seinen Stiftungen für den Erhalt der Artenvielfalt und des Permafrosts ein. Seine Begeisterung für die Natur wurde in den Neunzigern am Great Barrier Reef in Australien geweckt. Er erzählt: „Nachdem ich das erste Mal dort getaucht bin, konnte ich zwei Nächte lang nicht schlafen vor Glück. Die Schwereelosigkeit, dieses unfassbare Bauwerk, errichtet von Lebewesen - ich war überwältigt. Kurz danach gab es den ersten El-Niño-Effekt, und der Begriff Korallenbleiche tauchte auf. Gleichzeitig häufte sich im Meer immer mehr Müll an. Damals hätte ich nicht gedacht, dass man etwas so Großes und Wunderbares in so kurzer Zeit zerstören kann.“

Für seine Arbeiten wurde er mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet, darunter mit der Goldenen Kamera und dem Deutschen Fernsehpreis. Steffens kommt am **16. November, 20 Uhr**, in die Kaiser-Friedrich-Halle.

Tickets für alle Veranstaltungen gibt es unter www.ik-mg.de.



Alles für den Weg in die Selbstständigkeit

Vom 14. bis 20. November findet auch in diesem Jahr die Gründungswoche Niederrhein statt. Federführend organisiert durch die WFMG (Wirtschaftsförderung Mönchengladbach), in enger Zusammenarbeit mit der IHK Mittlerer Niederrhein sowie weiteren Partnern und Sponsoren. So bündeln in der dritten Novemberwoche wieder zahlreiche Akteure aus der Region ihre Kräfte, um Gründungsinteressierten, Startups, Gründerinnen und Gründern das notwendige Rüstzeug für die Selbstständigkeit zu geben.

Geschürt wird dafür ein umfang- und abwechslungsreiches Veranstaltungspaket an diversen Veranstaltungsorten in der Region, von Mönchengladbach bis Kleve. Von Venture Capital bis Cyber Security reicht die Programmvierfalt, Unternehmensnachfolge und die Besonderheiten des Gründens durch Frauen stehen ebenso im Fokus wie Steuern, Patentanmeldung oder die Erstellung eines Businessplans. Die Hochschule Niederrhein punktet mit einem hochdotierten Ideenwettbewerb. Die regionalen Gründerstammtische vereinigen sich zu einem gemeinschaftlichen Event in Meerbusch. Und dass man beim Gründen auch durchaus mal scheitern darf, auch wenn das in Deutschland oft nach wie vor als Stigma gilt, verdeutlichen gleich zwei so genannte „Fuck-up Nights“.



Weitere Informationen zur Gründungswoche Niederrhein 2022 finden Sie online auf gruendungswoche.hindenburger.de

Bleibt in Verbindung!

Jetzt die Connect & Go Sondermodelle von Hyundai entdecken.



Unsere beliebten Hyundai Modelle i10, i20, i30 Kombi, i30 5-Türer und BAYON gibt es jetzt auch als exklusive Connect & Go Sondermodelle. Sie sind alle serienmäßig mit Navigationssystem, dem Bluelink Telematikdienst¹, schwarzem Dachhimmel, schwarzen Außenspiegeln, Sitzheizung vorne sowie beheizbaren Lenkrad ausgestattet. Lassen Sie sich jetzt ohne lange Wartezeit² begeistern!

Kraftstoffverbrauch für die Hyundai Connect & Go Sondermodelle: Kurzstrecke: 7,6-6,5 l/100 km; Stadtrand: 6,2-5,1 l/100 km; Landstraße: 5,5-4,7 l/100 km; Autobahn: 6,7-5,9 l/100 km; Kombiniert: 6,4-5,5 l/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 144-126 g/km; CO₂-Effizienzklasse: D-B. CO₂-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt. Mehr zum WLTP-Messverfahren unter hyundai.de/wltp.

DRESEN
Automobile Vielfalt

- Aachener Str. 235, 41061 Mönchengladbach
- Moselstr. 11 A, 41464 Neuss
- Viersener Str. 113, 41751 Viersen

Alle Infos und weitere Spitzenangebote unter www.dresen.de



5 JAHRE Garantie ohne Kilometerlimit*

*Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter: www.hyundai.de/garantien. ¹ Serienmäßiger Bestandteil des Radio-Navigationssystems. Datentechnische Verfügbarkeit der Services vorausgesetzt. ² Nur bei teilnehmenden Hyundai Partnern und nur solange der Vorrat reicht.



Andrej and the Swingin' Hermlins live

Nun also doch! Nachdem der letzte Termin in Mönchengladbach leider abgesagt werden musste, kommt eine der bekanntesten deutschen Swing Bands nun doch zu einem Besuch in die Kaiser-Friedrich-Halle.

Swing - die amerikanische Musik der dreißiger Jahre erlebt in unseren Tagen eine bemerkenswerte Renaissance. Unter der Leitung von Andrej Hermlin haben sich THE SWINGIN' HERMLINS nicht nur zur wohl bekanntesten und erfolgreichsten deutschen Swing-Band entwickelt, sondern auch zur authentischsten. Wie kann man dies besser zu dieser Jahreszeit erleben, als bei einer berausenden Weihnachtsshow unter dem Motto "Cristmas Swing"?

Freitag, 11.11.2022, Einlass: 19 Uhr, Beginn: 20 Uhr
Kaiser-Friedrich-Halle | Hohenzollernstr. 15
41061 Mönchengladbach

Tickets ab 36,40€ unter:
<https://andrejhermlin.reservix.de/events>



Freitag, den 04.11.2022, 20 Uhr

Musikalisches „Gipfeltreffen“ im Zeughaus Neuss

Zu einem wahren „Gipfeltreffen“ finden sich zwei der besten Musiker*innen an ihrem Instrument im Zeughaus Neuss zusammen: die Geigerin Isabelle Faust und der Bratscher Antoine Tamestit.

Was will man mehr von einem Konzert erwarten? Ein solch fokussiertes und souveränes Spiel sucht seinesgleichen. Den beiden Ausnahmekünstler*innen möchte man unbedingt folgen, von Note zu Note, von großen Gedankenlinien zu kleinen Glücksmomenten, vom Klang bis in die Stille.

Ihr raffiniert-ausgeklügeltes Programm mit Werken von Monsieur de Sainte-Colombe, Wolfgang Amadeus Mozart, György Kurtág und Bohuslav Martinů präsentieren die beiden Weltklasse-musiker*innen einen Tag zuvor in der Wigmore Hall in London, dem Mekka der Kammermusik.



Programm

- Monsieur de Sainte-Colombe – Concert III Le tendre, Concert XLI, Le retour, Concert XLIV, Tombeau Les regrets
- Wolfgang Amadeus Mozart – Duo G-Dur KV 423
- György Kurtág – Szigorouan Magánlevél a 80 évesnek
- György Kurtág – Ligatura Y
- Bohuslav Martinů – Drei Madrigale
- György Kurtág – ... eine Blume für Tabea ...
- György Kurtág – Vie silencieuse – Franz Emléker
- Wolfgang Amadeus Mozart – Duo B-Dur KV 424

Tickets

zum Preis von 28,40 €, 37,40 €, 45,20 € online über:
<https://shop.derticketsservice.de/kulturamt-neuss/details/?evid=2677330>



ZEUGHAUS KONZERTE 2022/23

Veranstaltungsort:
Zeughaus Neuss

Ticket-Hotline:
02131 526 99 99 9

zeughauskonzerte-neuss.de



Freitag, 4. November 2022, 20 Uhr

GIPFELTREFFEN

Isabelle Faust, Violine
Antoine Tamestit, Viola

Werke von Monsieur de Sainte-Colombe,
Wolfgang Amadeus Mozart, György Kurtág
& Bohuslav Martinů

Sonntag, 18. Dezember 2022, 18 Uhr

ZWEISAMKEIT

Gülru Ensari, Klavier
Herbert Schuch, Klavier

Wolfgang Amadeus Mozart, Johannes Brahms,
Antonín Dvořák, Oğuzhan Balci, Özkan Manav
& Igor Strawinsky



**GEWINN
SPIEL**

Der **HINDENBURGER** sucht **Mönchengladbachs Beste 2022**

Wir alle haben doch unsere Lieblingspizzeria, die eine Eisdielen, auf deren Eis wir uns jeden Sommer freuen, das Café in dem wir am liebsten frühstücken. Wir wissen, wo es den besten Döner und das leckerste Sushi gibt, wohin wir am liebsten mit Freunden zu Abend essen gehen und das Date zum Essen ausführen, die eine Kneipe, in der uns das Bier am allerbesten schmeckt und wir haben auch den einen Lieferservice, dessen Essen uns auf der Couch am besten schmeckt. Na dann, hau raus....

Wir suchen Mönchengladbachs beste und beliebteste Gastrolocations 2022 und dazu brauchen wir Ihre Stimme.

Nehmen Sie an unserer Umfrage auf www.hindenburger.de teil und wenn Sie möchten, auch an einer Verlosung im Anschluss, bei der Sie einen von **5 Gastrogutscheinen im Wert von je 50€** gewinnen können. Übrigens gewinnen die jeweiligen Top 3 der einzelnen Kategorien auch etwas, nämlich ein Freibudget für Anzeigen in einem unserer Verlagsmagazine, die 2023 erscheinen und natürlich Ruhm und Ehre. Mit Ihrer Teilnahme unterstützen Sie also auch unsere Gastronomie in diesen für sie extrem harten Zeiten.

Wir freuen uns auf Ihre Stimme und sind gespannt, wer 2022 Mönchengladbachs Beste Gastro-Locations sind. Das Ergebnis gibt es dann in der Januarausgabe 2023.



Zur Teilnahme an Umfrage und optional Verlosung, einfach den QR-Code mit Ihrem Smartphone oder Tablet scannen bzw. direkt auf www.hindenburger.de gehen, und die Formular(e) ausfüllen...

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

ANZEIGE

STIMMUNGSVOLL GENIEßEN - DER NOVEMBER IM FINLANTIS



Novemberzeit ist Saunazeit!

Ein altbewährtes Mittel, um die Abwehrkräfte zu stärken, ist ein Besuch in der finnische Saunalandschaft Finlantis. Das Immunsystem des Körpers wird durch die extreme Temperatur stimuliert und der Geist kommt zur Ruhe. Regelmäßiges Schwitzen wirkt sich auf Körper und Seele positiv aus.

Auch das beliebte Ladies' Spa findet statt: Immer am ersten Montag des Monats öffnet Finlantis zu den gewohnten Öffnungszeiten von 14 bis 22 Uhr ausschließlich für Saunafreundinnen. Das nächste Ladies' Spa gibt es demnach am 7. November. Eine Massage bietet ebenfalls eine gute Möglichkeit, sich vom Alltag zu erholen und neue zu Energien tanken. Finlantis bietet Wellness-Angebote, auch ohne Saunabesuch.

Zum wohligen Genießen gehören auch kulinarische Genüsse. Hier werden den Gästen neben bewährten Klassikern immer wieder aktuelle Tagesgerichte angeboten.



FINLANTIS

Buschstraße 22 | 41334 Nettetal
info@finlantis.de | www.finlantis.de



seit 1910
SCHUHHAUS
Wintzen
Das Fachgeschäft mit dem guten Service

Mönchengladbach

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

Rheydt

Hauptstraße 38
41236 Mönchengladbach
Mo. - Fr. 9.30 Uhr - 18 Uhr
Sa. 9.30 Uhr - 15 Uhr

www.schuhhaus-wintzen.de

Ihr Recht kompakt

Betrunken auf dem E-Scooter

Droht der Entzug der Fahrerlaubnis?

E-Scooter prägen mittlerweile das Mönchengladbacher Stadtbild. Sie werden gerne - leider aber auch häufig alkoholisiert - genutzt.

In der Rechtsprechung ungeklärt ist, ob bei E-Scootern die gleichen Grenzwerte für die sog. absolute Fahruntüchtigkeit gelten, wie bei PKW-Fahrern (1,1 Promille).

Verursacht ein alkoholisiertes E-Scooter-Fahrer einen Verkehrsunfall, kann er sich wegen einer Straßenverkehrsgefährdung strafbar machen. Hat der Fahrer < 1,1 Promille, ist er relativ fahruntüchtig. Kommen zu seinem Verhalten nun noch alkoholbedingte Ausfallerscheinungen (Wanken, Lallen usw.) vor, ist der Tatbestand erfüllt. Bleibt der Unfall aus, liegt eine strafbewährte Trunkenheitsfahrt vor.

Aber: Droht aus diesem Grund der Entzug der Fahrerlaubnis? Nach dem Gesetz gilt der Täter (einer Trunkenheitsfahrt) i.d.R. als ungeeignet zum Führen von Kraftfahrzeugen. Konsequenz ist, dass das Gericht die Fahrerlaubnis entziehen kann, der „Lappen“ ist weg.

Das Gesetz normiert aber eine sog. Regelvermutung: „(...) ist Täter in der Regel als ungeeignet zum Führen von KFZ anzusehen“. Oft ist es in solchen Fällen Aufgabe des Strafverteidigers, der Mandantschaft die Fahrerlaubnis zu erhalten. Dafür muss mit guten Argumenten belegt werden, dass gerade nicht das typische Unrecht verwirklicht wurde, das üblicherweise bei einer Trunkenheitsfahrt mittels PKW vorliegt.

Wird gegen Sie wegen einer Trunkenheitsfahrt mittels E-Scooter ermittelt, wenden Sie sich unbedingt an einen Strafverteidiger Ihres Vertrauens, um Ihnen möglichst Ihre Fahrerlaubnis zu erhalten.



KOLB
STRAFVERTEIDIGUNG

Rechtsanwalt Peter Kolb

Am Landgericht 6 | 41061 Mönchengladbach
Tel.: 02161 - 46 24 90 | www.recht-kolb.de



Foto: © Reha-Verein

Die fahrradwerkstatt360grad des Reha-Vereins Mönchengladbach

Check-up für Ihr Fahrrad!

Viele Menschen lassen inzwischen ihr Auto immer häufiger stehen und fahren auch in der kalten Jahreszeit mit dem Rad, in der Freizeit, aber auch zur Arbeit. Neben dem Gesundheits- und Umweltaspekt ist der finanzielle nicht zu verachten: Treten in die Pedale schont den Geldbeutel ganz erheblich.

Sehen und gesehen werden:

Wichtig für alle, die auch in der dunklen Jahreszeit weiter radeln wollen, ist ein einwandfrei funktionierendes Fahrrad, besonders was Licht und Bremsen angeht. Aber auch die anderen Teile wollen regelmäßig gewartet und im Bedarfsfall repariert werden. Alle Serviceleistungen rund ums Fahrrad, egal ob City-, Trekking- oder Mountainbike, aber auch für E-Bikes mit Bosch- oder Shimano-Motor kann man in der fahrradwerkstatt360grad des Reha-Vereins vornehmen lassen. Während der Öffnungszeiten kann man das Rad jederzeit vorbeibringen.

Radspende und Recycling:

In der fahrradwerkstatt360grad werden auch Radspenden angenommen. Gesucht werden dabei funktionstüchtige, aber auch defekte Räder, die entweder repariert oder recycelt und als „Ersatzteillager“ für andere Räder verwendet werden können.

Während der Öffnungszeiten das Rad vorbeibringen oder einen Termin vereinbaren und das Rad abholen lassen – beides ist möglich. Als Dankeschön für die Radspende gibt's einen 10% Rabatt-Gutschein für die nächste Reparatur oder beim Kauf eines Fahrrads in der fahrradwerkstatt360grad.

fahrrad
werkstatt **360°**

fahrradwerkstatt360grad

Sophienstraße 31
41065 Mönchengladbach
Tel.: 02 16 1 - 57 68 -1581
Mail: info@fahrradwerkstatt360grad.de

Öffnungszeiten

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag:
10:00 - 18:00 Uhr, Samstag: 10:00 - 14:00 Uhr und
nach Vereinbarung, Mittwoch geschlossen.

Weitere Informationen zum umfangreichen Serviceangebot gibt es auf der Webseite unter www.fahrradwerkstatt360grad.de



Hörzentrum Müller

Richtig Gehört.



DAS Hörzentrum in Mönchengladbach

Hörzentrum Müller

Croonsallee 29, 41061 Mönchengladbach
info@hoerzentrum-mueller.de

Telefon 02161 24 74 113

Geöffnet: Mo–Fr 9–18 Uhr und Sa 10–13 Uhr
www.hoerzentrum-mueller.de



**Investieren
Sie doch mal in
die Zukunft
unseres Planeten.**

**Jetzt zu nachhaltigen
Finanzen beraten lassen –
von Ihrer Sparkasse.**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Stadtsparkasse
Mönchengladbach**



HAUS DER BRAUT
&
GENTLEMAN

by Sabine Kuch

Räumungsverkauf



50%
AUF ALLES

Ab sofort

Haus der Braut & Gentleman
Räumungsverkauf in der



GLAMOUR
OUTLET BOUTIQUE

Hindenburgstraße 46
41061 Mönchengladbach

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

GLAMOUR - OUTLET BOUTIQUE auf Facebook

facebook.com/Glamour1Outlet1Boutique1 oder
den QR-Code scannen



GEM und Stadtbibliothek laden zur Europäische Woche der Abfallvermeidung ein

Vom 19. bis 27. November findet die Europäische Woche der Abfallvermeidung (EWAV) statt. Europas größte Kampagne zu Abfallvermeidung und Wiederverwendung.

Zum diesjährigen Motto „Nachhaltige Textilien: Wiederverwendung statt Verschwendung!“ haben sich GEM und die Stadtbibliothek zusammengetan und bieten kreative Upcycling Workshops, spannende Vorträge und Mitmach-Aktionen wie den Kleidertausch „swappen statt shoppen“ in Zusammenarbeit mit Studierenden der Hochschule Niederrhein an. Auch ein Workshop mit dem Mönchengladbacher Start-up Texturelab, die für ihre Upcycling-Aktion nachhaltige Farben verwenden, steht auf dem Programm. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist unter www.mags.de möglich.

Europaweit ist die Textil- und Bekleidungsindustrie einer der Sektoren mit der größten Umweltverschmutzung. Um beispielsweise einen Pullover mit 90 Prozent Baumwolle herzustellen, braucht es bis zu 1.050 Liter Wasser. Das entspricht sieben Badewannen. GEM und Stadtbibliothek möchten durch die Aktionswoche bewussten Konsum, nachhaltige Nutzung von Textilien sowie eine verstärkte Kreislaufführung fördern. Alle sollen dafür sensibilisiert werden, mit Alltagsgegenständen und dem Ressourcenverbrauch bewusster umzugehen und wo es geht, Abfälle zu vermeiden.

DAS PROGRAMM

Samstag, 19. November, 10 – 13 Uhr

Upcycling-Bastelaktion: Weihnachts-Accessoires aus Textilien

Ort: Pop-up-Bib im Vituscener Informationen und Anmeldung unter www.mags.de

Montag, 21. November, 16-18 Uhr

Interaktiver Bildungsworkshop für Jugendliche „Klima & Klamotten“ mit Femnet e.V.

- Klima/Klimakrise: welche Klimafolgen bringt die Textilindustrie mit sich
- Textilkette
- Was können wir/Politik/Industrie tun, wie können wir nachhaltiger werden
- Altkleider + Verwertung: Prozesse nach Benutzung + Upcycling, Greenwashing versus massentaugliches Textilrecycling
- Ggf. Praktischer Teil, in Abhängigkeit der Referentin

Ort: Pop-up-Bib im Vituscener Informationen und Anmeldung unter www.mags.de

Dienstag, 22. November, 18 Uhr

Vortrag „Freude an der Mode: aber besser!“

Professor Monika Eigenstetter, Hochschule Niederrhein

Sie sind wählerisch, was Ihre Kleidung betrifft? Kleidung ist mehr als die Bedeckung des Körpers. Sie ist Ausdruck der Persönlichkeit und zeigt die Zugehörigkeit zu sozialen Gruppen an. Mode macht Spaß. Aber auf Kosten anderer? Lassen Sie uns gemeinsam einen Blick in die Wertschöpfungskette tun, um zu verstehen, wie Kleidung entsteht – und welche Möglichkeiten es gibt, nachhaltiger zu konsumieren.

Dauer: ca. 40 min.

Ort: Pop-up-Bib im Vituscener Informationen und Anmeldung unter www.mags.de

Freitag, 25. November, 15 – 18 Uhr

Kleiderkarussell „swappen statt shoppen“

Ort: MakerSpace in der Pop-up-Bib Informationen und Anmeldung unter www.mags.de

Samstag, 26. November, 10-15 Uhr

Upcycling von Kleidungsstücken durch nachhaltigen Siebdruck mit dem Mönchengladbacher Start-up Texturelab und dem Künstler Moek aus Neuss.

Ort: Maker-Space in der Pop-up-Bib Informationen und Anmeldung unter www.mags.de

fahrrad
werkstatt **360°**

IMMER HER MIT DEM ALTEN DRAHTESEL!



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

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

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag, Dienstag, Donnerstag
und Freitag: 10:00 - 18:00 Uhr

Mittwoch: geschlossen
Samstag: 10:00 - 14:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Ein Service vom Reha-Verein

Sophienstraße 31 • 41065 Mönchengladbach
Telefon und Telefax 02161 5768-1581
www.fahrradwerkstatt360grad.de

HINDENBURGER



Mediaberater/in

m/w/d (Freie Mitarbeit / Feste Mitarbeit, Teilzeit)

Beratung und Verkauf liegen Dir im Blut, dabei sind Dir langfristige, gute Kundenbeziehungen wichtiger, als ein schneller, vielleicht einmaliger Abschluss. Du hast Lust, ein kleines, engagiertes Team dabei zu unterstützen, mit seinen lokal und regional ausgerichteten Magazinen weiterhin am Markt zu bestehen und auch neue Projekte erfolgreich zu lancieren? Du arbeitest zielorientiert, bist zuverlässig und Teamplayer?

Dann komm ins **HINDENBURGER**-Team, denn wir haben noch viel vor!

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf
www.hindenburger.de/jobs.html



Wir freuen uns auf Dich!



Upcycling statt Fast Fashion



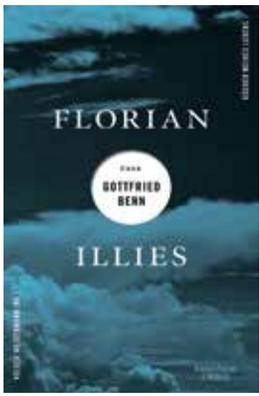
19. – 27. November 2022

Kostenfreie Vorträge und
Workshops für alle
zur Europäischen Woche
der Abfallvermeidung



mags
GEM

AZ
stadtbibliothek
mönchengladbach



Florian Illies
ÜBER GOTTFRIED BENN

Kiepenheuer & Witsch
112 Seiten | 20,- €
ISBN: 978-3-462-00325-3

Florian Illies versteht – wie so oft – zu fesseln. Als biographische Annäherung an G. Benn konzipiert, scheint überall die Begeisterung für die Lyrik durch.

Ein großes Glück, das einige Verse Benns zitiert werden, eingebettet in die Lebensumstände dieses großen Dichters, der als Expressionist begann und – gerade als das Nachkriegsdeutschland aufzuatmen begann – mit seinen statischen Gedichten einen Kontrapunkt setzt, bedingt auch durch seinen lebenslangen nietzeanischen Nihilismus. Seine Ehen, seine Frauengeschichten, den Schmerz über den Tod seiner Mutter, als sein Vater ihr Schmerzmittel verweigerte, die zwiespältige Existenz dieses „Doppellebens“, die Verblendung Anfang 1933, um dann doch mit Publikationsverbot belegt zu werden, dies alles beleuchtet Illies in eindrucklicher Art und Weise. Als Mensch war er ihm oft zuwider, als Dichter ein jahrzehntelanger Wegbegleiter.

EMPFOHLEN VON



ANTIQUARIAT AM ST. VITH
Rathausstr. 10 | 41061 Mönchengladbach
www.antiquariat-am-stvith.de



Hernan Diaz
TREUE

Hanser Berlin Verlag
416 Seiten | 27,- €
ISBN: 978-3-446-27375-7

Erzählt wird die Geschichte des erfundenen Wall-Steet-Milliardärs Bevel und seiner Frau Mildred in den Goldenen Zwanzigern mit ihrem scheinbar endlosen Börsenboom. In vier Romanteilen, die sich gegenseitig hinterfragen, beleuchtet Hernan Diaz die Wahrheit dieser Ehe. Ausgehend vom Schlüsselroman eines New Yorker Klatschreporters zur unvollendeten Autobiografie Bevels, gefolgt vom Memoir der Ida Partenza, Bevels Ghostwriterin. Die vierte Version, Mildreds geheimes Tagebuch offenbart dann endgültig das wahre Geheimnis.

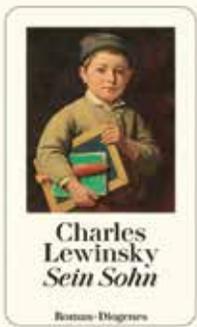
„Treue“ überzeugt durch seine Vielschichtigkeit in Sprache und Stil und nimmt uns mit auf eine grandiose Reise in eine Zeit, die unserer Epoche ähnlich ist.

Dieses Buch entwickelt seinen unglaublichen Sog durch den kühnen Wechsel zwischen Vertrauen und Zweifel. Lassen Sie sich davon mitreißen!

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT
Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach
www.buchhandlung-degenhardt.de



Charles Lewinsky
SEIN SOHN

Diogenes Verlag
369 Seiten | 25,- €
ISBN: 978-3-257-07210-5

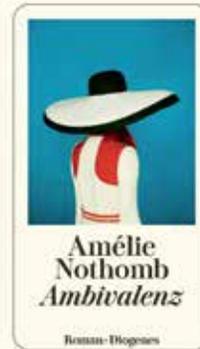
Dieses Buch wirkt wie eine komprimierte Essenz aus den vorangegangenen, oft opulenten Büchern wie Melnitz, Halbbart ... Sie wissen schon! Dennoch ist die Geschichte des Waisenjungen Louis Chabos, konsequent gut auf den Punkt erzählt, eine völlig andere, nämlich die einer intensiven Suche nach Herkunft.

Louis wächst in einem Kinderheim in Mailand auf. Als Heranwachsender erlebt er die napoleonische Zeit und landet schließlich als Soldat in der französischen Armee. Angeschlagen kehrt er aus dem Russlandfeldzug zurück. Er sehnt sich nach Frieden und geordneten Verhältnissen. Der Wunsch zu erfahren, wo er herkommt, wird zum beherrschenden Gedanken. Diese Suche läßt ihm keine Ruhe mehr. Er reist an diverse Orte in Europa, zuletzt nach Paris, wo er erfahren muß, daß das Wissen um seine Herkunft an einem Abgrund endet. Sein ganzes Leben lang ist er einem Phantom hinterhergejagt. Eine Erkenntnis mit schwerwiegenden Folgen.

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG WACKES
Korschenbroicher Str. 81 | 41065 Mönchengladbach
www.wackes-buch.de



Amélie Nothomb
AMBIVALENZ

Diogenes Verlag
128 Seiten | 20,- €
ISBN: 978-3-257-07194-8

Claude ist ein unbeständiger Verehrer. Erst läßt er seinen Charme spielen und verführt Dominique mit Champagner und Chanel No 5, dann wieder ist er unnahbar und abweisend. Gemeinsam haben sie eine Tochter, E'piceine, die mit ihrem extravaganten Vornamen früh lernt, eigenständig zu denken und zu handeln. Sie weiß auch sofort, was zu tun ist, als die Mutter in einem Pariser Stadtpalais den Launen des Vaters auf die Schliche kommt.

AMELIE NOTHOMB geht immer aus Ganze. Ihr ist ein unterhaltsamer Roman gelungen, der seine moralischen Motive aber nie verbirgt.

EMPFOHLEN VON



PROLIBRI
Zur Burgmühle 20 | 41199 Mönchengladbach (Odenkirchen)
www.prolibri-buchladen.de

PROGRAMM

STADTBIBLIOTHEK Mönchengladbach

Lust am Lesen e.V., den Förderverein der Stadtbibliothek präsentiert:

Di., 08.11.2022, Stadtteilbibliothek Rheydt, 19:30 Uhr

Christoph Peters „Dorfroman“ Lesung und Gespräch mit Ulla Lenze

Do., 17.11.2022, Stadtteilbibliothek Rheydt, 19:30 Uhr

Text | stationen Norbert Scheuer „Mutabor“

eSports Cup Mönchengladbach:

Die Stadtbibliothek sucht das beste Fußballteam!

Premiere: 2022 sucht die Stadtbibliothek in ihrem eSports Cup für junge Leute das beste eSports-Team. Im Zweierteam können die eSportler*innen gegen andere Spieler*innen an der PlayStation 4 antreten und ihr Fußball-Können unter Beweis stellen! Eingeladen sind alle ab 13, die Spaß am gemeinsamen PlayStation-Spielen haben. Jetzt anmelden und beim Startschuss am 19. November in Rheydt dabei sein. Für die ersten drei Plätze gibt es je Teammitglied neben einem Pokal auch noch tolle Preise. Das Team, das es auf den ersten Platz schafft, wird sogar mit der brandneuen Fifa23 für die Konsole der Wahl belohnt.

Alle Informationen online unter: <https://www.moenchengladbach.de/de/leben-in-mg/stadtbibliothek/veranstaltungen/esport>

Weitere Termine und Infos unter:

www.stadtbibliothek-mg.de



WIE VIELE PUDEL SIND EIN RUDEL?



Timon Meyer, Julian Meyer
WIE VIELE PUDEL SIND EIN RUDEL?

Diogenes Verlag
32 Seiten | 16,- €
ISBN: 978-3-257-01308-5

Wer lebt wie im Tierreich?

Wie viele Pudel sind ein Rudel? Sind drei Pferde eine Herde, besonders wenn eins davon ein Flusspferd und eins ein Seepferdchen ist? Was treibt die Känguru-Meute auf dem Flohmarkt. Fröhlich gereimt und mit viel Spaß und Augenzwinkern wird vorgestellt, wie Tiere so zusammenleben: Geheck, Gesperre, Rudel, Gruppe, alles wird liebevoll und urkomisch erklärt. Zum Beispiel, ob die Elefanten immerzu mit den Verwandten leben und warum man in der Kolonie der Biber nie etwas wiederfindet. Und wo sonst lernt man, was der Heringsschwarm im Urlaub macht und was ein Huhn damit zu tun hat. Die witzigen Illustrationen laden zum Entdecken und Schmunzeln ein.

So streifen Leserin und Leser durch die Tierwelt und lernen die ganze bucklige Verwandtschaft kennen – kongenial gereimt und fantastisch illustriert. Sehr zu empfehlen für große und kleine Tierfreunde ab 4 Jahren

EMPFOHLEN VON



BUCHHANDLUNG DEGENHARDT
Friedrichstr. 14 | 41061 Mönchengladbach
www.buchhandlung-degenhardt.de



Turbulenzen im Herz Vorhofflimmern

Einladung zum Herz-Abend

In Deutschland leiden rund 1,8 Millionen Menschen an Vorhofflimmern, der häufigsten andauernden Herzrhythmusstörung. Vorhofflimmern ist eine ernst zu nehmende Herzrhythmusstörung, die aber auch ohne größere Symptome auftritt. Die Kliniken Maria Hilf informieren im Rahmen der Herzwoche der Deutschen Herzstiftung mit einem Vortragsabend über Ursachen von Vorhofflimmern sowie über heutige Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten.

Prof. Dr. med. Jürgen vom Dahl, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, referiert über Anzeichen, Diagnose und Therapie bei Vorhofflimmern. Tipps dazu, wie ein Herz grundsätzlich gesund bleibt, werden sicher nicht fehlen, ebenso wie die Gelegenheit für das Publikum, Fragen zu stellen oder sich am **Stand der Deutschen Herzstiftung** zu informieren.

02.11.2022, 18 Uhr, Forum, Kliniken Maria Hilf

Viersener Str. 450, 41063 Mönchengladbach

Bitte beachten Sie die Corona-Hinweise auf mariahilf.de

Kliniken Maria Hilf
Mönchengladbach



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH



www.mariahilf.de

www.herzzentrum-mg.de

»Volksverein Mönchengladbach«

gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®

Möbel und geprüfte E-Geräte



Glas Keramik Hausrat



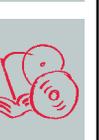
Kleinmöbel Rahmen



Wir sind Partner der Familienkarte!



second hand 6 mal in unserer Stadt



Möbelhalle:
Geistenbecker Str. 107
41199 MG-Geistenbeck

Kleiderläden:
Geistenbecker Str. 118
41199 MG-Geistenbeck

St. Helena-Platz 7
41179 MG-Rheindahlen

Eickener Str. 141-147
41063 MG-Eicken

Roermonder Str. 56-58
41068 MG-Waldhausen

Dünner Str. 173
41066 MG-Neuwerk

Geöffnet:
Mo-Fr 9:30-18 h
Sa 9:30-13 h

Zentrale:
02166 671 16 00



www.volksverein.de

Bücher Spiele CDs



Accessoires

Viel mehr als „nur“ Projekte für interessierte Kinder und Jugendliche

DIE THEATERPÄDAGOGINNEN

Redaktion: **Marion Freier** | Fotos: **Matthias Stutte**



v.l. Maren Gambusch und Silvia Behnke sind die Theaterpädagoginnen des Theaters Krefeld und Mönchengladbach

Mitte Oktober standen uns die beiden Theaterpädagoginnen Maren Gambusch und Silvia Behnke für ein Gespräch über ihre Arbeit und ihre Projekte zur Verfügung.

HINDENBURGER: Frau Gambusch und Frau Behnke, wie sind Sie zu Ihrem Beruf gekommen bzw. was hat Sie dazu bewegt, diesen auszuwählen?

Silvia Behnke: Ich persönlich war ja lange Zeit selbst als Solotänzerin hier am Haus, hatte aber im Vorfeld auch schon eine pädagogische Ausbildung abgeschlossen. Dann kam Herr Grosse als Generalintendant hier ans Haus und gleichzeitig wurde eine Pädagogenstelle frei, die mir dann von ihm angeboten wurde. Seitdem bin ich Tanz- und Theaterpädagogin hier am Haus.

Maren Gambusch: Bei mir ist das ähnlich. Ich habe viele Jahre selbst Theater gespielt, vornehmlich Kinder- und Jugendtheater. Durch ein früheres Studium in Sonderpädagogik hatte ich bereits Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Berufsbegleitend habe ich dann noch Theaterpädagogik studiert. Während meiner Zeit hier am Theater wechselte mein Vorgänger innerhalb des Hauses die Abteilungen und so wurde ‚meine‘ Stelle frei. Somit bin ich jetzt seit über 6 Jahren hier am Haus Theaterpädagogin.

HINDENBURGER: Was genau sind Ihre Aufgaben hier am Theater? Und teilen Sie sich bestimmte Aufgabenbereiche?

Maren Gambusch: Wir sind nach Sparten aufgeteilt. Was die Schulbetreuung betrifft, liegt mein Schwerpunkt in den Schauspielproduktionen und der Schwerpunkt meiner Kollegin bei Ballett und Musiktheater, was ja auch ganz sinnvoll ist, da es jeweils die Bereiche sind, aus denen wir kommen. Aber ganz viele andere Aufgabenbereiche teilen wir uns auch.

Silvia Behnke: Wir sind z.B. mit Workshops unterwegs in den Schulen und bieten zu allen Produktionen Führungen an. Wenn Schulklassen in Vorstellungen gehen, können die Lehrer entscheiden, ob sie lieber einen Workshop möchten oder eine Führung mit der Gruppe. Wir veranstalten aber auch Projektstage, bei denen wir die Gruppe auf das Theaterspiel im Allgemeinen vorbereiten. Seit Corona bieten wir auch digitale Führungen an, die somit vor Ort in der Schule möglich sind. Dann haben wir das ‚Klassenzimmerstück‘, mit dem wir jetzt beide unterwegs sind: „Die weiße Rose lebt“. Hier geht es um Sophie und Marlon, die Mitspieler für Sophies Theaterstück suchen. Um Mitschüler anzuwerben zeigen die beiden Ausschnitte aus dem Stück, bei dem es um die letzten Minuten von Sophie und Hans Scholl im Gefängnis geht. Die Handlung springt daher immer zwischen dem ‚Heute‘ und der Gefängniszelle hin und her und macht deutlich, dass es auch heute noch Rechtsradikalität gibt. Mit den Jugendclubs mache ich dieses Jahr „Footloose“ auf der Studiobühne. Hierfür könnten wir übrigens noch ein paar Jungen brauchen (Bewerbungen an silvia.behnke@theater-kr-mg.de).

Maren Gambusch: Bei meinem Projekt in Krefeld in der Fabrik Heeder „Ist mein Mikro an?“ sind auch Gladbacher Jugendliche dabei. Hierbei geht es im weitesten Sinne um die Klimakrise, um Jugendliche, um die Verantwortung der Erwachsenen-Generation, darum, welche Welt wir den Jugendlichen hinterlassen möchten und wie alt man sein muss, um politische Verantwortung übernehmen zu können.

HINDENBURGER: Arbeiten Sie nur mit Schülern und Schülerinnen zusammen oder auch mit Erwachsenen?

Maren Gambusch: Überwiegend tatsächlich mit Kindern und Jugendlichen zwischen 15 und 27 Jahren. Für alle, die sich über dieser Altersgrenze befinden, starten wir in dieser Spielzeit mit einer **Bürgerbühne**. Die Proben werden in Krefeld sein, es sind aber auch Interessierte aus Mönchengladbach willkommen. Vielleicht spielen wir später auch in beiden Städten. Ich freue mich auch sehr, dass bereits sehr gemischte Anmeldungen vorliegen, aktuell zwischen 30 und 68 Jahren. Das einzige, was man hier mitbringen muss, ist die Lust am Theaterspiel.

Silvia Behnke: Neben den Jugendclubjahresprojekten arbeite ich in Krefeld noch mit den Musical-Dancern aus beiden Städten. Manche sind schon seit 2010/11, seit meiner ersten Spielzeit als Theaterpädagogin, dabei. In diesen rein tänzerischen Gruppen starte ich ab 12 Jahren.

HINDENBURGER: Wie gestaltet sich die Zusammenarbeit mit den verschiedenen Ensembles hier am Theater?

Silvia Behnke: Zum einen sind wir immer mit den Kollegen im Gespräch, da wir ja über die Produktionen Bescheid wissen müssen. Wir stellen z.B. Materialmappen für die Lehrer zusammen. Und jede Inszenierung ist ja immer wieder neu, immer wieder anders und unter anderer Regie. Hierfür sind wir im permanenten Austausch mit den Kollegen aus den verschiedenen Sparten und gehen natürlich zu Proben, denn danach müssen wir ja auch unsere Workshops an den Schulen ausrichten.

Maren Gambusch: Zum anderen wirken unsere ‚Clubber‘ aber auch bei großen Produktionen mit. Das sind dann Mitglieder unserer Jugendclubs, die sich schon ein wenig Bühnen- oder Schauspielerefahrung erarbeitet haben, z.B. aktuell bei dem Schauspiel „Alles Weitere kennen Sie aus dem Kino“ in Krefeld oder bei „Sunset Boulevard“, einem Musi-

cal von Andrew Lloyd Webber. Manchmal machen unsere ‚Clubber‘ aber auch Kostümhospitanzen oder ein Praktikum in der Maske und bleiben dann dort. Da gibt es schon viele Berührungspunkte.

Silvia Behnke: Letzte Spielzeit war eine Clubberin Inspizientin bei Molière´s „Der eingebildete Kranke“ (Tanztheaterproduktion Jugendclub MG).

HINDENBURGER: Was sind die größten Herausforderungen bei Ihrer Tätigkeit?

Silvia Behnke: Wenn man Montags morgens um 8 Uhr in eine müde Schulklasse kommt, ist die größte Herausforderung, sie aufzuwecken, in Bewegung, in Aktion und in Kreativität zu bringen.

Maren Gambusch: Und generell sehe ich das auch als unsere Aufgabe, das etwas staubige Image, was das Theater eben bei jungen Leuten hat, wegzupusten. Wir versuchen unsere Begeisterung auf die Kinder und Jugendlichen überspringen zu lassen. Das ist manchmal ganz leicht und manchmal ein wirklicher Kraftakt.

HINDENBURGER: Gibt es bestimmte Dinge, die Ihnen bei Ihrem Job mehr Spaß machen als andere?

Silvia Behnke: Die administrativen Aufgaben sind etwas unbeliebter, aber auch die müssen ja gemacht werden. Unsere größte Freude haben wir bei der kreativen und gestalterischen Zusammenarbeit mit den Jugendlichen, egal ob in der Schule oder im Jugendclub.

HINDENBURGER: Gab es ein bestimmtes Erlebnis hier am Theater, an das Sie sich immer noch gern erinnern?

Maren Gambusch: Da gibt es mehrere, aber eines ist mir besonders in Erinnerung geblieben. Bei meiner allerersten Jugendclub-Produktion hier im Haus rief zu Anfang der Spielzeit eine Sozialarbeiterin bei mir an und sagte „Ich hab hier ein junges Mädchen mit unheimlich viel Problemen, die davon träumt, Theater zu spielen. Kann sie einfach mal vorbeikommen? Ich glaube aber nicht, dass sie wirklich dabei bleibt.“ Sie kam dann auch, hatte am Anfang immer den Kopf nach unten gebeugt und man konnte sie

kaum verstehen. Bei der Premiere stand sie dann ganz groß und aufrecht da, mit erhobenem Kopf, und man verstand sie noch in der letzten Reihe. Und nach der Premiere sagte sie „Das war der schönste Tag in meinem Leben“. Und der Mutter liefen die Tränen nur so herunter. Ich bin mir sicher, wenn ich mal in Rente gehe, kann ich mich an diesen Moment immer noch erinnern, weil das für mich auch ein Sinnbild dafür ist, was Theater ‚kann‘.

Silvia Behnke: Ich hab in all den Jahren viele Clubber‘ erlebt, die ähnliches erfahren haben. Und wenn ganz kleine ‚Pflänzchen‘ irgendwann aus sich herausgehen und dann von sich selbst sagen, durch die Erfahrungen am Theater auch im Leben ganz anders dazustehen, das sind besonders schöne Momente.

HINDENBURGER: Möchten Sie noch etwas über Ihre aktuellen Produktionen oder Projekte erzählen?

Silvia Behnke: Gerne! Zum einen werden wir in diesem Jahr ein **Schultheaterfestival** hier in Mönchengladbach anbieten, ähnlich wie es früher die Theatergemeinde auf die Beine gestellt hatte. Wir möchten jungen Menschen die Chance geben, auf der Bühne zu stehen und richten uns dabei neben Schulen auch an Jugendzentren oder an Bands. Es soll ein möglichst internationales Event werden, bei dem im Foyer Bands spielen oder Folkloregruppen Tänze zeigen, und auf den großen Bühnen Schulen abwechselnd etwas darbieten. Dafür müssten sich die entsprechenden Lehrkräfte oder Gruppenleiter bei uns bis Ende Dezember mit einem Video und einem Anschreiben bewerben. Anschließend wird dann alles wegen des benötigten technischen Equipments mit unserer Technik geklärt. Stattfinden wird das Ganze dann am 6. und 7. Mai 2023.

HINDENBURGER: An welche E-Mail-Adresse sollen die Bewerbungen gehen?

Silvia Behnke: An die E-Mail-Adresse theaterpaedagogik@theater-kr-mg.de.

Maren Gambusch: Außerdem bieten wir in diesem Jahr wieder ein **Weihnachtsmärchen** an - „**Der satanarchäolügenialkohöllische Wunschpunsch**“ von Michael Ende. Hierzu haben wir uns aus mehreren

Gründen entschieden, u.a. weil der Roman aus 1989 immer noch sehr aktuell ist. Es geht um Umweltzerstörung, Artensterben, aber - wie wir finden - auf eine wirklich zauberhafte Art. Inszenieren wird Rüdiger Pape, ein sehr erfahrener Kinder- und Jugendtheaterregisseur, der sich schon viel mit Michael Ende befasst hat. Die Rollen des Katers und des Raben werden mit jungen Kollegen besetzt, die für die Kinder Identifikationsfiguren sein und gleichzeitig auch die Fridays For Future Bewegung ansprechen sollen. Es wird ein schönes Familienstück mit einem wunderschönen Bühnenbild werden. Man kann einerseits in eine Art Zauberwelt eintauchen, was man sich ja von einem Weihnachtsmärchen wünscht, wird aber auch andererseits zu Gesprächen in der Schulklasse oder in der Familie angeregt.

HINDENBURGER: Das Stück läuft ab und bis wann?

Maren Gambusch: Die Premiere ist am 26. November und es läuft bis einschl. zum 2. Weihnachtsfeiertag, mit Wochenend-Vorstellungen für Familien und den üblichen Vorstellungen für Schulen unter der Woche.

HINDENBURGER: Vielen Dank für Ihre Zeit und viel Erfolg mit Ihren Projekten.

INFO

Schultheaterfestival Mönchengladbach

des Theaters Krefeld und Mönchengladbach
am 06. und 07. Mai 2023

Bewerbungen von Lehrkräften und Gruppenleitern bis Ende Dezember 2022 per E-Mail an:
theaterpaedagogik@theater-kr-mg.de

Weihnachtsmärchen

„Der satanarchäolügenialkohöllische Wunschpunsch“ von Michael Ende

26.11. (Premiere) bis 26.12.2022 einschließlich, mit Wochenend-Vorstellungen für Familien und den üblichen Vorstellungen für Schulen unter der Woche.



Jugendclub Mönchengladbach: „Der eingebildete Kranke“.



Jugendclub Krefeld: „Durch die Zeit stolpern“.



Sur Realista - Musical Dancer: Get on Stage 2020

HINDENBURGER

Foto: de.123rf.com/profile_nakphotography

**Online-Redakteur/in**
m/w/d (freie Mitarbeit)

Dein Herz schlägt für Digitale Medien genauso wie für Lokaljournalismus und Deine Stadt / Region. Diese Leidenschaften verbindet Du als kreativer Content Creator auf unseren digitalen Angeboten, die Du mit ausbaust und weiterentwickelst. Du verstehst es, unsere Printinhalte in die digitale Sprache zu überführen und unsere Inhalte so aufzubereiten, dass sie unsere Target Audience anspricht.

Dann komm ins **HINDENBURGER**-Team, denn unsere Zukunft ist digital!

Die vollständige Stellenausschreibung findest Du auf www.hindenburger.de/jobs.html



Wir freuen uns auf Dich!



**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



Foto: © Jill Wellington/pixabay.com

Weihnachten in der Burggemeinde Brüggen

LICHTERGLANZ

25.11.22 auf dem Kreuzherrenplatz,
Beginn: 17.30Uhr.

Traditionelles Anschalten der Weihnachtsbeleuchtung mit Late Night Shopping, musikalischem Rahmenprogramm, Glitzer-Tatoos für Kinder, Glühwein und Catering. Eröffnet wird der Lichterglanz durch Bürgermeister Frank Gellen und dem Brügger Werbering e.V.

11. BRACHTER MÜHLENWEIHNACHT

03.12.- 04.12.2022 (2. Adventswochenende)

Der stimmungsvolle Weihnachtsmarkt an der Brachter Mühle mit liebevoll hergerichteten Verkaufsständen bietet überwiegend regionales Kunsthandwerk. Neben wärmenden Speisen und würzig duftendem Glühwein, sorgt ein musikalisches Rahmenprogramm für weihnachtliches Ambiente.

Am Samstag und Sonntag wird der Nikolaus zu Gast sein, Geschichten vorlesen und kleine Überraschungen für die Kinder bereithalten.

Brügger Str. 13, 41379 Brüggen

Öffnungszeiten:

Samstag, 04.12.2022, Beginn: 14Uhr;
Sonntag, 05.12.2022, Beginn: 11Uhr

BRÜGGENER WEIHNACHTSMARKT

10.12.-11.12.2022 (3. Adventswochenende)
17.12.-18.12.2022 (4. Adventswochenende)

Der Brügger Weihnachtsmarkt öffnet am Samstagvormittag des dritten und vierten

Adventwochenendes in der Fußgängerzone der Gemeinde Brüggen. Die Besucher können an ca. 40 weihnachtlich geschmückten Ständen, unzählige Geschenkidee, Speisen und Getränke finden. Für weihnachtliche Stimmung sorgen musikalische walking acts, die abwechselnd zwischen den Marktständen und Glühweinbuden Weihnachtslieder spielen.

Natürlich haben an den beiden Wochenenden auch die Brügger Geschäfte geöffnet und ergänzen mit ihrem vielfältigen Warenangebot das Weihnachts-Shopping in Brüggen.

Klosterstraße / Burggelände, 41379 Brüggen

Öffnungszeiten:

samstags, 13Uhr – 20 Uhr;
sonntags, 11Uhr – 19Uhr

GLÜHWEINWANDERWEG BRÜGGEN

1.- 4. Adventswochenende (27.11.-18.12.2022)

Im gesamten Advent lädt Brüggen zu einem besonderen Wandererlebnis gemeinsam mit Familie oder Freunden ein. Auf einem Rundkurs von ca. 15 km - der die Orte Born, Bracht und Brüggen miteinander verbindet - kann die Vorweihnachtszeit an der frischen Luft auf vielfältige Art und Weise genossen werden. Auf dem Weg erwartet die „Wanderer“ winterweihnachtliche Leckerbissen und wärmende Getränke in der teilnehmenden Gastronomie. Ein Gewinnspiel und ein stimmungsvolles Kulturprogramm runden dieses Wandererlebnis ab.

Weitere Informationen unter:

www.gluehweinwanderweg-brueggen.de



Eventlocation Burg Satzvey

Weihnachtsmarkt auf der historischen Burg Satzvey

Burgweihnacht in traumhafter Kulisse

Auf der mittelalterlichen Burg Satzvey bei Euskirchen findet an allen vier Adventswochenenden der traditionelle Weihnachtsmarkt in stimmungsvollem Ambiente statt. Betörender Weihnachtsduft liegt in der Luft und warmer Lichterglanz verzaubert die romantische Wasserburg sowie das festlich geschmückte Burggelände.

HISTORISCHER HANDWERKERMARKT

Ob Christbaumschmuck, Holzspielzeug, Weihnachtskrippen, Schmuck oder Räucherwerk – auf dem weitläufigen Weihnachtsmarkt findet sich für jeden das passende Geschenk und hübsche Andenken. Süße Köstlichkeiten sowie herzhaft Leckerbissen werden natürlich auch feilgeboten.

MITTELALTERLICHES KRIPPENSPIEL

Mehrmals täglich wird ein historisches Krippenspiel mit aufwendigen Kostümen präsentiert. Unter freiem Himmel erwacht die Weihnachtsgeschichte zu neuem Leben.

WEIHNACHTSMANN UND ELFEN

Ein Weihnachtsmann wird gemeinsam mit seinen Elfen die Wunschzettel der Kinder entgegennehmen. Die kostbar gewandeten Fabelwesen stecken Besuchern auch die ein oder andere süße Kleinigkeit zu.

TERMINE:

An allen Adventswochenenden, samstags von 12 bis 20 Uhr und sonntags von 12 bis 19 Uhr. Eintrittskarten können an der Tageskasse oder beim Vorverkauf unter <https://www.rheinruhrticket.de> gekauft werden. Alle weiteren Informationen unter www.burgsatzvey.de.

**GEWINN
SPIEL**

Wir verlosen in Kooperation mit der Burg Satzvey 3x 2 Tickets für den Weihnachtsmarkt auf der historischen Burg Satzvey. Teilnahme und weitere Informationen auf gewinnspiele.hindenburger.de



BURG SATZVEY
An der Burg | 53894 Mechernich-Satzvey
Tel.: +49 (0) 2256 95830, Email: info@burgsatzvey.de
www.burgsatzvey.de



HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

MEHR MÄRKTE

MEHR FESTE

MEHR KUNST

MEHR KONZERTE

MEHR THEATER

MEHR PARTIES

EINFACH MEHR (ER)LEBEN

termine.hindenburger.de



Schlossweihnacht



Tickets online

Schloss Dyck 1.- 4. Advent 2022 Samstag | Sonntag, 10 - 20 Uhr

Großer Weihnachtsmarkt &
Lebendiges Krippenspiel



Stiftung Schloss Dyck

SCHLOSSWEIHNACHT SCHLOSS DYCK

ANZEIGE

Vor der Kulisse des historischen Wasserschlosses offenbart sich der Weihnachtsmarkt als Fest für alle Sinne: Es duftet nach Tannengrün, Plätzchen und gebrannten Mandeln. Lodernde Feuerkörbe verbreiten anheimelnde Wärme. Rund 140 Aussteller bieten ausgewählte Geschenkideen. Das hochwertige Angebot an Weihnachtsdekorationen, Schmuck, Textilien, Wohnaccessoires und Kunstgewerbe rundet das Bild einer festlichen Schlossweihnacht ab. Weil der Besuch des Weihnachtsmarktes auch hungrig macht, werden in mehreren Gastronomiebereichen eine Vielzahl kulinarischer Köstlichkeiten angeboten. Frische Waffeln, leckere Suppen nach Großmutter Rezepten, Plätzchen, Stollen und Hochzeitsbrot, Tiroler und italienische Spezialitäten, provenzalischer Nougat sowie Winzer-Glühwein sorgen für kulinarische Vielfalt. Erstmals folgt die Schlossweihnacht einem mit Kerzen erleuchteten Rundweg rund um das Schloss über die Orangeriehalbinsel und die Höfe.

Öffnungszeiten: 1. - 4. Adventwochenende 2022 | Samstag - Sonntag von 10 - 20 Uhr.

Der Ticketverkauf startet am 17. November 2022. Eintritt inkl. Reservierungspauschale
Erwachsener 16 €, ermäßigt 12 €, Kind (7-16J.) 3 €, Kind (0-6J.) 0,-€
Zuzahlung Jahreskarte PARK: Erwachsener 5 €, ermäßigt 4 €, Kind (7-16J.) 1 €,
ArtCard-Erwachsener 1 €, ArtCard Junior 1 €
Tickets können nicht umgetauscht / umbucht werden.

Corona-Hinweis: Vorbehaltlich zukünftiger behördlicher Schutzmaßnahmen empfehlen wir allen Besucherinnen und Besuchern das Tragen eines Mund-Nase-Schutzes in den Innenräumen der Schlossanlage.



SCHLOSSWEIHNACHT SCHLOSS DYCK |

1. - 4. Adventwochenende 2022, Sa. u. So., 10-20 Uhr

Schloss Dyck | 41363 Jüchen

Weitere Infos zu Tickets und Registrierung finden Sie unter www.stiftung-schloss-dyck.de

GEWINN
SPIEL

NappoLand

Fabrikverkauf

Großes Weihnachtssortiment vorrätig!

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
09.00 - 18.00 Uhr

Samstag
09.30 - 13.00 Uhr

Nappo & Moritz GmbH
Heinrich-Horten-Straße 26-30
47906 Kempen
Tel. 0 2152 / 91052 - 14
info@nappo.de

Aachener WeihnachtsMarkt

18.11. - 23.12.22
Rund um Dom und Rathaus

www.aachenweihnachtsmarkt.de
#aachenerweihnachtsmarkt

täglich: 11 - 21 Uhr
20.11.: 18 - 21 Uhr
17.12.: 11 - 22 Uhr
23.12.: 11 - 20 Uhr

11. Dezember, 13 - 18 Uhr
verkaufsoffener Sonntag

Hofweihnacht auf Schloss Türnich

Mit Bio-Leckereien, Unikaten und viel Romantik durch die Weihnachtszeit

Märchenhafte Schattenspiele in den Fenstern des Herrenhauses, Illuminationen im Landschaftspark, besinnliche Führungen durch die Schlosskapelle, Fackelwanderungen und traumhafte biologische Angebote aus der eigenen Landwirtschaft - das alles finden Sie auf Schloss Türnich bei Kerpen am 2., 3. und 4. Advent beim Weihnachtsmarkt auf der Schlossinsel in Kerpen-Türnich.

Auf Schloss Türnich wird die ganze Hofanlage zum Weihnachtsmarkt – und überall gibt es Handgemachtes, Außergewöhnliches und Kulinarisches zu bestaunen. Freuen Sie sich auf ein hochwertiges Angebot aus Unikatschmuck, handgemachter Mode und Keramik, Upcycling, vielfältigsten Wohnaccessoires, Designobjekten aus Glas, Metall und Stein oder individuelle Geschenkkonzepte aus Leder, Fell, Filz und edlen Metallen sowie außer gewöhnliche Tücher, Taschen und Textiles. Edelbrände und Liköre fehlen ebenso wenig wie Feuerstelen, Papeterie und Produkte aus der schlosseigenen Bio-Imkerei.

Ein ganz besonders romantisches Angebot macht Schloss Türnich in seiner illuminierten Adventsscheune mit einer Konzertbühne unter einem lichten Dachstuhl. Auf der Bühne gibt es



Foto: © Veranstalter

auch in diesem Jahr wieder eine weihnachtliche Mischung aus Liederabenden, Klavierstücken und Chansons, abgerundet mit Führungen durch die Schlosskapelle sowie Fackelwanderungen.

Großflächige Parkmöglichkeiten in den Türnicher Gewerbegebieten I und II sind mit der Hofweihnacht durch einen Shuttlebetrieb verbunden.



SCHLOSS TÜRNICH

Schloss Türnich 1 | 50169 Kerpen
www.schloss-tuernich.de

Öffnungszeiten

Hofweihnacht auf Schloss Türnich

2. Adventswochenende 2022

Freitag, 2. Dezember 2022 - 16:00 bis 21:00 Uhr
 Samstag, 3. Dezember 2022 - 14:00 bis 21:00 Uhr
 Sonntag, 4. Dezember 2022 - 12:00 bis 20:00 Uhr

3. Adventswochenende 2022

Freitag, 9. Dezember 2022 - 16:00 bis 21:00 Uhr
 Samstag, 10. Dezember 2022 - 14:00 bis 21:00 Uhr
 Sonntag, 11. Dezember 2022 - 12:00 bis 20:00 Uhr

4. Adventswochenende 2022

Freitag, 16. Dezember 2022 - 16:00 bis 21:00 Uhr
 Samstag, 17. Dezember 2022 - 14:00 bis 21:00 Uhr
 Sonntag, 18. Dezember 2022 - 12:00 bis 20:00 Uhr

Kulinarische Weihnachten im Hotel Sternzeit

25. & 26.12.2022

Großer traditioneller

Weihnachtsbrunch

Frühstücksbuffet, verschiedene Vorspeisen und Hauptgänge, großes Dessertbuffet, inkl. Kaffee und Tee, verschiedene Säfte, Mineralwasser und ein Glas Sekt

€ 32,00 pro Person

Wir bitten um Ihre Reservierung

Silvester geschlossen

STERNZEIT
 HOTEL • RESTAURANT • für jedermann geöffnet
 ★★★★★

Friedrich-List-Allee 9 • 41844 Wegberg-Wildenrath • Tel.: 0 24 32-4 92-0
info@hotelsternzeit.de • www.hotelsternzeit.de

Hofweihnacht
 AUF SCHLOSS TÜRNICH

Wiedereintritt frei
 8€
 Kinder frei

2.-4.12. | 9.-11.12. | 16.-18.12.2022
 Hofweihnacht auf Schloss Türnich · 50169 Kerpen · www.schloss-tuernich.de f i
 P Gewerbegebiet Türnich | Navigation: Otto-Hahn-Straße, Alfred-Nobel-Straße K Kostenlose Shuttlebusse



Es weihnachtet sehr.



**Die
Handwerksbäckerei.**

Bäckerei
Konditorei

Klütsch

Täglich frisch
und handgemacht.
Versprochen.

Öffnungszeiten:
Mo. & Sa.: 6.00 - 12.30 Uhr
Die. - Fr.: 6.00 - 18.00 Uhr

Am Steinberg 70
41061 Mönchengladbach
Tel. 0 21 61/46 70 424
Folgen Sie uns auf Facebook!

Ja, ist denn schon wieder Weihnachten....?

So richtig in Weihnachtsstimmung sind wir ja noch nicht, aber trotzdem wird es Zeit, sich die ersten Gedanken über Weihnachtsgeschenke zu machen, immerhin ist das hier ja schon die Novemberausgabe und bei Erscheinen sind es noch knapp 55 Tage bis Heiligabend.... Daher nun hier schon einmal die ersten Vorschläge aus der Redaktion für schöne Überraschungen für Ihre Liebsten, Freunde, Familie und vielleicht Kollegen. In der kommenden Dezemberausgabe werden wir sicher noch ein paar weitere Vorschläge haben. Auf jeden Fall stellen wir einen Aspekt dabei immer in den Vordergrund - die Möglichkeit alles, was wir hier präsentieren auch regional zu kaufen und damit unseren lokalen Handel und unsere lokalen Anbieter in diesen harten Krisenzeiten zu unterstützen.

Redaktion: **Marc Thiele**



ANZEIGE

Süße Köstlichkeiten **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€

Erhältlich bei:

NAPPOLAND FABRIKVERKAUF

Heinrich-Horten-Str. 26-30 | 47906 Kempen

www.wawi-group.de/fabrikverkauf/nappoland-kempen.html

ANZEIGE

Pittermänn milder Kräuterlikör

500ml / 30%vol



mit nostalgischen Blechstern und 6 handdekorierten, köstlich gefüllten Pralinen.

Preis: 25,90€

Erhältlich bei:

HARTGES KORNBRENNEREI GMBH

Birgen 21 | 41366 Schwalmtal

<https://hartges-shop.de/>



Adventskalender **24 Days of Rum 2022**



Eine Rum-Tasting-Box mit 24 verschiedenen Rums aus 24 verschiedenen Ländern, 2 Verkostungsgläsern und zwei Tasting Notes Heften. Auf www.24daysof-rum.com wird ab Dezember täglich über den Rum des Tages berichtet.

Preis: ab ca. 70€ bei diversen Anbietern.
24 Fl. je 20 ML / 480 ML / 43,7% Vol.



Fotos: © Anbieter

Kunst & Kultur
Theater Abonnement



Abonnements für Schauspiel, Musiktheater und Ballett des Theaters Krefeld und Mönchengladbach, oder die Niederrheinischen Sinfoniker sind immer beliebte Geschenke für alle Kulturbesister.

Preis: ab 75€

Erhältlich bei:

THEATER KREFELD MÖNCHENGLADBACH
Odenkirchener str. 78 | 41236 Mönchengladbach
www.theater-kr-mg.de/kartenkauf/abonnements

Eine köstliche Erfahrung
Tastings



Egal ob Whisky, Rum, Gin, Wein oder Bier, Verkostungen bzw. Tastings sind stark angesagt, machen viel Spaß, sind interessant und das perfekte Paar- oder Gruppenevent und mal etwas anderes unter dem Baum.

Erhältlich bei:

einer Vielzahl von Anbietern, teilweise auch als Onlinetasting möglich. In Mönchengladbach sind die Tastings bei KULT&GENUSS in Rheydt sehr empfehlenswert. Auch unsere Biersommelière Gracia Sacher bietet Biertastings im Bunker Güdderath.



Weihnachtsmärkte in der Region

Ende November beginnt die Zeit der Weihnachtsmärkte, trotz Energiekrise, trotz Coronapandemie, trotz aller erdenklichen Probleme und Herausforderungen, ist das doch eine Zeit, auf die die Meisten von uns sich freuen. Gemeinsam mit Freunden zwischen weihnachtlicher Dekoration stehen, der mehr oder weniger weihnachtlichen Musikbeschallung lauschen und dabei Glühwein, Würstchen, Reibekuchen und Apfelkrapfen genießen - egal bei welchen Temperaturen. Natürlich haben wir dafür in Mönchengladbach Bruno`s Weihnachtsdorf oder den Weihnachtsmarkt auf der Hindenburgstraße, aber vielleicht lohnt es sich ja auch mal in die Region zu fahren und an dem einen oder anderen Tag andere Angebote zu entdecken. Wir haben uns ein wenig umgesehen und einiges gefunden, das einen Ausflug wert ist.

Redaktion: **Marc Thiele**

Aachener Weihnachtsmarkt (<https://aachenweihnachtsmarkt.de>)

18.11. - 23.12.2022, tägl. 11 - 21 Uhr, Rathaus und Marktplatz, 52062 Aachen

Das fantastische Wintermärchen in Alsdorf (www.weihnachtsmarkt-alsdorf.de)

24.11.-04.12.2022, Mo. - Fr., 16 - 21 Uhr, Sa. u. So. 14 - 21 Uhr, An der Burg, 52477 Alsdorf

Weihnachts-Waldmarkt Arnsberg (<https://www.wildwald.de>)

03. / 04.12. und 10. / 11.12.2022, jeweils von 10-20 Uhr, Wildpark Vosswinkel, Bellingsen, 59757 Arnsberg

Kunsthändler-Weihnachtsmarkt Schloss Moyland (<https://weihnachtsmarkt-moyland.de>)

7. - 11.12.2022, Mi. - Fr. 13 - 21 Uhr, Sa., 11 - 21 Uhr, So. 11 - 20 Uhr, Tageskarte 7,50€, Kinder bis 16 Jahre frei
Schloss Moyland, Kalkaer Straße, 47551 Bedburg-Hau

Weihnachtsmarkt Schloss Benrath (Düsseldorf) (<https://www.schloss-benrath.de/weihnachtsmarkt>)

18. - 20.11., 15. - 27.11., 02. - 04.12., 09. - 11.12., 16. - 18.12.2022, Fr. 14 - 21 Uhr, Sa. 11 - 21 Uhr, So. 11 - 20 Uhr
Schloss Benrath, Benrather Schloßallee 100 - 106, 40597 Düsseldorf

Schlossweihnacht Schloss Dyck (mehr Infos siehe Seite 20) (www.stiftung-schloss-dyck.de)

Hofweihnacht auf Schloss Türnich (mehr Infos siehe Seite 21) (www.schloss-tuernich.de)

Weihnachten in Brüggel (mehr Infos siehe Seite 18) (www.gluehweinwanderweg-brueggel.de)

Weihnachten auf Burg Satzvey (mehr Infos siehe Seite 19) (www.burgsatzvey.de)

Kempener Markt der Sterne (<https://markt-der-sterne.de>)

25. - 27. 11., 02. - 04.12., 09. - 11.12., 16. - 18.12.2022, Fr. 18 - 22 Uhr, Sa. 11 - 21 Uhr, So. 11 - 19 Uhr
Altstadt und Buttermarkt, 47906 Kempen

Krefelder Weihnachtsmarkt, Made in Krefeld Special (www.krefeld.de/weihnachten)

17.11. - 23.12.2022, So. - Mi. 12 - 20 Uhr, Do. 12 - 21 Uhr, Fr. - Sa. 12 - 22 Uhr, 20.11.2022, 17 - 20 Uhr
Dionysiusplatz / Rheinstraße, 47798 Krefeld

Natürlich der **CLAUS-Markt der schönen Dinge** (www.mein-claus.de)

Samstag, den 17.12.2022, 10 - 20 Uhr und Sonntag, 18.12.2022, 10-19 Uhr
Kaiser-Friedrich-Halle, Hohenzollernstr. 15, 41061 Mönchengladbach





neue moderne Küche aus
4 verschiedenen Ländern
- geschmackvoll essen gehen -

Etia
Korschenbroicher Str. 170
41065 Mönchengladbach
Tel. 02161 - 599 54 00

Dienstag - Freitag 17.00 - 00.00 Uhr
Samstag - Sonntag 12.00 - 15.00 Uhr und
17.00 - 00.00 Uhr

<https://etia-moenchengladbach.de>

**Köstliche
Einblicke**

QUALITÄT VOM
seit 1776
SCHWALMTAL

**Tag der
offenen
Brennerei**

FR. 4. Nov. 17 - 20 UHR

SA. 5. Nov. 11 - 18 UHR

so. 6. Nov. 13 - 18

BIRGEN 21
41366 SCHWALMTAL



Mehr Genussevents in Mönchengladbach?

2018 war so etwas wie der Startschuss für Genussevents in Mönchengladbach. Fast zeitgleich fanden das erste Weinfestival Gladbach [g]niessen auf dem Schillerplatz und das Spirituosenfestival „Liquor and Spice“ im Theater Rheydt statt. 2019 kam dann das erste Genuss Festival auf der Hindenburgstraße hinzu. Allesamt recht erfolgreiche Veranstaltungen, die dann durch Corona jäh gestoppt wurden. Dieses Jahr gingen dann endlich wieder das Weinfestival und das nun Gourmetfestival genannte Event in der Innenstadt wieder an den Start, wogegen das Spirituosenfestival wegen Terminproblemen kurzfristig abgesagt werden musste. Aber wie sieht es 2023 aus? Schon jetzt ist das nächste Gourmetfestival für den 14.-16.07.2023 auf der Hindenburgstraße geplant und auch Bernd Niessen, Veranstalter des etwas anderen Weinfestes „Gladbach [g]niessen“ freut sich auf ein Wiedersehen 2023.

Ist da noch Platz für weitere Veranstaltungen rund um das Thema Genuss, Kulinarik, Spirituosen etc. oder reicht Mönchengladbach das Angebot?

Was sagen Sie dazu? Hätte Sie gerne mehr davon und wenn ja, welches Thema würde Sie interessieren? Vielleicht wieder eine Spirituosenmesse? Oder etwas rund um Lebensmittel? Es wäre auch spannend zu erfahren, welche Eventlocations Sie für einen Genussevent aufsuchen würden, bei dem ja sicher auch viele das eine oder andere Glas Wein, Bier oder härteres konsumieren werden. Der Nordpark mit Messegelände und Red Box? Wickrath mit dem Kunstwerk? Oder doch lieber etwas zentral in Mönchengladbach, wie das Haus Erholung oder die Kaiser-Friedrich-Halle?

Schreiben Sie uns gerne Ihre Meinung zum Thema „Genussevents“ an redaktion@hindenburger.de. Wir freuen uns auf Ihr Feedback!

ANZEIGE



Tag der offenen Brennerei

Wer schon immer mal hinter die Kulissen der Kornbrennerei Hartges blicken wollte, erhält hierzu im November die Gelegenheit. Vom 4. – 6. November kann nicht nur die Destillationsanlage beim Brennen besichtigt werden, es startet auch die Wintersaison mit Weihnachtslikör, Wintergin, Amaretto Sahne...

Speziell zur kalten Jahreszeit werden in der kleinen Brennerei winterliche Leckereien produziert und können natürlich auch probiert werden.

Zeitgleich verwandelt sich der Hof in einen kleinen Kunsthandwerkermarkt.

Genießen Sie einen schönen Tag im weihnachtlichen Ambiente. Es gibt jede Menge ausgefallene Geschenkideen rund um die edlen Tropfen.

Tag der offenen Brennerei:

Fr., 4. November, 17:00-20:00 Uhr

Sa., 5. November, 11:00-18:00 Uhr

So., 6. November, 13:00-18:00 Uhr



HARTGES KORNBRENNEREI GMBH
Birgen 21 | 41366 Schwalmtal
<https://hartges-shop.de/>

Foto: © Joerg Knappe



Biersommelière Gracia Sacher

Gracias Bierliebe

Bier als Aperitif ?

Ja, ich will

(Champagner-Bier)!

Text + Fotos: Gracia Sacher

„Aperitif, der appetitanregendes, meist alkoholisches Getränk“

Na, woran denkt ihr da? Sekt oder Champagner, richtig? Kann man machen. Bzw. macht man halt so. Mach ich auch gerne ab und zu. Aber, Leute: es geht um Bier. Und es gibt wunderbare Biere, die sich ebenso bestens als Aperitif eignen. (Und damit meine ich nicht, Bier in irgendwelchen Cocktails zu verarbeiten.) Eines möchte ich euch in dieser Ausgabe vorstellen: die „Insel Kreide“ von der Insel-Brauerei. Wenn ihr mal Rügen besucht, schaut da unbedingt vorbei, das ist schon ein sehr schöner Ort. Gebraut werden „besondere Biere“, wie auf den Flaschen zu lesen – und Himmel, sehen sie nicht wunderschön aus?

Vorab: ich kann das gesamte Sortiment wärmstens empfehlen. Bekommt ihr in Mönchengladbach zum Beispiel beim Trinkgut in Giesenkirchen oder auf der Wickratherstraße. Und ja, einen solchen bierigen Starter würde ich ebenso wie Sekt und Co. aus einem Sektglas trinken (von der Insel-Brauerei gibt es da auch die passenden Gläser mit sehr schönem Motiv).

Wie passt das aber zusammen, Bier und Aperitif? Natürlich ist es entscheidend, das passende Bier zu wählen. So wäre ein vollmundiger, schwerer Vertreter fehl am Platz. Auf der Flasche steht geschrieben: Bière Brut. „Brut“ bedeutet auf Französisch „herb“. Bringt man in erster Linie ebenso mit Cham-

pagner in Verbindung. Es ist so ein bisschen wie das „trocken“ beim Wein. Bière Brut wird auch als Champagner-Bier bezeichnet. Neben meiner Empfehlung von der Insel-Brauerei findet man insbesondere unter den belgischen Bieren feine Vertreter, denn der Ursprung liegt in der belgischen Provinz Ostflandern.

Diese Biere zählen zu den Starkbieren (die „Insel Kreide“ liegt hier aber noch bei angenehmen 5,6 % Alkohol) und werden mit einer Wein- oder Champagnerhefe vergoren. Für die Nachgärung in der Flasche wird bei der „Insel Kreide“ Traubenzucker, welcher restlos vergoren wird, hinzugegeben. Unterm Strich erhält man so ein erfrischendes, feinperliges Bier mit trockenem Finish. Und warum Kreide? Weil das Rügener Bier mit kreidehaltigem Wasser aus der dortigen Region gebraut wird. Auch dadurch wird der trockene Charakter unterstrichen. Dazu gibt es feine fruchtige, weinartige Noten und eine leichte Säure.

Gibt es bei euch demnächst etwas zu feiern? Wie wäre es dieses Jahr mit einem Bierempfang? Wenn ihr dazu etwas zu essen reichen möchtet, wählt leichte Speisen wie Salate oder einfach ein paar Früchte.



Wenn ihr Bock drauf habt und bei Instagram unterwegs seid, macht doch mal ein Foto und verlinkt mich – mich würde sehr interessieren, ob es euch mundet. In diesem Sinne: auf das Brautpaar (oder was sonst so ansteht).

PS: Die „Insel Kreide“ gibt es übrigens in der 0,75 l als auch in der 0,33 l Flasche.

Cheers, Gracia

Gracias Bierblog
„Bierliebe und moodpairing“
auf www.moodpairing.de



Das bebilderte Verzeichnis des inhabergeführten Mönchengladbacher Genusshandwerks finden Sie auf www.hindenburger.de



Foto: © Nathan Dumlao (unsplash.com/@nate_dumlao)

Klasse statt Masse bei Mönchengladbachs inhabergeführten Bäckern und Konditoren

Bestes Genusshandwerk

Redaktion: **Marc Thiele** | Recherche und Fotos (Bäckereien): **Anke Molitor**

Wer liebt sie nicht, die frisch aus dem Ofen kommenden Brötchen und Croissants zum Frühstück, die dicke Stulle mit dem knusprigen Rand zum Abendbrot und das Stück Käse-Sahne, Apfelriemchen oder Herrentorte zum sonntäglichen Kaffee? Diese Vorfreude, zum Bäcker oder Konditor zu gehen und mit diesen Köstlichkeiten zurück zu kommen, ist schon Teil des Genusslebnisses, dass dann mit dem ersten Biss seinen Höhepunkt findet. Hmm... Lecker...oder?

Nun ja, ein wenig kommt es darauf an, wo man sein Backwerk heutzutage kauft. Auch wenn unsere Geschmacksknospen über die Jahre durch den Konsum von industrieller Massenware an Geschmacksverstärker, Süßungsmittel und künstliche Zusatzstoffe gewöhnt sind, bei Brot, Brötchen und Kuchen verstehen die Meisten von uns keinen Spaß. Qualität muss auf den Tisch, am liebsten vom Bäcker nebenan. Wenn es den denn noch überall gibt.

„Handwerk hat goldenen Boden“ sagte man früher noch. Schaut man sich jedoch das Genusshandwerk rund um die Teigwaren an, egal ob Konditoreien oder Bäckereien, darf dieser alte Spruch heute durchaus bezweifelt werden.

Große Ketten mit ihrer industriell produzierten Massenware, einem großen Filialnetz und niedrigeren Preisen haben den inhabergeführten und handwerklich arbeitenden Bäckereien das Leben schwer gemacht. Dann kamen auch Discounter wie Aldi und Lidl auf die Idee, „frische“ Backwaren zu noch günstigeren Preisen anzubieten. Personalmangel, Nachwuchsprobleme und aktuell eine bis dato ungeahnte Abfolge von Krisen mit explodierenden Einkaufs- und Herstellungskosten geben mehr und mehr Betrieben den Rest.

Wieviele Bäckereien es in Mönchengladbach noch vor 10, 20 Jahren gab, lässt sich heute nicht mal mehr erahnen. Alleine in der Innenstadt von Gladbach erinnern wir uns in der Redaktion an mindestens 8 Betriebe, die heute nicht mehr existieren und deren Namen wir größtenteils nicht einmal mehr kennen. Schaut man aktuell auf die Webseiten der Bäcker- und Konditoreninnung, sieht das Bild zumindest nach Zahlen sehr düster aus. Gerade einmal 15 Namen stehen dort insgesamt und eines der Unternehmen ist nicht einmal mehr aktiv. Nicht alle in Mönchengladbach noch aktiven inhabergeführten Bäckereien und Konditoreien sind übrigens Mitglied in den jeweiligen Innungen, aber trotzdem ist die Gesamtzahl nicht wirklich viel größer.

Bei all den schlechten Nachrichten gibt es dennoch auch einen kleinen Lichtblick, denn die Zeiten, in denen wir Konsumenten mehr auf Preis und Masse gesetzt haben, sind mittlerweile bei vielen einem Bewusstsein für Qualität, die auch ihren Preis hat, gewichen. Ernährung und Lebensmittel haben in den letzten Jahren einen höheren Stellenwert bekommen, was auch dem Genusshandwerk zu gute kommt. In vielen Städten eröffnen neue, spezialisierte Bäckereien und Konditoreien, meist geführt von jungen Unternehmern, mit klarem Fokus auf handwerkliche Produkte mit hochwertigen Zutaten. Auch wenn dieser Trend in Mönchengladbach noch nicht wirklich angekommen ist, so haben wir doch auch hier neben den bekannten Ketten noch einige sehr gute, inhabergeführte Betriebe, mit oft langer Unternehmensgeschichte, die tolle Produkte anbieten und ihr Handwerk trotz aller Schwierigkeiten hoch halten. Vielleicht gibt es ja auch hier bald eine Trendumkehr und nicht mehr die Schließungen eines weiteren Betriebes, sondern die Eröffnung eines Neuen wird in den Sozialen Medien ausgiebigst diskutiert. Der Bedarf, vor allem in den beiden Stadtzentren, wäre sicher vorhanden.

BÄCKEREI BÄHREN

HBG

Gegründet: 1932

Spezialitäten: rheinisches Schwarzbrot

Op de Fleet 38 | 41189 MG-Wickrath

www.baeckerei-baehren-moenchengladbach.de

BÄCKEREI BEINES

HBG

Gegründet: 1964

Spezialitäten: Vollkornbrot, Altbierbrot,

Spekulatius

Rormonder Str. 414 | 41068 MG-Venn

BÄCKEREI BOOS

HBG

Gegründet: 1986

Spezialitäten: Mailänder Apfelkuchen,

MarzipanCremetorte, Butter-Gewürz-Spekulatus

Eickener Str. 284b | 41063 MG-Eicken

Myllendonker Str. 148 | 41065 MG-Lürrip

www.heinrichboos.de

BIO GANZKORNBÄCKEREI CAFÉ Ö

Gegründet: 1956 (ehem. Oehmen)

Spezialitäten: Vollkornbäckerei mit Zutaten ausschliesslich aus biologischem Anbau

Marktstiege 8 | 41061 MG-Stadtmitte

www.cafe-oe.de

BÄCKEREI CLERX

HBG

Gegründet: vor über 100 Jahren

Spezialitäten: Weckmänner, Butterstollen

Neusser Str. 293 | 41065 MG-Lürrip

KONDI TOREI GINGTER

HBG

Gegründet: 1952

Spezialitäten: Torten (Schokomousse, Herrentorte), Gebäck (Zimtsterne, Spekulatius), Stollen

Hehner Str. 195 | 41069 MG-Holt www.konditorei-gingter.de

HANNEN BACK CAFÉ

HBG

Gegründet: 1956

Spezialitäten: Onjeschwedde, Herrentorte, Hannen-Spezialsahne, Nussecken, Nussbrot

Konstantinstr. 142 | 41238 MG-Giesenkirchen

www.hannen-backcafe.de

KONDI TOREI HEINEMANN

Gegründet: 1932

Spezialitäten: Herrentorte, Champagnertrüffel

Bismarckstr. 91 | 41061 MG-Stadtmitte

Friedrichstr. 13 | 41061 MG-Stadtmitte

Hauptstr. 17-21 | 41236 MG-Rheydt

www.konditorei-heinemann.de

BÄCKEREI HELD

HBG

Gegründet: 1906

Spezialitäten: Riemchentorten, Weckmänner, Stollen, Onjeschwedde

Am Sternfeld 63 | 41238 MG-Giesenkirchen

www.baeckerei-held.de

KONDI TOREI JACOBS

HBG

Gegründet: 1815

Spezialitäten: Erdbeertörtchen, Buttercroissants

Dünner Str. 195 | 41066 MG-Newerk

Telefon: 02161 - 66 25 73

Hansastr. 66 | 41066 MG-Bettrath

www.konditorei-jacobs.de

BÄCKEREI KAMPHAUSEN

HBG

Gegründet: 1848

Spezialitäten: Salonweck, Onjeschwedde, Weckmänner, Neujahrsbrezel

Burgstr. 6 | 41199 MG-Odenkirchen

Odenkirchener Str. 19 | 41236 MG-Rheydt

BÄCKEREI KELZENBERG

Gegründet: 1926

Spezialitäten: Kelzenberger Vollkornbrot

Hanns-Martin-Schleyer-Str. 43

41199 MG-Güdderath

www.schwarz-brot.de

BÄCKEREI KLÜTSCH

HBG

Gegründet: 2007

Spezialitäten: z.B. New York Cheesecake, Brot aus Urgetreide (Dinkel, Emmer)

Am Steinberg 70 | 41061 MG-Windberg

www.facebook.com/baeckerei.kluetsch/

BÄCKEREI BERND VERFÜHRT

HBG

Gegründet: 1976

Spezialitäten: Herrensahne, Grillage, Stollen,

Roggen-Dinkelbrot (ohne Weizen)

Hehner Str. 88 | 41069 MG-Holt

BÄCKEREI & KONDI TOREI WESCHMANN

HBG

Gegründet: vor über 125 Jahren

Spezialitäten: Kuchen (Frankfurter Kranz, Herrentorte, div. Obstkuchen,

Brot (Gersten-, Dinkelmehl)

Vorster Str. 449 | 41169 MG-Hardt

BÄCKEREI WEYERS

Gegründet: 1823 (ehem. Mohren)

Spezialitäten: Weckmänner

Venner Gasse 1 | 41068 MG-Venn

www.baeckerei-weyers.de

Haben wir bei unserer Recherche eine inhabergeführte Mönchengladbacher Bäckerei oder Konditorei vergessen? Dann helfen Sie uns, diese Liste zu vervollständigen, indem Sie uns eine E-Mail an redaktion@hindenburger.de schicken.

HBG HINDENBURGER-Verteilstelle



AKTUELL
Patientenabend zum Diabetischen Fuß

Moderiert von Prof. Dr. Barbara Weis-Müller, Chefärztin der Gefäßchirurgie, gehen Referent:innen in vier Kurzvorträgen auf verschiedene Thematiken rund um den diabetischen Fuß ein. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit Fragen an die Expert:innen zu stellen.

Mittwoch, den 16.11.2022 um 19 Uhr im Forum, Zuwegung über den Außeneingang Gebäude C

Aktion Impfendes Krankenhaus geht weiter

Corona-Schutzimpfungen für Erst-, Zweit- oder Auffrisch-Impfungen (Booster). Geimpft wird nach den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (Stiko).

Freitag 18.11.2022 von 9:00-12:00 Uhr auf Station H4, Terminvereinbarung online möglich.

Das Onkologische Zentrum wurde mit allen Organkrebszentren erfolgreich rezertifiziert.

- Darmkrebszentrum
- Lungenkrebszentrum
- Kopf-Hals-Tumorzentrum
- Uroonkologisches Zentrum
- Prostata-Karzinomzentrum
- Nierenzellkarzinomzentrum
- Harnblasenkarzinomzentrum
- Zentrum für Hämatologische Neoplasien

Für die Patienten wird mit den Rezertifizierungen eine geprüfte Qualität der Zentren auf höchstem Niveau bestätigt.

Kliniken Maria Hilf
 Viersener Straße 450
 41063 Mönchengladbach

Zutrittsregelung und Infos:

www.mariahilf.de

Nur scharfes Sehen ist wahres Sehen



Foto: © Foto: djd/Rodenstock

Das scharfe Sehen von über 43 Millionen Menschen liegt in Deutschland in den Händen von Optikern und in den Technologien, die sie nutzen. Doch diese messen das Auge nicht immer exakt aus. Brillenträger, deren Brille nicht optimal angepasst ist, merken häufig, dass ihre Augen schnell ermüden. Bei herkömmlichen Sehtests mit Messbrille bleibt unberücksichtigt, dass jedes Auge einzigartig ist. Innovative Technologien wie der DNEye-Scanner von Rodenstock können Augen weitaus präziser vermessen. Welche Optiker diese Technologie nutzen, ist unter www.rodenstock.de einsehbar. Dadurch können individuelle Brillengläser gefertigt werden, die exakt zum jeweiligen Auge passen. So sehen Brillenträger auch in der Dämmerung scharf, ohne dass sich das Auge übermäßig anstrengen muss. (Quelle: djd)

In Mönchengladbach bietet unter anderem **Brillen Dahmen** auf der Odenkirchener Straße 20 in Rheydt die Möglichkeit der präzisen Augenvermessung mittels DNEye-Scanner von Rodenstock. Mehr Informationen unter www.brillen-dahmen.de



„Schnuppern“ samstags im Advent

Vorweihnachtliches Angebot der Tagespflege für Senioren in Mönchengladbach-Mitte

Die Tagespflege für Senioren der PariSozial auf der Hermannstr. 12 in Mönchengladbach-Mitte bietet an den ersten beiden Adventssamstagen, den 26.11.2022 und 03.12.2022, in der Zeit von 10:00 bis 14:00 Uhr die Möglichkeit zum Schnupperbesuch und Kennenlernen der Einrichtung an.

„Wir möchten an den ersten beiden Adventssamstagen Senioren und Seniorinnen einladen, eine schöne Zeit bei uns zu verbringen und dabei uns und die Einrichtung kennenzulernen“, erklärt Vivien Naumann, Leiterin der Einrichtung, die Aktion im Advent.

Vielen direkt oder indirekt Betroffenen sind die Möglichkeiten und Vorzüge der Tagespflege nicht bekannt. In der Woche ist auch oftmals die Zeit zum Besuch einer solchen Einrichtung für die Angehörigen knapp. Aus diesem Grund bietet die Adventsaktion die besondere Gelegenheit sich in Ruhe zu informieren, die Einrichtung kennenzulernen und im Anschluss noch Weihnachtseinkäufe in der nahen Innenstadt zu erledigen oder am ersten Adventssamstag den beliebten Christkindlmarkt zu besuchen.

Kontakt:

Tagespflege MG-Mitte
 Vivien Naumann
 Hermannstr. 12
 41061 Mönchengladbach
 Tel.: 02161 / 303 7077
 Tagespflege-hermannstrasse@pariteam-mg.de

www.parisozial-mg.de

Schnarchen - da hört der Spaß auf

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



Foto: © Fotolia/WavebreakMediaMicro

Redaktion: Was sind die Ursachen für das Schnarchen

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

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Gefährlich wird es, wenn sich der Atemweg verengt, die Sauerstoffzufuhr beeinträchtigt wird und dies zu Atembehinderungen oder sogar zu Atemaussetzern führt. Lautes und häufiges Schnarchen, das mit nächtlichen Atemstillständen einhergeht, wird als obstruktives Schlafapnoe Syndrom kurz OSAS bezeichnet. Bei diesem Krankheitsbild verschließen sich während des Schlafens wiederholt die oberen Atemwege. Eine Schlafapnoe kann im Unterschied zum normalen Schnarchen ein erhebliches Gesundheitsrisiko bedeuten. Bei bestehendem Verdacht auf Schlafapnoe erfolgt in vielen Fällen eine Untersuchung und Sicherung der Diagnose in einem Schlaflabor. Nach der Auswertung der Ergebnisse durch einen schlafmedizinischen Experten kann eine individuell auf den Patienten zugeschnittene Therapie erfolgen.

Redaktion: In welcher Situation empfehlen Sie Ihren Patienten Schnarchschiene

Jörg Weyel: Schnarchen ist meistens unbedenklich. Ist die Ursache für das Schnarchen das Zurücksinken der Zunge in den Rachenraum, kann eine Schnarchschiene helfen. Schnarchschiene, so genannte Protrusionsgeräte sind eine komfortable, sinnvolle Therapie bei leichter bis mittelgradiger Schlafapnoe. Die zweiteiligen, nach Gebissabdrücken hergestellten Zahnschienen halten Unterkiefer und Zunge während des Schlafes vorn. So bleibt der Rachenraum weit geöffnet und die

Lunge wird wieder mit genügend Luft versorgt. Unsere individuellen Schnarchschiene besitzen den Vorteil, dass sie auf die Zähne eines Patienten abgestimmt sind. Da die seitliche Beweglichkeit des Unterkiefers erhalten bleibt, sind die Schienen nach einigen Tagen kaum noch spürbar.

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

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



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



DR. DR. LANGE & WEYEL

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

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





C, die den gleichen Effekt haben. Nun, nach knapp zwei Jahren, die zudem durch die Coronapandemie gekennzeichnet waren und in denen auch der Kontakt zu seinen Kunden teilweise erschwert war, wagt Sebastian Jurochnik den nächsten großen Schritt und gründet ein eigenes Studio. Nicht zuletzt, um genau das Equipment zur Verfügung zu haben, das er für seine spezialisierte Trainingsart auch benötigt. Zwar können schon mit einer Langhantelstange viele Übungen umgesetzt werden, aber sie reicht bei weitem nicht aus.

In seinen Räumen auf der Windthorststraße 2 in Mönchengladbach bietet Jurochnik ausschließlich individuelle Trainingseinheiten nach vorheriger Terminvereinbarung, so dass er sich voll und ganz auf die Anforderungen seiner Kunden und deren Betreuung konzentrieren kann.



SEBASTIAN JUROCHNIK
Windthorststr. 2 | 41061 Mönchengladbach
info@sebastian-jurochnik.de

IG: @sebastian.jurochnik | www.sebastian-jurochnik.de

Physiotherapeut und Personaltrainer Sebastian Jurochnik eröffnet eigenes Studio

Der Rückenprobleme-Löser

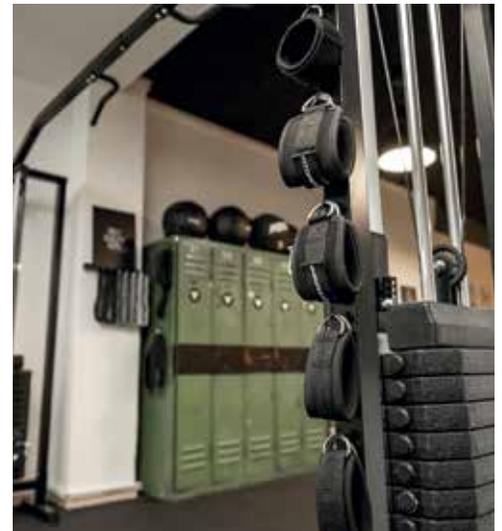
Redaktion: **Marc Thiele** | Fotos: **Myriam Topel**

Fachkompetenz, Zielstrebigkeit und hundertprozentiger Einsatz für seinen Traum, das sind einige der Eigenschaften, die man mit Sebastian Jurochnik verbindet, wenn man mit ihm ins Gespräch kommt.

Als wir ihn 2019 kennenlernten und mit ihm zusammen im Hindenburger eine Serie u.a. über Rückengesundheit machten, war uns schnell klar, dass wir es hier mit einem sehr engagierten Physiotherapeuten und Personaltrainer zu tun hatten, der seine Tätigkeit mit fast schon missionarischer Überzeugung ausübt. Seine Reise, wie er es nennt, begann in jungen Jahren, als er seine Leidenschaft für Sport und speziell für Kraftsport entdeckte und im Rahmen dessen erkannte, dass man damit viele Sachen machen konnte, die bei gesundheitlichen Problemen helfen. Eine Erkenntnis, die er schrittweise in seine beruflichen Tätigkeit einfließen lassen wollte, was aber sehr schwierig war, da in seinem Berufsfeld Physiotherapie lieber auf altbewährte Methoden gesetzt wurde.

Der damalige erste Schritt in die nebenberufliche Selbstständigkeit war da die logische Konsequenz, um sein Trainingskonzept in die Realität umzusetzen. Seine Spezialisierung auf den Bereich Rücken brachte ihm vor allem durch Mund zu Mund Propaganda erste Kunden, die ihn dann aus Überzeugung weiterempfahlen. Heute kommen die Kunden zu ihm, weil sie ein ganz bestimmtes orthopädisches

Problem haben und er in genau diesem Bereich über eine große Expertise verfügt, was sich herumsprochen hat. Jurochniks Fokus lag und liegt immer noch auf der Auswahl der für jeden Kunden besten Übungen und deren hundertprozentig korrekte Ausführung. Dabei setzt er nicht auf die aus Fitnesscentern bekannten Standards, sondern kann auf einen riesigen Fundus an Übungsalternativen zurückgreifen, die er im Rahmen seiner fortlaufenden und umfangreichen Weiterbildungen erlernt. Wenn ein Kunde Übung A nicht ausführen kann, dann kennt Jurochnik die Alternativen B und





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

ANZEIGE

„Zahnimplantate sind eine Investition, die sich lohnt!“

Herr Dr. Bongartz, schon seit einigen Jahren sind Zahnimplantate ein sehr gefragtes Thema. Können Sie uns sagen wieso?

Dr. Bongartz: Zahnimplantate sind in vielen Fällen eine attraktive Lösung für hochwertigen Zahnersatz und sehr ästhetischen Zahnersatz. Zur Erklärung: Implantate haben, genau wie unsere natürlichen Zähne eine Wurzel und eine Krone. Diese wird bei der Behandlung individuell und ästhetisch angepasst, sodass das fertige Ergebnis nicht mehr vom echten Zahn zu unterscheiden ist. Die „Wurzel“, also das eigentliche Implantat ist meist aus Titan, somit sehr gut verträglich und wird direkt in den Kieferknochen implantiert, um optimalen Halt zu gewährleisten. Man kann sagen, dass Zahnimplantate unseren natürlichen Zähnen nachempfunden sind und somit auch sehr ähnlich sind.

Was sind die Vorteile eines Zahnimplantats im Vergleich zu anderen Möglichkeiten der Versorgung?

Dr. Bongartz: Durch die Verankerung des Implantats im Kieferknochen hat implantatgetragener Zahnersatz einen sehr sicheren Halt. Das heißt, dass sich das Kauen beim Essen sehr natürlich anfühlt und der Zahnersatz nicht als fremd im Mund wahrgenommen wird. Das ist ein großes Stück Lebensqualität! Ein weiterer Vorteil: Der

meist bei Zahnlücken entstehende Knochenabbau am Kiefer wird größtenteils verhindert.

Sie haben zwei Mastertitel. Einen davon auf dem Gebiet der Implantologie und den Zweiten in oraler Chirurgie. Wieso haben sich genau auf diese Themen spezialisiert?

Dr. Bongartz: Eine Implantation ist ein chirurgischer Eingriff, somit greifen diese beiden Themen ineinander über und die beiden Fortbildungen ergänzen sich ideal. Durch diese Art der Behandlung ergeben sich in der Zahnmedizin neue Möglichkeiten der Versorgung. Auch die technologische Entwicklung ist auf dem Feld der Implantologie rasant und sehr spannend. Neuen Erkenntnisse durch Studien ermöglichen einen stetigen Fortschritt und kommt dabei letztlich unseren Patienten zugute.

Gibt es etwas zu beachten, wenn ich mich für eine Versorgung mit einem Zahnimplantat interessiere?

Dr. Bongartz: Es gibt ein paar Kontraindikationen für eine Versorgung mit einem Zahnimplantat. Vorerkrankungen wie eine Osteoporose oder ein nicht eingestellter Diabetes mellitus sind hier zu nennen. Auch bei Erkrankungen des Bindegewebes oder einem geringen Knochenangebot im Kiefer erschweren die Versorgung mit einem Implantat.



Dr. Hartmut Bongartz MSc MSc (Foto: Praxis)

Damit der Eingriff bei jungen Menschen möglichst problemlos durchgeführt werden kann, sollte das Knochenwachstum abgeschlossen sein. Eine gute Mundhygiene ist ebenfalls förderlich, da die Langlebigkeit eines Implantats stark von der Zahngesundheit abhängig ist. Mit guter Pflege kann ein Zahnimplantat ein ganzes Leben lang halten.

Wenn Sie eine grundsätzliche Empfehlung für die richtige Wahl des Zahnersatzes für Ihre Patienten abgeben würden, wie sähe diese aus?

Dr. Bongartz: Grundsätzliche Aussagen sind in der Medizin immer schwierig. Der Zahnersatz sollte immer genauso individuell wie der Patient sein. Persönlich steht für mich die bestmögliche Funktionalität, aber auch die Ästhetik des Zahnersatzes im Vordergrund. Bevor man sich für eine Art von Zahnersatz entscheidet, sollten Patienten unbedingt eine allgemeine Kontrolle und ein Beratungsgespräch bei einem Fachmann vereinbaren. Denn oft stellt man erst im persönlichen Kontakt fest, welche individuellen Schwerpunkte die Patienten in Hinblick auf ihre Versorgung setzen. Grundsätzlich stellen wir aber immer wieder fest, dass die Ästhetik auch bei den Patienten eine immer größere Rolle einnimmt.

Herr Dr. Bongartz, wir danken Ihnen für das Gespräch.



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

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

MEDIZIN + CO

Das Gesundheitsmagazin für Mönchengladbach



Alle drei Monate
gedruckt, im Web und
als Digitalausgabe



www.medizin-und-co.de

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT

MEHR MÄRKTE

MEHR FESTE

MEHR KUNST

MEHR KONZERTE

MEHR THEATER

MEHR PARTIES

EINFACH MEHR (ER)LEBEN

termine.hindenburger.de



Foto: © Ellen Schmitz

3.11. + 4.11.2022 | 19:30 Uhr | Kulturküche
KÜCHENTHEATER: ZURÜCK INS LEBEN

Jamil, einst ein erfolgreicher Designer, kommt mit dem Leben, das er bisher geführt hat, nicht mehr klar. Denn dieses Leben gibt es nicht mehr. Er steckt fest in einem Abwärtsstrudel. Kollegen und Freunde distanzieren sich. In seinem Kopf lauter Fragen nach dem „Warum!“ Was ihn so sehr aus der Bahn geworfen hat, ist der Tod seiner kleinen Tochter Sophie. Dann bringt der Zufall neue Menschen in Jamils Leben. Und mit Ihnen eine verrückte Idee, die ihn wieder auf den Weg bringen soll. Ob das gelingt? Ob er wieder zurück ins Leben findet? Das bleibt bis zur letzten Sekunde offen.

www.kulturkueche.com



Foto: © Nightwork

12.11.2022 | 19:30 Uhr | BIS-Zentrum
NIGHTWORK

Nightwork, die Coverband aus Neuss mit knackigem Schlagzeug, erdigem Bass, satten Keyboards, fetter Gitarre und markantem Gesang. Ralf, Norbert, Ludger, Reinhart und Jens – alte Hasen im Musikbusiness – haben sich gesucht und gefunden. Nach vielen Jahren in diversen Bands trafen sie sich, um zusammen mit euch durchzustarten. Die Band spielt eine einmalige Mischung aus 80er-Jahre-Sounds, druckvollem Hardrock à la Deep Purple und vielen Perlen der Rockmusik. Die Songs – mal nah am Original, mal verfeinert mit eigenen Ideen – grooven immer durch die Power und Spielfreude der Musiker.

www.bis-zentrum.de



Foto: © Elena Plaza

18.11.2022 | 20:00 Uhr | Schloss Rheydt (Rittersaal)
2. ZYKLUSKONZERT 2022/2023 „JUNGE VITUOSEN“: ZEPHYRUS DUO

Borja Sánchez (Saxophon) und Ettore Strangio (Klavier) lernten sich an der Hochschule für Musik in Köln kennen, wo sie ihr Masterstudium absolvierten. Ausgebildet wurden sie von so renommierten Musikern wie Anthony Spiro, Daniel Gauthier und Robert Kulek. Die beiden jungen Musiker verbindet eine gemeinsa-

me musikalische Intention, die zur Gründung des Zephyrus Duo führte. Das Duo hat es sich zum Ziel gesetzt, ein breites Repertoire von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis zur Gegenwart zu erarbeiten, um dem Konzertpublikum abwechslungsreiche und interessante Programme präsentieren zu können.

www.mgmg.de



Kostümentwürfe: © Thomas Rump

26.11.2022 | 16:00 Uhr | Theater MG
DER SATANARCHÄOLÜGENIALKOHÖLLISCHE WUNSCHPUNSCH (PREMIERE)

Es ist Silvester und Beelzebub Irrwitzer hat ein Problem. Der geheime Zauberrat hat sich verpflichtet, jedes Jahr Tierarten auszu-rotten, Bäume absterben zu lassen und Krankheiten auf der Welt zu verbreiten – und für dieses Jahr ist sein Soll noch lange nicht erfüllt. Da taucht plötzlich seine Tante Tyrannja auf, die ihm seine Hälfte eines uralten Wunschrezeptes abschwatzen möchte. Doch schnell stellt sich heraus, dass es sich hier nicht um irgendeinen Wunschpunsch, sondern den satanarchäolügenialkohöllischen Punsch handelt. Und der könnte die Lösung aller Probleme sein.

www.theater-kr-mg.de

DI 1

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» THEATER EXTRA
Soiree zu „der herzerfresser“
Von Ferdinand Schmalz.
17:30 | Theater MG (Theaterbar)

» Sunset Boulevard
Musical von A. L. Webber.
19:30 | Theater MG

KONZERTE

» CANTICA VOBIS singt
REQUIEM von John Rutter
Leitung: Chordirektorin BDC
Stephanie Borkenfeld-Müllers;
Sopran: Nele Schumacher; Be-
gleitung: KMD Udo Witt (Orgel),
Instrumentalensemble.
16:00 | St. Kamillus Kolumbarium

SONSTIGES

» Best of Cinema – Die Klappersch-
lange
Regie: John Carpenter. 99
Minuten. FSK 16.
20:00 | Haus Zoar

MI 2

NOVEMBER

SONSTIGES

» Apéro Art – Schöne Karten für
jeden Anlass
Anmeldung 02166 92890-0 oder
info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

» BIS-Kino – Loving Vincent
Regie: Dorota Kobiela, Hugh
Welchman, 91 Min., FSK 0.
20:00 | BIS-Zentrum

DO 3

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Off-Theatergruppe Küchen-
theater – Zurück ins Leben
Unter theaterpädagogischer An-
leitung entwickelte die Gruppe
ein Stück zum Nachdenken,
Mitfühlen und Diskutieren.
19:30 | Kulturküche

» Tutty Tran – HAI DAI MAU-Tour
Comedy.
20:00 | TiG

KONZERTE

» THEATER EXTRA
Jazz@theaterbar
Max Schulze-Hennings Quartett.
19:30 | Theater MG (Theaterbar)

SONSTIGES

» Lasercutter-Führerschein
Sie lernen den Umgang mit dem
Lasercutter Mr. Beam II. Teil-
nahme (ab 16 Jahren) kostenlos.
Anmeldung: makerspace@
moenchengladbach.de
15:00-17:30 | Pop-Up-Bib im Vitus
Center (MakerSpace)

FR 4

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» BIS Lounge-Theater – Stille
Wasser
Vergnüglicher Blick auf Freund-
schaft und moderne Partner-
suche in Mönchengladbach.
19:00 | BIS-Zentrum

» Off-Theatergruppe Küchen-
theater – Zurück ins Leben
Unter theaterpädagogischer An-
leitung entwickelte die Gruppe
ein Stück zum Nachdenken,
Mitfühlen und Diskutieren.
19:30 | Kulturküche

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

» Zwischen den Zeilen
Kabarett 5.0
Von und mit Stefan Verhasselt.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Wohnzimmerkonzert
Mönchengladbach – Zokuto
Sprechgesangsartist aus
Mönchengladbach.
19:00 | CamData GmbH |
Eickener Str. 133

» 2. Schlosskonzert 2022/2023 –
Morgenstern Trio
Catherine Klipfel (Klavier),
Stefan Hempel (Violine) und
Emanuel Wehse (Violoncello)
spielen Werke von Robert Schu-
mann, Thomas Blomencamp
und Clara Schumann.
20:00 | Schloss Rheydt

SPORT

» Fußball – Bundesliga
BMG – VfB Stuttgart
20:30 | Borussia-Park

SONSTIGES

» Tag der Offenen Brennerei
17:00-20:00 | Hartges Kornbren-
nerei | Schwalmtal | Birgen 21
www.hartges-kornbrennerei.de

» Kochkurs
Fleisch & Garmethoden
Von geräucherten Hähnchen bis
zum halbegegartem Rind.
18:00 | Kult+Genuss

SA 5

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» BIS Lounge-Theater –
Stille Wasser
Vergnüglicher Blick auf Freund-
schaft und moderne Partner-
suche in Mönchengladbach.
19:00 | BIS-Zentrum

» Der fliegende Holländer
Oper von R. Wagner.
19:30 | Theater MG

» Golden Girls – Unvergleichlich
Neue Travestie-Show.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Swing & more
Mit der Very Hot Stuff Bigband
der Musikschule. Leitung:
Zdenek Bezusek. Gesang: Karo
Fruhner.
19:30 | Musikschule

» Econore Noise Festival
Festival für experimentelle
Musik mit Konzerten diverser
internationaler Künstler sowie
Wandmalereien von Marie Ver-
meulen und Guido Nieuwendijk.
20:00 | MMIII Kunstverein e. V.

SPORT

» Fußball – RL West Männer
BMG U23 – SV Lippstadt
14:00 | Grenzlandstadion

» Handball – Oberliga Männer
TV Geistenbeck – TuS Lintorf
19:30 | Sporthalle Mülfort

PARTY

» Singe, danze un' fiere – Die
Karneval-Warm-up-Party
Live-Musik mit Brings, Bläck
Föös, Miljö, Klüngelköpp,
Rabaue, Pläsier, Hätzblatt und
Knallblech.
19:11 | Red Box

FESTE / MÄRKTE

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

SONSTIGES

» Tag der Offenen Brennerei
11:00-18:00 | Hartges Kornbren-
nerei | Schwalmtal | Birgen 21
www.hartges-kornbrennerei.de

» Die Steinzeit in Mönchen-
gladbach
Ausstellung mit Führung. Alt-,
mittel- und jungsteinzeitliche
Artefakte, Scherben jungstein-
zeitlicher Keramik, Grabungs-
fotos usw.
14:00-17:00 | Archäologisches
Museum Wasserturm Rhein-
dahlen

» Bier tasting im Bunker
Güdderath
Tasting mit Biersommelière
Gracia Sacher. Reservierung:
info@bernhardpetz.de oder
02166 912485.
18:00-20:00 | Bunker Güdderath

» Met Opera 22/23 – La Traviata
Live-Übertragung aus der
Metropolitan Opera in New York.
190 Minuten. FSK 6.
18:00 | Haus Zoar

SO 6

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Freuwillige vor
Comedy mit René Steinberg.
19:00 | TiG

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

Stimmungsvoll genießen!

Finlantis
Willkommen!

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

KONZERTE

» Pop 2022
Ensembles der Abteilung Jazz- und Populärmusik.
17:00 | Musikschule

» CANTICA VOBIS singt REQUIEM von John Rutter
Leitung: Chordirektorin BDC Stephanie Borkenfeld-Müllers; Sopran: Nele Schumacher; Begleitung: KMD Udo Witt (Orgel), Instrumentalensemble.
17:00 | Trostraum St. Josef | Keplerstr. 75

FESTE / MÄRKTE

» Mädchen Klamotte – Der Mädelsflohmarkt
11:00-16:30 | Kaiser-Friedrich-Halle
www.maedchenklamotte.de

» Hubertusmessen 2022
Zu Ehren des heiligen Hubertus. Musik: Jagdhornbläsercorps Mönchengladbach und Rheydt. Freiwillige Spendensammlung zugunsten Zornröschchen e. V.
11:00 | Kirche St. Gereon Giesenkirchen | Borrengasse 11
17:00 | Kirche St. Maria Empfangnis Venn | Mürrigerstr. 6

» Markt der Märkte
Trödelmarkt auf dem Harmonieplatz und der Hauptstraße/ Stresemannstraße. Mit verkaufsoffenem Sonntag von 13:00 bis 18:00 Uhr.
11:00-18:00 | Innenstadt Rheydt

SONSTIGES

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

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

» Tag der Offenen Brennerei
13:00-18:00 | Hartges Kornbrennerei | Schwalmtal | Birgen 21
www.hartges-kornbrennerei.de

» Bunkerführung
16:00-17:30 | Bunker Güdderath

DI 8

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Deutsch, aber lustig
Comedy mit NIZAR.
20:00 | TiG

VORTRAG / LESUNG

» Wie das Christentum entstand – Eine Geschichte mit Brüchen
Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. Referent: Prof. Dr. Klaus Wengst.
19:00-21:00 | Haus Erholung
www.wissenschaftlicherverein.de

» TEXT | STATIONEN – Christoph Peters liest aus „Dorffroman“
Lust am Lesen e. V. stellt gemeinsam mit dem Niederrheinischen Literaturhaus Krefeld einen wichtigen Gegenwartsautor vor. Moderation: Ulla Lenze.
19:30 | Stadtteilbibliothek Rheydt

SONSTIGES

» Blutspende-Termin
15:15-19:30 | Realschule am Volksgarten | Luise-Vollmar-Str. 25

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

MI 9

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Hurra, ab Montag ist wieder Wochenende!
Comedy mit Bernd Stelter.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

» Frau Jahnke hat eingeladen
Kabarett mit Gerburg Jahnke.
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

» Das Leben ist Abenteuer genug
Comedy mit John Doyle.
20:00 | TiG

VORTRAG / LESUNG

» LesARTen
Schreibkreative aller Altersgruppen präsentieren selbstverfasste Texte. Eintritt frei!
20:00 | BIS-Zentrum

DO 10

VORTRAG / LESUNG

» Mord auf der Couch
Interessant-amüsanter Benefiz-Krimiabend mit I.Coelen, K. Püttiger und V. Bleeck.
19:30 | Secondhand Möbelhalle des Volksvereins | Geistenbecker Str. 107

FR 11

KONZERTE

» Küchenkonzert
Jens Kommnick ist Musiker, Arrangeur, Komponist, Produzent sowie freier Fachautor und spielt seit 35 Jahren akustische Gitarre.
19:30 | Kulturküche

» Andrej Hermlin & The Swingin' Hermlins – Swing is in the air!
Original-Arrangements der 1930er- und 1940er-Jahre.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

» Jazz Circle Viersen e. V.
Tango Transit
Martin Wagner (Akkordeon), Hanns Höhn (Bass) und Andreas Neubauer (Schlagzeug).
20:00 | Weberhaus Viersen-Süchteln | Hochstraße 10a

SPORT

» Fußball – Bundesliga
BMG – Borussia Dortmund
20:30 | Borussia-Park

PARTY

» Electric Carnival – Harder Edition
Der Electric Carnival und Zirkusdirektor Timbo laden ein zu einer unvergesslichen Partynacht.
21:00 | Red Box

SA 12

KONZERTE

» Nightwork
Die Coverband aus Neuss mit knackigem Schlagzeug, erdigem Bass, satten Keyboards, fetter Gitarre und markantem Gesang.
19:30 | BIS-Zentrum

» IDENTITY – The Sound of ONAIR
Die Berliner A-cappella-Band mit ihrer neuen Pop-Show.
20:00 | TiG

FESTE / MÄRKTE

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

KIDS / JUGENDLICHE

» 1. Sitzkissenkonzert – Märchenkonzert Hänsel und Gretel
Für Kinder von 3 bis 6 Jahren.
9:30 + 11:00 | Theater MG

SONSTIGES

» Auktion Pfandhaus Brocker
Vorbesichtigung 10:30 Uhr, Versteigerung 12:00 Uhr.
Kaiser-Friedrich-Halle

» Bunkerführung
16:00-17:30 | Bunker Güdderath

» Weinprobe KULT+GENUSS – Die Faszination der Vielfalt
Trainieren Sie Ihre Geschmacks- und Geruchsinne bei genüsslichem Schnuppern, Schmatzen und Schlürfen!
19:00 | Kult+Genuss

SO 13

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» der herzerfresser (Premiere)
Von Ferdinand Schmalz. Anschl. öffentliche Premierenfeier.
18:00 | Theater MG

KONZERTE

» Konzert zum 40-jährigen Ortsjubiläum – Reinhold Richter & Friends
Reinhold Richter (Orgel) mit Anette Maiburg (Querflöte), Stefanie Kunschke (Sopran), Johanna Brinkmann (Violine), Albert Hametoff (Viola), Tanja Tomiska (Violine) u. a. Eintritt frei!
17:00 | Pfarrkirche St. Helena

VORTRAG / LESUNG

» Krimi-Kulturfrühstück
Mit Jan Michaelis und Anja Puhane.
11:00 | BIS-Zentrum

SPORT

» Fußball – RL West Frauen
BMG – Vorwärts Spoho 98
13:00 | Grenzlandstadion

KIDS / JUGENDLICHE

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

» Ein bisschen anders – Musiktheater für Kinder zum Mitsingen
16:00 | BIS-Zentrum

SONSTIGES

» Thy-Whisky Tasting
Mit Vorstellung des Cask-Share-Programms. Das Tasting eignet sich für alle Whisky-Interessierten und natürlich alle, die schon immer mal ein Fass besitzen wollten, aber doch erst einmal mit einem Fassanteil starten möchten.
15:00 | Kult+Genuss

MO 14

KIDS / JUGENDLICHE

» Ein bisschen anders – Musiktheater für Kinder zum Mitsingen
11:00 | BIS-Zentrum

DI 15

KONZERTE

» Kütsons Happy Hour
2. Konzert: Highlights aus Barock, Klassik und Romantik.
Dirigent: GMD Mihkel Kütson.
18:30 | Theater MG

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

VORTRAG / LESUNG

» Literatur im Lax Legere – E.T.A. Hoffmann
E.T.A. Hoffmann war Komponist, Kapellmeister, Graphiker, Musikkritiker und vor allem Schriftsteller. Marion und Markus von Hagen tragen die geheimnisvollen Erzählungen dieses vielseitigen Künstlers der Romantik vor.
19:00 | Lax Legere | Wallstr. 17

KIDS / JUGENDLICHE

» Martinszug im Borussia-Park
Aufstellung ab 17:30 Uhr am Unterrang Süd. Der Zugweg führt um das Stadion herum und trifft gegen 18:45 Uhr im Stadioninnenraum ein.
18:00 | Borussia-Park

MI 16

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Der fliegende Holländer
Oper von Richard Wagner.
19:30 | Theater MG

KONZERTE

» Joscho Stephan Trio feat. Matthias Strucken
Gypsy Swing & Latin Jazz mit Joscho Stephan (Gitarre), Matthias Strucken (Vibraphon), Sven Jungbeck (Rhythmusgitarre) und Volker Kamp (Kontrabass).
19:30 | BIS-Zentrum

» Orgelherbst – 25 Jahre RENSCH-Orgel: Elmar Lehnen Werke von Joseph Jongen, Claude Debussy und Elmar Lehnen.
20:00 | Kirche St. Laurentius | Josef-Vohn-Weg 1

VORTRAG / LESUNG

» Pioniere der Welt in Mönchengladbach – Dirk Steffens
Vortrag des erfolgreichen Natur- und Tierfilmers und Botschafters für den WWF.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

SONSTIGES

» Das neue Gesicht der Altstadt – After-Work Kultur & Kulinarik
Mit dem Stadtführer die Schönheiten der #kunsttroualestadt entdecken.
18:00 | Treffpunkt: Frenzen Restaurant | Waldhausener Str. 89

» Apéro Art – Adventskränze binden
Anmeldung 02166 92890-0 oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

» BIS-Kino – Lady Bird USA 2017, Regie: Greta Gerwig, 95 Min., FSK 0. Englische Originalversion mit deutschen Untertiteln.
20:00 | BIS-Zentrum

» Lady's Night – Einfach mal was Schönes
Deutschland 2022. Mit Karoline Herfurth, Nora Tschirner, Milena Tschirntke, Regie: Karoline Herfurth. Zutritt nur für Damen ab 16 Jahre. Einlass ab 19:00 Uhr auf dem roten Teppich mit Sekt-Empfang u.v.m.
20:15 | Comet-Cine-Center

» Royal Opera House 22/23 – The Royal Ballet: A Diamond Celebration
Live-Übertragung aus dem Royal Opera House in London. FSK 6.
20:15 | Haus Zoar

DO 17

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Ich bin raus!
Comedy mit Markus Barth.
20:00 | TiG

KONZERTE

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

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

VORTRAG / LESUNG

» TEXT | STATIONEN – Norbert Scheuer liest aus „Mutabor“
Der Kultautor stellt den neunten Roman seines Eifel-Universums um die Gemeinde Kall vor.
19:30 | Stadtteilbibliothek Rheydt

FR 18

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» BIS Lounge-Theater – Hitzeperiode
Wechseljahrs-Komödie um drei Freundinnen in den besten Jahren. Mit Sekttempfang.
19:00 | BIS-Zentrum

» Sunset Boulevard
Musical von A. L. Webber.
19:30 | Theater MG

» Quatsch Comedy Club – Die Live Show
Stand-up-Comedy mit David Grashoff, Ralf Senkel, Christin Jugsch, Robert Louis Griesbach.
Moderator: Ingmar Stadelmann.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Musik in allen Lagen –
Konzert des Streicherfachbereichs.
19:00 | Musikschule

» Orgelherbst – 25 Jahre
RENSCH-Orgel: Olivier Latry
Werke von M. Dupré, L. Vierne,
J. Alain und O. Latry.
20:00 | Kirche St. Laurentius |
Josef-Vohn-Weg 1

» 2. Zykluskonzert 2022/2023
„Junge Virtuosen“ – Zephyrus
Duo. Borja Sánchez (Saxophon)
und Ettore Strango (Klavier)
spielen Werke von F. Decruck,
P. Hindemith, P. Iturralde, H. Villa-
Lobos und M. de Falla.
20:00 | Schloss Rheydt

SPORT

» Fußball – RL West Männer
BMG U23 – FC Schalke 04 U23
14:00 | Grenzlandstadion

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

SONSTIGES

» MKV-Prinzenpaarproklamation
18:50 | Kaiser-Friedrich-Halle
www.mg-mkv.de

SA 19

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Beethoven!
Ballett von Robert North. Musik
von L. van Beethoven, J. S. Bach,
W. A. Mozart, J. Cage und A.
Parfenov.
19:30 | Theater MG

» Quatsch Comedy Club – Die
Live Show
Stand-up-Comedy mit David
Grashoff, Ralf Senkel, Christin
Jugsch, Robert Louis Griesbach.
Moderator: Ingmar Stadelmann.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Weltklassik am Klavier – Chopin,
der Zauberlehrling und die
Magie der französischen Musik!
Das Duo Attila Szekely & Artur
Pacewicz spielt Werke von
F. Chopin, C. Debussy, G. Bizet
und P. Dukas.
17:00 | KunstSignal – Alter
Bahnhof Geneicken

» Miss Madison meets Leaves in
Flame. Indie/Alternative Rock &
Hardrock.
19:30 | BIS-Zentrum

» Harry Rose & die Q-Revival-
Band – God Save The Queen
20:00 | Red Box

SPORT

» eSports Cup Mönchenglad-
bach (1. Vorrunde)
Für alle ab 13 Jahren. Tretet
gegen andere im Zweierteam
an der PlayStation 4 an und
stellt euer Fußball-Können unter
Beweis! Anmeldung an service-
bibliothek@moenchengladbach.
de oder 02161 256345.
13:00-17:00 | Stadtteilbibliothek
Rheydt

FESTE / MÄRKTE

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

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

SONSTIGES

» **Europäische Woche der
Abfallvermeidung** – Upcycling-
Bastelaktion
Weihnachts-Accessoires aus
Textilien. Teilnahme kostenfrei!
Informationen/Anmeldung unter
www.mags.de
10:00-13:00 | Pop-Up-Bib im
Vitus Center

» **Biertasting im Bunker
Güdderath**
Tasting mit Biersommelière
Gracia Sacher. Reservierung:
info@bernhardpetz.de oder
02166 912485.
18:00-20:00 | Bunker Güdderath

SO 20

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» THEATER EXTRA
Matinee zu „Manoka Express“
Neues Stück von Martin Ambara
in der Reihe „Außereuropäi-
sches Theater“.
11:15 | Theater MG

» der herzerfresser
Von Ferdinand Schmalz.
19:30 | Theater MG

KONZERTE

» Musik im Schloss
Konzert mit Schüler*innen der
Musikschule. Der Eintritt zum
Museum berechtigt zum Besuch
des Konzertes.
15:30 | Schloss Rheydt

SONSTIGES

» Blutspende-Termin
9:00-13:00 | Krahnendonkhalle |
Gathersweg 55

» Bunkerführung
16:00-17:30 | Bunker Güdderath

MO 21

NOVEMBER

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

KIDS / JUGENDLICHE

» **Europäische Woche der
Abfallvermeidung** – Inter-
aktiver Bildungsworkshop für
Jugendliche
„Klima & Klamotten“ mit Femnet
e. V. Teilnahme kostenfrei!
Informationen/Anmeldung unter
www.mags.de
16:00-18:00 | Pop-Up-Bib im
Vitus Center

DI 22

NOVEMBER

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

VORTRAG / LESUNG

» **Europäische Woche der Ab-
fallvermeidung** – Freude an der
Mode: aber besser!
Vortrag von Prof. Monika
Eigenstetter, Hochschule Nie-
derrhein. Teilnahme kostenfrei!
Informationen/Anmeldung unter
www.mags.de
18:00 | Pop-Up-Bib im Vitus
Center

SONSTIGES

» Blutspende-Termin
16:00-19:30 | Realschule
Wickrath | Kreuzhütte 24

MI 23

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Schmitzefrei!
Comedy mit Ralf Schmitz.
20:00 | KUNSTWERK – das rote
Krokodil

» Stoppok solo – Echter Klang
statt Fake Noise!
Stoppok ist Sänger, Musiker –
deutschsprachiger Singer/Song-
writer und großartiger Gitarrist.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Höherer Weihnacht
Fröhlich und festlich, rockig und
melodios.
19:30 | Red Box

VORTRAG / LESUNG

» **Nobelpreisträger in Mönchen-
gladbach – Benjamin List**
Vortrag mit dem Chemienobel-
preisträger von 2021.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

SONSTIGES

» Apéro Art – TUSCHE. Rein-
schnuppern erwünscht
Anmeldung 02166 92890-0 oder
info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

DO 23

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Schmitzefrei!
Comedy mit Ralf Schmitz.
20:00 | KUNSTWERK

» Wiederseh'n macht Freude
Neues Comedy-Programm von
Hennes Bender.
20:00 | TiG

KONZERTE

» 2. Meisterkonzert 2022/2023 –
Peter Moore und James Baillieu
Peter Moore (Posaune) und
James Baillieu (Klavier) spielen
Werke von L. van Beethoven, F.
Schubert, J. Jongen, A. Pryor, G.
Fauré, H. Duparc, G. Bizet und G.
Gershwin.
20:00 | Kaiser-Friedrich-Halle

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

FR 25

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Der fliegende Holländer
Oper von Richard Wagner.
19:30 | Theater MG

» Manoka Express
Neues Stück von Martin Ambara
in der Reihe „Außereuropäi-
sches Theater“.
20:00 | Theater MG

» Mundstuhl – Kann Spuren von
Nüssen enthalten
20:00 | TiG

PARTY

» Tonspuren
Party-Serie von und mit Dj.rocka
21:00 | Messajero

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

» Weihnachtsmarkt Schloss
Wickrath
14:00-20:00 | Schloss Wickrath

SONSTIGES

» **Europäische Woche der
Abfallvermeidung** – Swappen
statt Shoppen
Kleiderkarussell. Teilnahme
kostenfrei! Informationen/An-
meldung unter www.mags.de
15:00-18:00 | Pop-Up-Bib im
Vitus Center (MakerSpace)

» Friedensnacht XVIII
Give peace a chance – Projekt
zum Thema Frieden. Wer etwas
beitragen möchte, bitte E-Mail
an info@bis-zentrum.de
20:00 | BIS-Zentrum

SA 26

NOVEMBER

SPORT

» eSports Cup Mönchenglad-
bach (2. Vorrunde)
Für alle ab 13 Jahren. Tretet
gegen andere im Zweierteam
an der PlayStation 4 an und
stellt euer Fußball-Können unter
Beweis! Anmeldung an service-
bibliothek@moenchengladbach.
de oder 02161 256345.
10:00-14:00 | Pop-Up-Bib im
Vitus Center

» Fußball – RL West Männer
BMG U23 – 1. FC Kaan-
Marienborn
14:00 | Grenzlandstadion

» Handball – OL Männer
TV Geistenbeck – TV Lobberich
19:30 | Sporthalle Mülfort

FESTE / MÄRKTE

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

» **Christkindlmarkt zugunsten
Behinderter**
9:00-17:00 | Kapuzinerplatz

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

» Weihnachtsmarkt Schloss
Wickrath
14:00-22:00 | Schloss Wickrath

KIDS / JUGENDLICHE

» **Der satanarchäologische-
kohöllische Wunschpunsch
(Premiere)**
Schauspiel mit Musik von
Michael Ende. Ab 6 Jahren.
16:00 | Theater MG

SONSTIGES

» **Europäische Woche der Ab-
fallvermeidung** – Upcycling von
Kleidungsstücken
Upcycling von Kleidungsstücken
durch nachhaltigen Siebdruck
mit dem Mönchengladbacher
Start-up Texturelab und dem
Künstler Moek aus Neuss. Teil-
nahme kostenfrei! Informa-
tionen/Anmeldung unter www.mags.de
10:00-15:00 | Pop-Up-Bib im
Vitus Center (MakerSpace)

» Bunkerführung
16:00-17:30 | Bunker Güdderath

SO 27

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» QUEEN's Last Night
Songdrama von Frank Matthus
und Jochen Kilian.
16:00 | Theater MG

» Im Regenbogen der guten
Laune bin ich das Beige
Humorvolle Kurzgeschichten,
Erzählungen und Anekdoten von
Autor Patrick Salmen.
20:00 | TiG

KONZERTE

» Kulturfrühstück:
Tender Art – Zärtliche Kunst
Eigenkomponierte romantische
Musik von und mit Andrea Hör-
kens und Thomas Roderburg.
11:00 | BIS-Zentrum

» 2. Kammerkonzert 2022/2023 –
Holz und Blech
Mitglieder der Niederrheinischen
Sinfoniker und die Orchester-
akademistinnen spielen Werke
von J. Françaix, E. Ewazwn, A.
Meulemans, R. Muczynski, F.
Desprez und B. E. Lynn.
11:00 | Theater MG

» ART Ensemble NRW
18:00 | BIS-Zentrum

FESTE / MÄRKTE

» Modellspielzeugmarkt
Handel, An- und Verkauf von
neuen und gebrauchten Modell-
spielzeugen.
11:00-16:00 | Kaiser-Friedrich-
Halle

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
12:00-19:00 | Hindenburgstraße
& Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

» Weihnachtsmarkt Schloss
Wickrath
12:00-20:00 | Schloss Wickrath

KIDS / JUGENDLICHE

» Lesefohlen – wortreich |
Rheydt liest vor, Sonntags-
geschichten. Ab 4 Jahren. Mit
Lesepatin Mechthild Poswa-
Scholzen. Eintritt frei!
15:00 | Stadtteilbibliothek
Rheydt

SONSTIGES

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

MO 28

NOVEMBER

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße & Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

DI 29

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» der herzerfresser
Von Ferdinand Schmalz.
19:30 | Theater MG

» Auf die Tanne, fertig, los! Merry Christmas. Improvisationstheater mit „Springmaus“.
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

VORTRAG / LESUNG

» Wem genug zu wenig ist, dem ist nichts genug. Nach- und Vor-denken über die Bedürfnisse des Menschen. Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. Referent: Prof. Dr. Herbert Schaaf.
19:00-21:00 | Haus Erholung
www.wissenschaftlicherverein.de

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße & Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

SONSTIGES

» Blutspende-Termin
16:00-19:30 | Berufskolleg Platz der Republik für Technik und Medien | Platz der Republik 1
» Apéro Art – Töpfern/Glasieren für Einsteiger

Anmeldung: 02166 92890-0 oder info@schlossrheydt.de
19:00-21:00 | Schloss Rheydt

MI 30

NOVEMBER

SCHAUSPIEL / BÜHNE

» Oh weih..., oh weih..., oh Weihnachtszeit! Kabarett mit Jürgen B. Hausmann.
20:00 | KUNSTWERK – das rote Krokodil

» Manoka Express
Neues Stück von Martin Ambara in der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 | Theater MG (Studio)

» Gut, dass du fragst!
Comedy mit Osan Yaran.
20:00 | TiG

FESTE / MÄRKTE

» Weihnachtsmarkt (18.11.-30.12.)
11:00-20:00 | Hindenburgstraße & Sonnenhausplatz

» Weihnachtsdorf (18.11.-30.12.)
12:00-22:00 | Alter Markt

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH & RHEYDT



Jeden Monat gedruckt, online und als Digitalausgabe



www.hindenburger.de

Termine der **Gründungswoche Niederrhein 2022** (14.11.-20.11.)

siehe gruendungswoche.hindenburger.de und www.gruenderregion-niederrhein.de/termine

ADRESSEN

Altes Zeughaus
Weierstr. 1-6 | 41061 MG
www.altes-zeughaus.de

Archäologisches Museum
Wasserturm Rheindahlen
Mennrather Str. 80 | 41179 MG

BIS-Zentrum
Bismarckstr. 97-99 | 41061 MG
www.bis-zentrum.de

Borussia VfL 1900
Mönchengladbach e. V.
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG
www.borussia.de

Bunker Güdderath
Güdderath 29 | 41199 MG
www.bunkerfuehrungen.de

Comet-Cine-Center
Viersener Str. 8 | 41061 MG
www.comet-cine-center.de

Fohlenwelt
Hennes-Weisweiler-Allee 1
41179 MG
www.museum.borussia.de

Grenzlandstadion
Seminarstr. 20 | 41236 MG

Haus Erholung
Johann-Peter-Bölling-Platz 1
41061 MG
www.hauserholung.de

Haus Zoar
Kapuzinerplatz 12 | 41061 MG
www.hauszoar.de

Kaiser-Friedrich-Halle
Hohenzollernstr. 15 | 41061 MG
www.kaiser-friedrich-halle.de

Kult+Genuss
Wilhelm-Strauß-Str. 65
41236 MG
www.kultundgenuss.de

Kulturküche
Waldhausener Str. 64
41061 MG
www.kulturkueche.com

KunstSignal – Alter Bahnhof
Geneicken
Otto-Saffran-Str. 102 | 41238 MG
www.kunstsignal.de

KUNSTWERK – das rote Krokodil
Wickrathberger Str. 18b
41189 MG
www.kunstwerk-krokodil.de

Messajero
Sophienstr. 17 | 41065 MG
www.messajero.com

MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2 | 41061 MG
www.mgm.de

MMIII Kunstverein e.V.
Rudolf-Boetzelen-Silo
Künkelstr. 125 | 41063 MG
www.mmiii.de

Monforts Quartier
Monforts Quartier 1 (vormals Schwalmstr. 301) | 41238 MG
www.monforts-quartier.de

Museum Abteiberg
Abteistr. 27 | 41061 MG
www.museum-abteiberg.de

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG
www.musikschule-moenchengladbach.de

Pfarrkirche St. Helena
St. Helena-Platz 1 | 41179 MG
www.helenamusik-rheindahlen.de

Pop-Up-Bib im Vitus Center
Hindenburgstr. 170 | 41061 MG
www.stadtbibliothek-mg.de

Red Box
Am Nordpark 299 | 41069 MG
www.redbox-mg.de

Schloss Rheydt
Schlossstr. 508 | 41238 MG
www.schlossrheydt.de

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

Stars of the Galaxy
Berliner Platz 10 | 41061 MG
www.starsofthegalaxy.de

Stadtteilbibliothek Rheydt
Am Neumarkt 84 | 1236 MG
www.stadtbibliothek-mg.de

St. Kamillus Kolumbarium
Kamillianerstr. 40 | 41069 MG
www.st-kamillus-kolumbarium.de

TextilTechnikum
Schwalmstr. 301 | 41238 MG
www.textiltechnikum.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78
41236 MG
www.theater-kr-mg.de

TiG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 88 | 41061 MG
www.dein-tig.de

VHS Rheydt
Friedrich-Ebert-Str. 61 | 41236 MG
www.vhs-mg.de

Weberhaus Viersen-Süchteln
Hochstraße 10a | 41749 Viersen

IMPRESSUM

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

HERAUSGEBER UND CHEFREDAKTEUR:

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

KONTAKT REDAKTION:

E-Mail: redaktion@hindenburger.de

TERMIKALENDER:

Martin Huth, E-Mail: termine@hindenburger.de,
Redaktionsschluss Terminkalender: 15. des Vormonats

REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Marion Freier, Gracia Sacher, Anke Molitor

COVERFOTO: Riccardo Annandale (unsplash.com/@pavement_special)

GRAFIK: Markimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,
DRUCK: Senefelder Misset, Doetinchem (NL)

ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:

Marion Freier, Tel. 02161/68695-20, E-Mail: media@markimpuls.de

AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

werden auf Wunsch zugeschickt.

Vertrieb in ausgewählten Verteilstellen und Stadtteilen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Wegberg, Viersen, Willich und Schiefbahn

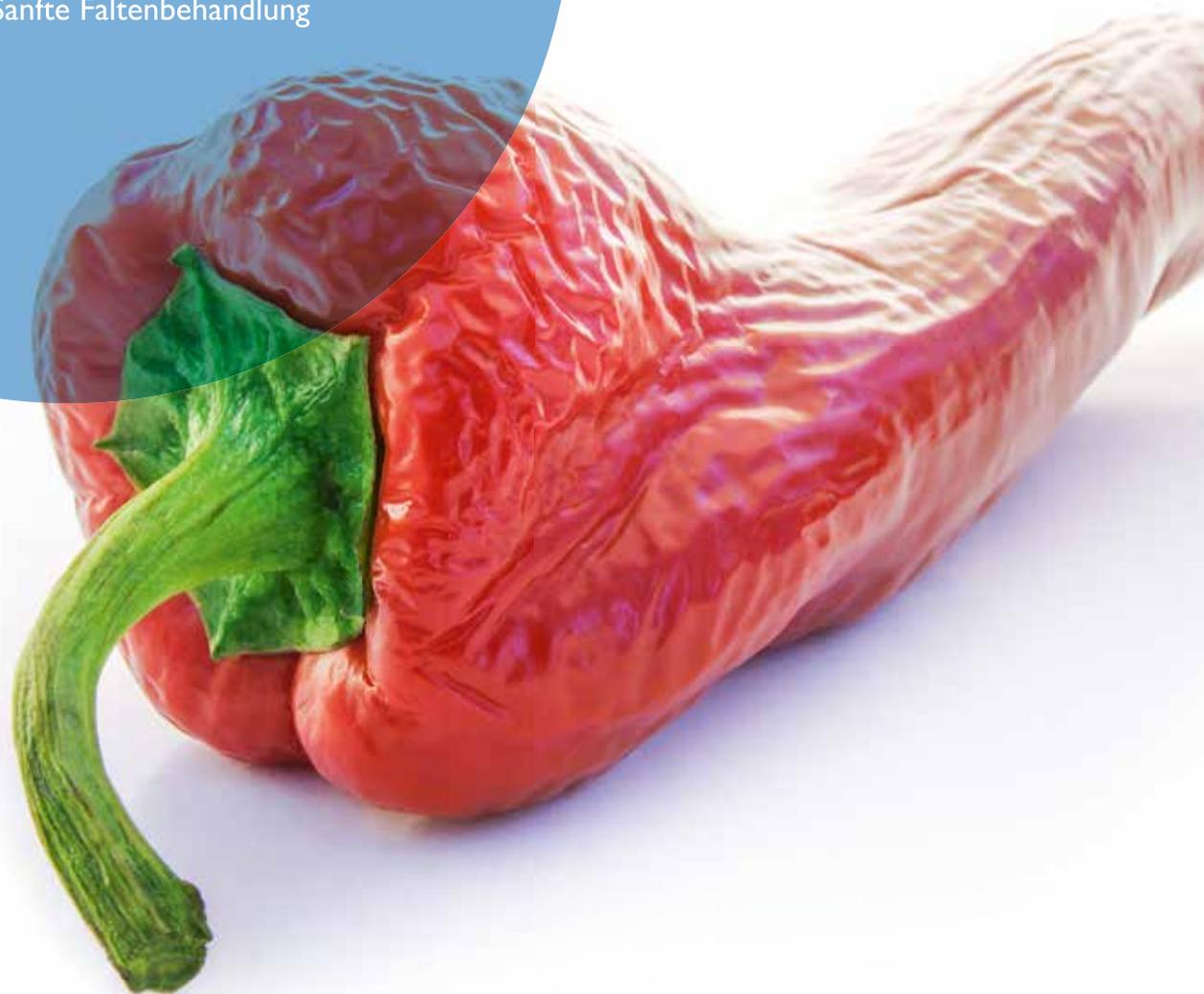
Für die Richtigkeit der Termine und Anzeigentexte kann der Verlag keine Gewähr übernehmen. Alle Berichte und Beiträge sind nach bestem Wissen und Gewissen der jeweiligen Autoren zusammengestellt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für eingesandte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



EIN PAAR FALTEN SIND OKAY.

DOCH FALTENLOS IST SCHÖNER.

Ästhetisch Plastische Gesichtschirurgie · Lidlifting
Laserbehandlung · Sanfte Faltenbehandlung



Dr. Dr. Lange & Weyel

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

www.lange-weyel.de