

HINDENBURGER

DIE BESTEN SEITEN VON MÖNCHENGLADBACH + RHEYDT

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

LIFESTYLE

ONLINE DATING GUIDE

GENUSSKULTUR

GASTRO-LESERWAHL - DAS FINALE

BORUSSIA

VOR BAYERN WIRD ES KOMPLIZIERT

KUNST + KULTUR IN MÖNCHENGLADBACH

ZIRKUS | Roncalli mit neuem Programm Storyteller // **THEATERSTORY** | Let's stop Brexit //
VORSCHAU | Barbara Schöneberger bei der Sommermusik // **LIVE** | Sting im Sparkassenpark //
AUSSTELLUNG | RehaVerein: Vernissage der „gefühlten Momente“ // groove! Musikschule 2.0

MARKETING
BERATUNG

CORPORATE
PUBLISHING

SOCIAL MEDIA
MARKETING

KREATION + ENTWICKLUNG
PRINT + WEBDESIGN

FÜR KMU, GASTRONOMIE + GESUNDHEITSWESEN
MARKETING

HINDENBURGER

MEDIZIN + CO

GASTROGUIDE MG

SHOPPINGGUIDE MG

Reichweitenstarke Werbung mitten in Ihrer Zielgruppe

Werbung in unserer lokalen Medien ist
crossmedial und reichweitenstark !
Alle Magazine gibt es gedruckt, als ePaper,
und natürlich mit eigenem Onlineportal !

Sprechen Sie uns an!
media@marktimpuls.de

... und was können wir für Sie tun?



Sind Sie glücklich verheiratet oder stecken in einer Beziehung? Herzlichen Glückwunsch, Sie können sich die Seiten 10 - 14 in dieser Ausgabe sparen, denn da geht es um das Thema Online-Dating. Obwohl - Casual Dating kommt da auch vor und das wiederum könnte einige von Ihnen dann doch interessieren.

In meinem Freundes- und Bekanntenkreis gibt es erschreckend viele Singles und so richtig glücklich erscheint mir da keine/r - auch wenn manche es sagen. Wir sind nun mal als Menschen für Beziehungen geschaffen und nicht als Eremiten in unserem eigenen sozialen Umfeld. Und das hat eine Industrie für sich entdeckt, die allein in Deutschland dieses Jahr an die 170 Millionen Euro Umsatz generieren wird. Tendenz steigend. Dass bei so viel Geld die Angebote wie die Pilze aus dem Boden sprießen, dürfte klar sein - da wollen viele ein Stück vom Kuchen abhaben. Wir haben uns ein wenig im Online-Dating-Dschungel getummelt. Das Ergebnis finden Sie zusammen mit ein paar Tipps und Tricks auf eben diesen Seiten 10- 14.

Haben Sie auch Erfahrungen im Online-Dating gemacht? Schreiben Sie sie uns doch einfach an redaktion@hindenburger.de. Welche Portale empfehlen Sie, von welchen raten Sie anderen Lesern ab? Haben Sie Ihr Glück gefunden oder sind Sie an doch eher bedenkliche Zeitgenossen geraten? Wenn es dann zum ersten, zweiten, x-ten Date kommt, stellt man sich ja oft die Frage - was tun? Vielleicht helfen unsere Kulturtipps Ihnen da weiter. Kultur geht immer, oder?

Vielleicht gehts ja zu Barbara Schöneberger, die dieses Jahr im Rahmen der Sommermusik nach Mönchengladbach kommt. Großartig, welche Persönlichkeiten Günter vom Dorp da jedes Jahr nach Mönchengladbach holt. Auch Bernhard Pauls Circus-Theater Roncalli kommt mit der neuen Show „Storyteller“ vom 14.3. bis 7.4. erneut zu uns. Schon alleine die Fotos auf Seite 21 machen Lust auf einen Besuch und Tickets können Sie natürlich auch gewinnen. Ein Konzert ist auch immer eine gute Idee - der Sparkassenpark hat da ja auch 2019 wieder so einiges im Programm, das ebenfalls viel Spaß verspricht. Thirty Seconds to Mars und natürlich STING. Für Letzteren verlosen wir übrigens auf Seite 24 2x2 Karten. Viel Glück.

Wenn Sie sich für den Golfsport interessieren, ist die Rheingolf Messe, die vom 22.-24.2. im Düsseldorfer Areal Böhler stattfindet, für Sie ja sicher dieses Jahr einer der wichtigsten Termine. Auch hier verlosen wir 3x2 Platin-Tickets inkl. Parkerlaubnis.

Zu guter Letzt möchte ich Sie noch auf die Hindenburger Gastro-Leserwahl 2018/19 hinweisen. Nachdem die Vorrunde nun mit großer Beteiligung abgeschlossen und je Kategorie 10 Betriebe in die Endauswahl gekommen sind, steht nun die Finalrunde an. Wählen Sie Ihre TOP 10 Gastrobetriebe aus den Kategorien Frühstück, Mittagstisch, Abendessen und Nachtleben. Teilnahmeschluss ist der 18.03.2019. Mehr dazu finden Sie auf Seite 28.

Nun wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen der Februar-Ausgabe des Hindenburger.

Ihr Marc Thiele
Herausgeber



EIN STÜCK HOLLYWOOD AM NIEDERRHEIN



Helden der LEINWAND

—> FILMMUSIK-KONZERT <—

THEATER KREFELD · DO., 21.02.2019
THEATER MÖNCHENGLADBACH · SA., 23.02.2019

TICKETS UND INFOS AUF: WWW.NIEDERRHEINISCHE-SINFONIKER.DE [f /NIEDERRHEINISCHESINFONIKER](https://www.facebook.com/niederrheinischesinfoniker)

HINDENBURGER | FEBRUAR 2019

DIE STADTZEITSCHRIFT FÜR MÖNCHEGLADBACH

13. JAHRGANG | AUSGABE # 125



07 | Stadtleben

Nobelpreisträger zu Gast in Mönchengladbach



28 | THEATERSTORY

Let`s stop Brexit - Keep calm and drink tea



14 | TITELTHEMA

Online-Dating



32 | Borussia

Vor Bayern wird es kompliziert



20 | Kunst + Kultur

Circus-Theater Roncalli zu Gast in Mönchengladbach



39 | Medizin + Co

Neues Jahr. Neues Ich?

STADTLIBEN

- 6 Wir suchen die Besten in Mönchengladbach
- 7 Nobelpreisträger zu Gast in MG: Beatrice Fihn, ICAN
- 8 Schulranzenmesse in der Galeria Kaufhof
- 9 Neujahrsempfang der EWMG / WFMG - Aufbruchstimmung in MG
HUK-Coburg Expertentipp:
Die Hausratversicherung

LIFESTYLE

- 10 Titelthema
Online-Dating
- 16 Bauen & Wohnen

KUNST + KULTUR

- 18 Literatur + Spiele
- 19 Film + TV
- 20 Circus - Theater Roncalli
- 22 Barbara Schöneberger zu Gast bei der Sommermusik 2019
- 23 Die groove! Musikschule 2.0
- 24 Serie: Gladbacher Platt
Sting: My Songs Tour 2019
- 25 Vernissage der gefühlten Momente
- 26 **THEATERSTORY**
Let's stop Brexit -
Keep calm and drink tea

GENUSSKULTUR

- 28 Die Hindenburger Gastro-Leserwahl - Finalrunde
- 29 GastroneWS
Lebemann - Neu im Abtshof
Gastschicht in der Bar Plastique
Spirituosen- und Genussmessen
- 30 Genuss-Shopping
- 31 Kefenbaum's Bierhorizont

SPORT

- 32 Borussia: Vor Bayern wird es kompliziert
- 34 Hockey Aktuell
Herren- und Damen-Liga
Interview mit Mats Grambuch:
Die neue Hockey Champions-League
- 35 Rheingolfmesse 2019

MEDIZIN + CO

- 38 Dr. Dr. Lange Weyel:
Implantate: Eine gute und sinnvolle Investition in Lebensqualität
- 39 Prosano-Training
Mönchengladbach
- 40 Gemeinsam sind wir stark:
Selbsthilfegruppe für Brustkrebspatientinnen am Eli
- 39 Serie: Yoga
„Neues Jahr. Neues Ich?“

TERMINE

- 40 Highlights, Ausstellungen,
Terminkalender, Adressen

SONSTIGES

- 3 Editorial: Worte vom Chef
- 50 Frikobäuerchen
Impressum

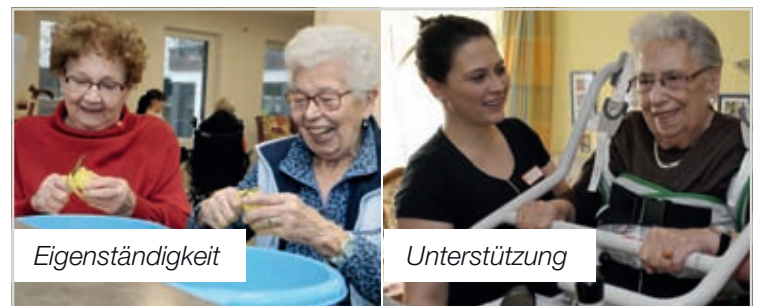


ES GIBT ARBEITGEBER, DIE BIETEN MEHR ALS TARIF.
Starke Kollegen



Die Städtischen Kliniken Mönchengladbach pflegen ein familiäres Betriebsklima. Wir achten auf ein respektvolles und solidarisches Miteinander, damit selbst anstrengende Arbeitstage in guter Erinnerung bleiben.

Jetzt informieren und bewerben: www.menschlich-machbar.de



Eigenständigkeit

Unterstützung



Gemeinschaft

Mit unseren **ambulant betreuten Wohngemeinschaften** in Mönchengladbach-Holt bieten wir älteren Menschen **ab Februar 2019** ein neues Zuhause. Die Mieterinnen und Mieter leben dort weitestgehend selbstbestimmt in einer familiären Gemeinschaft mit anderen. Unterstützend ist eine Präsenzkraft der Caritas vor Ort und Pflegeleistungen können individuell gebucht werden. Bei Interesse rufen Sie uns gerne an oder senden Sie eine E-Mail an bronheim@caritas-mg.de.

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



Herzlich gern.

caritas



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


 GEWINN
SPIEL

MITMACHEN UND GEWINNEN

WÄHLEN SIE MÖNCHEGLADBACHS BESTE PIZZERIA

Wir alle lieben Pizza aber:

Wo gibt es die beste Pizza der Stadt?

Machen Sie mit und empfehlen Sie uns auf hindenburger.de bis Sonntag, den 17. Februar 2019 Ihre Lieblingspizzeria.

Nach Abschluss der ersten Runde, stellen wir Ihnen in der März-Ausgabe des Hindenburger die Pizzerien mit den meisten Stimmen vor und Sie stimmen in der Finalrunde ab, wer von diesen die Top 3 Pizzerien in Mönchengladbach sind.

Wir verlosen je Runde 3 x 1 Gutschein im Wert von jeweils 25 € für eine Pizzeria Ihrer Wahl in Mönchengladbach.

Teilnahme und Informationen auf hindenburger.de

Foto: © 123rf.com/ jchizhe

Hörzentrum Müller

Richtig Gehört.

Sie finden uns
hinter dem
MINTO

Hörzentrum Müller

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

Telefon 02161 24 74 113

Geöffnet: Mo–Fr 8–18 Uhr + Sa 10–13 Uhr

www.hoercentrum-mueller.de



DER INITIATIVKREIS PRÄSENTIERT: „NOBELPREISTRÄGER IN MÖNCHEGLADBACH“

BEATRICE FIHN: EIN EUROPA OHNE ATOMWAFFEN



Beatrice Fihn, die Direktorin der ICAN bei ihrer Rede im Rahmen der Verleihung des Friedensnobelpreises 2017 in Stockholm (Foto: Jo Straube). Bild oben: Atomwaffentest der USA auf dem Bikini-Atoll während der Operation Crossroads am 24. Juli 1946 (Foto: US Dep. of Defense).

Die atomare Abrüstung scheint in weite Ferne zu rücken: Laut einer Studie des renommierten Stockholmer Friedensforschungsinstituts Sipri will keiner der inzwischen weltweit neun Staaten mit Atomwaffen abrüsten. Zwar sei die Zahl der Atomsprengeköpfe leicht gesunken, gleichzeitig modernisierten die Atommächte jedoch ihr Waffenarsenal.

Die Internationale Kampagne zur Abschaffung von Atomwaffen (ICAN - International Campaign to Abolish Nuclear Weapons) weist seit Jahren auf die Gefahren von Atomwaffen hin und setzt sich vehement für deren Abrüstung ein. Für dieses Engagement wurde die ICAN 2017 mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet.

ihre Vision eines atomwaffenfreien Europas. Der Titel ihres Vortrages lautet „Moving forward to a nuclear-free Europe“ (Vorwärts für ein Europa ohne Atomwaffen). Fihns Auftritt ist Teil der traditionellen Veranstaltungsreihe des Initiativkreises Mönchengladbach „Nobelpreisträger in Mönchengladbach“.

Die ICAN erhielt den Friedensnobelpreis für „ihre Arbeit, Aufmerksamkeit auf die katastrophalen humanitären Konsequenzen von Atomwaffen zu lenken und für ihre bahnbrechenden Bemühungen, ein vertragliches Verbot solcher Waffen zu erreichen“, so das Nobelpreiskomitee. Ziel des internationalen Bündnisses von Nichtregierungsorganisationen ist die Verabschiedung ei-

nes bindenden völkerrechtlichen Vertrags – eine Atomwaffenkonvention. Moderator des Abends ist Stefan Schulze-Hausmann. Der Journalist und Rechtsanwalt ist einem breiten Publikum durch seine Moderationen im ZDF- und 3sat-Programm zu den Themenbereichen Wissenschaft, Umwelt und Politik bekannt. Zudem initiierte er den Deutschen Nachhaltigkeitspreis. Der Vortrag von Beatrice Fihn in englischer Sprache wird simultan übersetzt.

Karten zur Abendveranstaltung gibt es online bei www.adticket.de.

Schirmherrin der Veranstaltung ist Martina Schäckel, Rechtsanwältin der Mönchengladbacher Kanzlei Backes und Partner und Mitglied des Initiativkreises.

Für die Direktorin der ICAN ist der Vortrag der zweite Auftritt des Tages in der Hochschule. Bereits am Vormittag spricht sie bei einer geschlossenen Veranstaltung mit Schülern und Studierenden. Über 450 junge Menschen können Fihn ihre Fragen stellen.

GROßE SCHULRANZENMESSE IN DER GALERIA KAUFHOF EIN NEUER TORNIESTER FÜR DEN SCHULANFANG



Foto: © Galeria Kaufhof

Am Samstag, den 16.03.2019 lädt die Galeria Kaufhof wieder zur großen Schulranzenmesse in die Filiale an der Hindenburgstraße ein.

Der große Tag für die angehenden i-Dötzchen naht: Endlich Schule heißt es nach den Sommerferien. Dafür benötigen die Kinder natürlich auch die richtige Ausstattung. Neben Schultüte, Heften, Federmäppchen und Co. ist dabei der neue Tornister mit das wichtigste Utensil. Aber welcher Ranzen soll es sein? Geht es nach der Optik oder nach der Funktionalität? Hier haben Kinder und Eltern die Qual der Wahl.

Für Kinder entscheidend ist natürlich das Aussehen des ersten Tornisters von Feen, Prinzessinnen und Pferden für Mädchen bis hin zu Fußball und Star Wars bei den Jungen. Bei den Eltern stehen in erster Linie Tragekomfort, Gewicht und der perfekte Sitz im Vordergrund. Hier die richtige Entscheidung zu treffen, ist gar nicht so leicht.

Aus diesem Grund veranstaltet die Galeria Kaufhof in jedem Jahr eine große Schulranzenmesse. Diese findet am 16. März von 09:30 bis 20:00 Uhr auf der Aktionsfläche im Erdgeschoss statt. Die Besucher haben hier eine große Auswahl von Modellen so bekannter Marken wie Scout, Ergobag, DerDieDas, Step by Step, Mc Neil, Herlitz und Scooli. Fachkundiges Personal bietet eine individuelle Beratung und hilft bei der Anpassung, damit der Schulranzen optimal sitzt.

Dami aber nicht genug: Die Vorfreude auf den ersten Schultag steigt bei einem Fotoshooting „Mein erster Schulranzen“. Es gibt darüber hinaus: Kinderschminken, Mal- und Spielecke für die Kleinen, Buttonmaschine und 10% Rabatt auf Ranzen fast aller Marken.

GALERIA KAUFHOF MÖNCHENGLADBACH | HINDENBURGSTR. 125-133 | 41061 MG | TEL.: 02161 . 27 80
WWW.GALERIA-KAUFHOF.DE/FILIALEN/MOENCHENGLADBACH



echt klasse

kaufhof.de

In Ihrer Galeria Kaufhof Mönchengladbach vom 7.3. bis 23.3.2019



10%

Rabatt auf Ranzen
der Anbieter Scout, DerDieDas,
Step by Step, McNeill, Herlitz,
Sammies, Scooli und School Mood

Gültig vom 7.3. bis 23.3.2019 in Ihrer Galeria Kaufhof
Mönchengladbach, Hindenburgstraße

So funktioniert's: Coupon beim Bezahlen an der
Kasse abgeben. Dieser Coupon ist nicht
mit anderen Rabattaktionen/Coupons kombinier-
bar, einmalig und nicht nachträglich einlösbar.



0470223940016

GALERIA KAUFHOF

Galeria Kaufhof GmbH | Leonhard-Tietz-Str. 1 | 50676 Köln

GALERIA KAUFHOF

MÖNCHENGLADBACH, HINDENBURGSTRASSE

Ich mags jeck!



mags

GEM

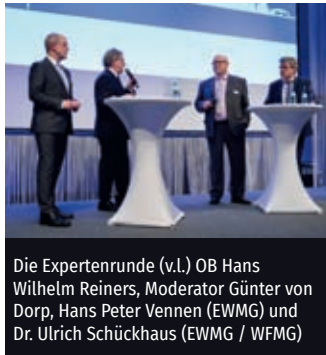
Tel. 02161 49 10 10
www.mags.de

AUFBRUCHSTIMMUNG BEIM NEUJAHREMPFANG DER EWMG/WFMG TENDENZ STEIGEND



Zahlreiche Vertreter aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft beim traditionellen Neujahrsempfang der Entwicklungsgesellschaft (EWMG) und Wirtschaftsförderung (WFMG) der Stadt Mönchengladbach im Hugo Junkers Hangar.

Über 400 Vertreter aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft folgten der Einladung von Entwicklungsgesellschaft (EWMG) und Wirtschaftsförderung (WFMG) der Stadt Mönchengladbach zum traditionellen Neujahrsempfang. Die Veranstaltung im Hugo Junkers Hangar stand ganz im Zeichen von Innovation und Aufbruch.



Die Expertenrunde (v.l.) OB Hans Wilhelm Reiners, Moderator Günter von Dorp, Hans Peter Vennen (EWMG) und Dr. Ulrich Schückhaus (EWMG / WFMG)

So wenig Arbeitslose wie lange nicht, zahlreiche Angebote und Maßnahmen für den digitalen Aufbruch in Mönchengladbach, ein neues zukunftsfähiges Rathaus, ein Flughafen mit Chancen für Unternehmer und die Stadt sowie eine rege und innovative Start-up-Szene. Über diese und viele weitere Themen konnten sich die anwesenden Gäste aus erster Hand informieren.

Die Zukunft ist digital

Ein Standortfaktor, der immer mehr an Bedeutung gewinnt, ist die digitale Infrastruktur, „eine der wichtigsten gemeinsamen Zukunftsaufgaben, um die Stadt voranzubringen“, wie Schückhaus sagte. Bei der Infrastruktur sei die Stadt einen großen Schritt vorangekommen. Schückhaus verwies auf das erfolgreiche City-WLAN-Projekt in den Innenstädten von Gladbach und Rheydt, den Ausbau der Breitbandinfrastruktur und die neue städtische Stabsstelle für die „digitale Transformation“. Ein wesentlicher Schwerpunkt ist auch das Thema Digitalisierung und seine Bedeutung für kleine und mittlere Unternehmen. Auch für die Verwaltung sind digitale Prozesse nicht nur eine Frage von Effizienz. Oberbürgermeister Reiners berichtete über die Fortschritte beim neuen Rathausprojekt in Rheydt. Bis zur endgültigen Realisierung seien noch viele Fragen zu klären, aber zwei Dinge seien bereits heute sicher: „Der Neubau ist wirtschaftlicher als notwendige Investitionen in den Bestand, und das neue Rathaus ist elementar für die Digitalisierung und damit die Zukunftsfähigkeit der Verwaltung.“ Damit könne Mönchengladbach auch im Kampf um die besten Köpfe punkten.

Um den digitalen Aufbruch in der Stadt zu unterstreichen, stellten auf dem Neujahrsempfang mit DaVea und Picnic erstmals zwei auch von der WFMG begleitete Startups ihre Geschäftsidee vor. Das britische Start-up DaVea zeigt im Web, was in puncto Inneneinrichtung möglich ist. Kunden können sich online inspirieren lassen und jedes gezeigte Produkt entweder online über die Plattform oder offline im stationären Handel erwerben. Picnic, der moderne Milchmann, war vielen Anwesenden bereits ein Begriff, obwohl sich das Unternehmen erst Mitte 2018 in Mönchengladbach angesiedelt hat. Die Geschäftsidee: Lebensmittel online bestellen und schnell, einfach, günstig und nachhaltig nach Hause geliefert bekommen. Die Rechnung geht für das Unternehmen auf: Mönchengladbach ist der am stärksten wachsende Markt weltweit. Waren es im September noch 270 Bestellungen, konnte Picnic im Dezember bereits 3.500 Bestellungen verbuchen. Das schafft Arbeitsplätze, die Zahl der Mitarbeiter hat sich von 12 im September auf 120 im Dezember erhöht – auch hier: Tendenz steigend.

DER EXPERTEN-TIPP

DIE HAUSRATVERSICHERUNG

HEUTE: EINBRUCHDIEBSTAHL UND RAUB

Ein Einbruch im Sinne der Hausratversicherung liegt vor:

wenn der Täter mechanische Hindernisse eines Gebäudes oder eines Behältnisses in einem Gebäude überwindet. Dem Diebstahl muss immer ein Einbruch, ein Aufbrechen oder Einsteigen vorausgegangen sein. Gelangt z. B. ein Dieb durch die offene Tür in die Wohnung und entwendet einen Gegenstand in der Diele, besteht kein Versicherungsschutz. „Einfacher Diebstahl“ ist also grundsätzlich nicht versichert (Ausnahme: Fahrraddiebstahl -sofern vereinbart)

Ein Raub im Sinne der Hausratversicherung liegt vor:

- bei Gewaltanwendung
- bei Androhung einer Gewalttat
- bei räuberischem Diebstahl
- bei Wegnahme von versicherten Sachen im Zustand körperlicher Beeinträchtigung infolge Unfalls oder sonstiger unverschuldeter Gründe

Die Beraubungsversicherung ist im Gegensatz zur Einbruchdiebstahl-Versicherung nicht gebäudegebunden - der Hausrat ist also in solchen Fällen sowohl in, als auch außerhalb der Wohnung versichert.

Schützen Sie die Dinge, die Ihnen lieb und teuer sind mit einer Hausratversicherung der HUK-Coburg. Hier gibt es umfangreichen Versicherungsschutz zu sehr günstigen Beiträgen. Außerdem besteht die Möglichkeit Zusatzbausteine, die weit über die Standarddeckungen hinausgehen, für einen geringen Mehrbeitrag mitzuversichern.



Kundendienstbüro Roman Feis
Versicherungskaufmann
Tel.: 02161 44488
roman.feis@HUKvm.de
Erzbergerstr. 54
41061 Mönchengladbach (Stadtmitte)
Mo. - Do. 9:00 - 17:30 Uhr
Fr. 9:00 - 13:00 Uhr





Foto: © rido/123rf.com

Online Dating

REDAKTION: MARC THIELE

Die Online-Dating-Branche boomt. Nicht erst seit kurzem, sondern schon seit vielen Jahren gehören die digitalen „Cafés der einsamen Herzen“ aber auch die „virtuellen Kontaktthöfe“ mit zur ersten Wahl bei der aktiven Partnersuche. Fast alle sind da, aber kaum einer gibt es zu, wenn man dort tatsächlich fündig geworden ist. Und fündig werden dort viele.

Zwar führt der Weg über den eigenen Freundes- und Bekanntenkreis immer noch am häufigsten zum Ziel. Laut aktuellen Statistiken lernen etwa 35% aller Singles dort einen neuen Part-

ner kennen, aber mit knapp 30% ist das Online-dating nahe dran. Mit einigem Abstand folgen der Arbeitsplatz (ca. 20%), Nachtleben, Parties, Freizeit (ca. 10%) und Sonstiges (5%).

Laut dem Statistikportal Statista haben 2018 ca. 9,6% der deutschen Bevölkerung Online-Dating-services genutzt und dabei ein Marktvolumen von rund 150 Millionen Euro generiert. 2019 sollen es schon mehr als 170 Millionen Euro werden. Marktführer sind dabei Partnervermittlungen wie Parship und Elitepartner, gefolgt von Singlebörsen wie Lovescout24 und Casual-Dating Angeboten wie C-Date oder Ashley Madison. Wen

wundert es da, dass Onlinedatingangebote wie Pilze aus dem Boden sprießen und es langsam aber sicher unübersichtlich wird. Wir haben versucht uns einen Überblick zu verschaffen und uns auf eine Reise in die wunderlichen, spannenden, lustigen und manchmal geheimnisvollen und verschwiegenden Welten des Online-Datings begeben.

Auf den folgenden Seiten geben wir Ihnen einen Überblick über die bekanntesten Angebote und ein paar Tipps und Tricks an die Hand, die Ihnen den Start in die digitale Partnersuche ein wenig erleichtern können.



Millionen Deutsche, egal ob unter 30 oder darüber, sind Singles. Die Altersklasse Ü50 ist dabei sogar die mit am stärksten wachsende Gruppe überhaupt. Warum das so ist? Keine Ahnung! Vielleicht liegt es am gesellschaftlichen Wandel, daran, dass z.B. Frauen heute emanzipierter sind und sich leichter von ihren Partnern trennen - eventuell auch umgekehrt. Bei den jüngeren Generationen ist es möglicherweise der Verlust der Kommunikationsfähigkeit ohne mobile Endgeräte. Wie soll man auch jemanden finden, wenn man im echten Leben ständig aufs Handy glotzt? Aber auch hier sind die Gründe für das Leben ohne Partner sicher vielfältig und nicht einfach mit einem Witz herzuleiten. Jeder hat seinen eigenen Grund - Angst, Enttäuschung, Verlust, Bindungsangst, mangelndes Selbstbewusstsein, seelische Narben nach langen Beziehungen - aber fast alle landen früher oder später im digitalen Singlehimmel - oder ist es doch die Hölle?

Wer sich das erste Mal mit dem Thema Online-Dating beschäftigt sieht sich mit einer wachsenden Flut von Angeboten konfrontiert. Welches ist das Richtige, wo passt man am besten hin und warum zum Teufel sind die (fast alle) so teuer? Na gut die letzte Frage erübrigt sich - die Nachfrage regelt den Preis - eine alte, kapitalistische Weisheit, die natürlich auch am Wachstumsmarkt der suchenden Herzen gilt. Aber Sie haben es schon mitbekommen, nicht alle Angebote sind kostenpflichtig.

Vorsicht Falle! Kostenlos ist nicht gleich kostenlos.

Alle Angebote am Markt - egal ob Parship, Love-scout24, Tinder oder wie sie alle heißen, werben mit einer kostenlosen Mitgliedschaft. Das stimmt auch. Die Anmeldung ist immer kostenlos, ebenso wie einige grundlegende Funktionen. Natürlich erhöht jede kostenlose Neuregistrierung die Anzahl der verfügbaren Singleprofile, was sich in den Statistiken immer gut macht aber wenn es darum geht in Aktion zu treten und mit dem digitalen Augenstern zu kommunizieren, wird es teuer. Meistens übrigens schon dann, wenn es darum geht, herauszufinden, wer einen denn da jetzt eigentlich „scharf“ findet. Kaum klicken Sie auf das Nachrichtensymbol poppt die Preistafel mit diversen Premiumoptionen und 12 Monate Laufzeit auf. (Die kürzeren aber teureren Laufzeiten werden eher meist unauffällig irgendwo auf der Seite postiert). Dank Cookies in Ihrem Browser weiss der Anbieter, dass Sie da waren und wenn Sie sich (erstmal) gegen eine Premiumofferte entscheiden, könnte es sein, dass plötzlich ganz viele Singles den Kontakt zu Ihnen suchen - zumindest wenn es nach den Nachrichten in Ihrem eMailpostfach geht. Natürlich können Sie diese nur ansehen, wenn Sie ein Premiumpaket buchen. Ein Schelm, wer böses dabei denkt.

Erstmal testen, kostet ja nix.

Das stimmt. Die meisten Angebote sind wie schon gesagt erstmal kostenlos. Man kann ein Profil anlegen, nach Singles suchen und sich so schon mal einen ersten Überblick verschaffen ob denn grundsätzlich genug Potential „im Angebot“ ist. Ok, Kommunikation ist meistens nicht möglich, aber Bilder gucken ist doch auch schön - wobei das meistens nur auf den Singleportalen und nicht in den Partnerbörsen möglich ist. Da sind die Bilder nämlich größtenteils nicht so ohne weiteres sichtbar. Man ist ja seriös und kein Marktplatz.

Ach Sie wußten gar nicht, dass es da Unterschiede gibt? Hier eine kurze Einführung...

Online-Partnervermittlungen:

Parship, Elitepartner, Partner.de - sie alle zählen zu den Partnervermittlungen und vermitteln dem Nutzer schon durch den optischen Auftritt Seriosität. Ausgefeilte, psychologisch fundierte Persönlichkeitstest bilden oft die Grundlage um ein sogenanntes Matching zu ermitteln. Je mehr Punkte, desto besser. Als Ergebnis bekommt man dann bildlich anonymisierte Partnervorschläge z.B. von Fachärztin (47) oder Marketingmanager (38) mit Angabe eines Matchingpunktwertes. Je höher desto besser. Aber hey - das Auge isst mit und hier gibts nichts zu gucken. Um zu sehen, wer da zu 104% mit Ihnen matched, müssen Sie das Premiumpaket kaufen - also quasi die Katze im Sack. Das Positive - wegen dieses Systems ist die Chance an ein Fake-Profil zu geraten relativ gering. Im Gegensatz zu...

Singlebörsen:

Hier ist die Chance an ein Fake-Profil zu geraten, also an jemanden, den es in Wirklichkeit nicht gibt, relativ hoch oder an eine Karteileiche. Ohne Anbietern wie Lovescout24, Neu.de, Lovoo und wie sie alle heißen einen Vorwurf zu machen, aber sobald die kostenlosen Features es ermöglichen sich ein Bild des vermeintlichen Gegenübers zu machen, steigt die Anzahl scharfer Eugens und heißer Lotten exponentiell. Wer beim Anblick weichgefilterter Riesenausschnittsträgerinnen oder glatt rasierter Sixpack-Bodies nicht gleich ins hormonelle Nirvana komatiert, wird aber schnell die Fakes von ech-

ten Menschen unterscheiden. Die Echten sind meistens die, die scheinbar nicht wissen, wie man gute Fotos macht oder an gravierender Selbstüberschätzung des Attraktivitätslevels leiden und dadurch das digitale Partnerangebot in ein digitales Horrorkabinett verwandeln. Ein weiteres Indiz für echte Profile sind Sonnenbrillen, Tierfotos und pseudophilosophische Lebensweisheiten sowie die schon fast standardisierte Aussage: „Kein ONS“. Um genau den geht es aber beim...

Casual Dating:

Hier ist eigentlich niemand! Naja, fast niemand - außer den Nachbarn, Kollegen und Freunden - die oft in „glücklichen“ Beziehungen stecken. Ok ein paar echte Singles sind gibt es auf C-Date, Lovepoint, Sectet und anderen Portalen ebenfalls und auch die wollen nur das Eine - Sex - und den möglichst unverbindlich. Interessanter Weise tauchen da übrigens auch viele Gesichter aus den „normalen“ Singlebörsen auf, die dort explizit darauf hinweisen nur „was Ernstes“ und weder einen ONS noch eine F+ zu suchen. Das ist fast wie bei...

Tinder:

Alle kennen Sie, keiner nutzt sie, die Dating-App der Dating-Apps. Medial so hochgespült, dass nicht mal die Singles, die sich alle 11 Minuten verlieben, vom Bekanntheitsgrad heranreichen.

Bei Tinder geht es eigentlich um den schnellen und kurzfristigen Kontakt, den Spaß am Wochenende und ja, auch Sex. Das gehört zum Konzept und wer was anderes denkt ist hier falsch. Die Liebe fürs Leben? Nein, wohl eher nicht. Die Generation bis Mitte 30 hat das verstanden. Viele, die älter sind, scheinbar nicht, denn die suchen hier tatsächlich was Ernstes. Sicher mag Tinder für den Einen oder die Andere im fortgeschrittenen Alter funktionieren, aber aus Gesprächen mit Nutzern haben wir entnommen, dass eben dieses direkte Matchen meistens nicht funktioniert. Man muss ständig online sein, schnell reagieren, kann keine Nachrichten schicken oder empfangen, wenn nicht beide gematched haben und das führt oft zu Frustration. Daher ist Tinder vielleicht für Ü40 Singles nicht unbedingt der beste Weg, einen neuen Partner kennen zu lernen.

Weiter geht es auf der nächsten Seite. →

ca. **30%**
der deutschen Singles
lernen online einen
neuen Partner kennen.

ca. **170**
MIO€
Marktvolumen wird der
Online-Dating-Markt
in Deutschland dieses
Jahr generieren.

Die **Ü50**
SINGLES
sind die am stärksten
wachsende Kundengruppe
im Online-Dating.

Online Dating



Gibt es Online-Dating auch komplett kostenlos?

Ja, es gibt Angebote, die tatsächlich durch und durch kostenlos sind. Ok, etwas Werbung, aber das sollte es dann auch sein. Ob man dort in Zeiten der DSGVO mit Ihren Nutzerdaten zur Refinanzierung arbeitet - keine Ahnung. Lesen Sie das Kleingedruckte. Aber ehrlich, selbst wenn dem so sein sollte. Ihre Daten geben Sie doch schon bei Facebook & Co. kostenlos preis. Dann sollte es in Herzessachen doch auch kein Problem sein. Im Gegenzug erhalten Sie z.B. bei Finya.de ein durchaus gutes Angebot. Viele Mitglieder, keinerlei Zusatzkosten, komplett freie Kommunikation, Bilder gucken, Sie erhalten neue Singles und Besucherinfos direkt per E-Mail frei Haus und scheinbar überraschend wenige Fake-Profile. Kostenlos scheint für diese Klientel unsexy zu sein. Gott sei Dank.

Und wo sind nun die ganzen Psychopathen, Nackbildversender und Heiratsschwindler?

Eigentlich fast überall... Egal ob kostenpflichtiges oder kostenlos, die schwarzen Schafe gibt es bei jedem Angebot. Mal mehr, mal weniger. Seien es die Fake-Profile hinter denen irgendwelche dubiosen Gruppen versuchen, Sie auf Kostenfallen- und Sexseiten zu locken, die männlichen und weiblichen Problemfälle, die Ihnen unaufgefordert Fotos von unbekleideten Körperteilen schicken oder all die anderen Spießgesellen m/w/d, die Sie an Ihren Gefühlen packen und dann böses wollen. Wenn Sie sich in die Welt des Online-Datings begeben, rechnen Sie mit dem Schlimmsten und freuen Sie sich über die vielen guten, schönen und interessanten Momente. Und wenn Sie mal ein Nacktbild bekommen, speichern sie es ab und zeigen es zusammen mit dem Profil beim nächsten Abend mit Ihren Freunden rum, lachen Sie drüber.

Weiter lesen:

Tipps, Tricks und Links (S.14) →



VORSICHT KOSTENFALLE

Die meisten Premium-Pakete verlängern sich automatisch bei Ablauf der ersten Vertragslaufzeit!

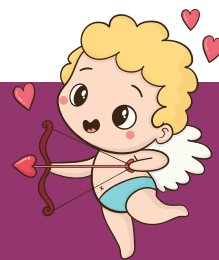
Unser Tipp:

Kündigen Sie das Paket unmittelbar nach Vertragsschluß. Die Kündigung können Sie jederzeit zurücknehmen und oft gibt es kurz vor Ablauf noch Rabattangebote der Betreiber, damit Sie doch bleiben.

	Elite Partner	Parship	lovescout24
Risiko von „Spaß“-Profilen, oder „moderierten“ Profilen	Niedrig	Niedrig	Hoch
Angebotsart	Partnervermittlung	Partnervermittlung	Singlebörse
App	Ja	Ja	Ja
Website	www.elitepartner.de	www.parship.de	www.lovescout24.de
Online-Features	Magazin, Forum	Ratgeber, Forum	Dateroulette, Events
Events	Nein	Nein	Ja
Kostenlose Features	Profil anlegen, anonymisierte Partnervorschläge sehen, Komplimente versenden und empfangen, Suchfilter verfeinern, letzte Profilbesucher sehen, Persönlichkeitstest und Matchingpunkte, Eisbrecher erhalten und versenden, Favoriten anlegen, Nachrichten lesen	Profil anlegen, anonymisierte Partnervorschläge sehen, Lächeln versenden und erhalten, Eisbrecher versenden und erhalten, Spaßfragen versenden, Fotos freigeben, Nachrichten lesen, letzte Profilbesucher sehen, Merkliste anlegen	Profil anlegen, Partnersuche, Partnervorschläge ansehen, Profile ansehen, Fotos ansehen, Als Favorit markieren, 1 Smile alle 24 Stunden senden,
Kostenpflichtige Features	Unbegrenzte Kontaktaufnahme, Fotos ansehen, Singles in der Nähe finden. Persönlichkeitsanalyse, indiv. Beratungsservice, Garantierte Anzahl Kontakte je Premium-Laufzeit	Unbegrenzte Kommunikation, Freigegebene Fotos sehen, Interessensfilter, Kontaktgarantie, regionale Umkreissuche, laufend neue Partnervorschläge,	Profilbesucher sehen, Favoriten sehen, Inkognito-Modus, Unbegrenzt kommunizieren - je Paket aber nur an eine festgelegte Anzahl Mitglieder pro Tag! Select Feature: Sie bestimmen, wer Sie kontaktieren darf
Sicherheit	TÜV zertifiziert	ID-Check, TÜV zertifiziert	Keine Angaben
Preise	Premium-Basic 6 Monate 79,90 € / Monat Premium Plus 12 Monate 58,90 € / Monat Premium Comfort 24 Monate 39,90 € / Monat	Premium Lite 6 Monate 74,90 € / Monat Premium Classic 12 Monate 59,90 € / Monat Premium Comfort 24 Monate 39,90 € / Monat	Basis 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 28,99 € / Monat Medium 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 31,99 € / Monat Unbegrenzt 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 33,99 € / Monat Unbegrenzt + Select 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 38,99 € / Monat
Sonstiges	Elite Partner und Parship werden vom gleichen Unternehmen betrieben. Auch Aufbau, Angebot und Inhalte sind annähernd gleich.		siehe Anmerkungen bei partner.de und neu.de
Subjektives Rating*	★★★★★	★★★★★	★★★☆☆

partner.de	neu.de	dating cafe	finya	lovoo	tinder
Keine Angaben möglich da mit Lovescout24 und Neu.de gekoppelt	Hoch	Niedrig	Hoch	Hoch	Hoch
Partnervermittlung	Singlebörse	Singlebörse	Singlebörse	Singlebörse	Dating-App
Nein	Ja	Nein	Nein	Ja	Ja
www.partner.de	www.neu.de	www.datingcafe.de	www.finya.de	de.lovoo.com	www.tinder.com
Keine	Dateroulette, Events	Keine	Fotovoting	Matching-Spiel	Funktioniert wie die App
Nein	Ja	Ja	Nein	Nein	Nein
Profil anlegen, Suchfilter, anonymisierte Partnervorschläge ansehen, Favoriten speichern und ansehen, besuchte Profile ansehen, Kennenlern-Nachricht schreiben, Persönlichkeitstest	Profil anlegen, umfangreiche Suchfilter, Partnervorschläge, Smiles, Favoriten anlegen, Dateroulette	Profil anlegen, persönliche Sucheinstellungen, Favoriten anlegen, Sympathieklick senden, Fotos sehen (nur freigegebene), Profile ansehen	Umfangreiches Profil anlegen, Fotos hochladen, 100 Fragen, Lieblingsmarken, Sperrliste, Suchen, Fotovoting, unbegrenzt Nachrichten lesen und schreiben, Fotos und Profile ohne Einschränkungen ansehen, Favoriten anlegen, letzte Besucher sehen	Profil anlegen, Fotos hochladen, Favoritenliste, Matching-Spiel, 1 Icebreaker pro Tag (Kontaktaufnahme), Viele Profile ansehen (einige sind nur für Premium sichtbar), Verdeckte Profile durch Crediteinsatz sichtbar, Lovoo-Livestream, Matches sehen	Profil anlegen, Suchkriterien festlegen, Profile ansehen, nur bei einem Match kommunizieren
Unbegrenzt Nachrichten lesen und schreiben, vollständige Partnervorschläge ansehen, alle freigeschalteten Fotos sehen,	Je nach gewähltem Paket: Besucher sehen, Sehen, wer Sie als Favorit gespeichert hat, Smiles sehen, Aktiv schreiben und chatten, sehen wer Sie treffen will, Profil als Top-Suchergebnis, Partnervorschläge bei Partner.de, Profil als Top-Vorschlag im Dateroulette	Nachrichten schreiben und lesen, alle Fotos sehen, Chiffrebriefe senden, keine Werbung	keine kostenpflichtigen Features	Alle Profile sehen, uneingeschränkte Kommunikation, mehr Icebreaker, alle vergebenen Likes und Favoriten wieder sehen, Profilansichten verbergen und als offline angezeigt werden, keine Werbung	Tinder Plus: Unbegrenzte Likes, Profil steuern, weltweites „swipen“, 5 Super-Likes pro Tag, Tinder Gold: zusätzlich sehen wer Dich mag uns Match bekommen
Keine Angaben	Keine Angaben	Ausweis-Verifizierung	Keine Angaben	Keine Angaben	Keine Angaben
3 Monate 49,99 € / Monat 6 Monate 29,99 € / Monat 12 Monate 19,99 € Monat 24 Monate 14,99 € Monat	Premium 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 19,99 € / Monat Premium XL (nur über Website) 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 39,99 € / Monat Premium XXL (nur über Website) 1, 3, 6 oder 12 Monate ab 59,99 € / Monat	Premium Doppio 3 Monate 29 € / Monat Premium Lungo 6 Monate 25 € / Monat Premium Grande 12 Monate 19 € / Monat	komplett kostenlos	Premium 1 Monat 7,99 € 3 Monate 19,99 € 6 Monate 29,99 € 12 Monate 45 € Credit-System Je Tag 5 Credits bei login kostenlos. Kostenlose Credits durch Nutzung von Partnerangeboten. Kaufbare Creditpakete von 2,99 € bis 29,99 €	Tinder Plus 1 Monat 17,70 € / Monat 6 Monate 11,06 € / Monat 12 Monate 7,37 € / Monat Tinder Gold 1 Monat 26,55 € / Monat 6 Monate 16,67 € / Monat 12 Monate 11,06 € / Monat
Gehört zum Lovescout24 Netzwerk. Viele Profile stimmen auf allen Netzwerkseiten überein. Bis auf die Preise sind die meisten Features auf lovescout24.de und neu.de nahezu gleich.		Achtung! Kosten für Premiumpakete werden in einem Betrag abgerechnet und die Pakete werden automatisch verlängert!!!		Ohne ein eigenes Foto hochzuladen sind so gut wie keine Interaktionen möglich	Ist primär als APP Angebot ausgelegt
★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	★★★	★★★★

Online Dating



Tipps & Tricks

Online-Dating ist Vertrauenssache

Man kann nicht jedem Fallstrick aus dem Weg gehen, aber wenn man ein paar Regeln beherzigt, sollte man gut gewappnet sein, um im neuen, digitalen Abenteuerland zu bestehen.

Vertrauen ist gut - Vorsicht ist besser!

Online ist man anonym. Sie kennen das Gegenüber im Normalfall nicht. Mehr als ein Foto und ein Profil gibt es nicht. Seien Sie also extrem vorsichtig mit allem, das Sie auf Datingportalen von sich veröffentlichen. Verringern Sie einfach jede Möglichkeit des Identitätsdiebstahls. Dazu gehört auch die Preisgabe Ihrer Social-Media-Identitäten. Auch wenn Sie meinen „es hat gefunkt“, in diesem Fall versuchen Sie Ihr Gegen-

über zu verifizieren. Am besten geht das immer bei einem Treffen im echten Leben oder per Skype / Facetime / Videochat. Wird das abgelehnt oder verzögert, seien Sie auf der Hut.

Und ein Sicherheitstipp fürs erste Date: Es mag Ihnen übertrieben vorkommen, aber Sie kennen den Menschen nicht, den Sie treffen werden, daher sagen Sie jemanden Ihres Vertrauens bescheid, wann, wo und mit wem Sie sich treffen. Gerne auch mit Kontrollanruf zu einer vereinbarten Zeit. Sicher ist sicher!

Wie ist das mit der Ehrlichkeit generell?

Wer ehrlich ist, ist relativ alleine auf weiter Flur. Das heißt jetzt natürlich nicht, dass da überall nur Betrüger unterwegs sind, aber als Single befinden

Sie sich im harten Konkurrenzkampf mit allen anderen Singles Ihrer Altersklasse. Alter, Gewicht, Größe – überall wird geflunkert und (fast) jeder flunkert - vor allem, wenn man sich der 40 oder 50 nähert. Und jeder weiss das und geht davon aus, dass Si das auch machen. Wenn Sie ehrlich und über 40 sind, rechnet Ihr Gegenüber schon mal 5 - 10 Jahre drauf und dann sind Sie raus aus dem Spiel. Also - auch wenn es im Grunde unsinnig ist - flunkern Sie wo es geht und nachher nicht allzusehr auffällt. Aus 42 wird 39, aus 53 wird 49 und 102 Kilo sind plötzlich nur noch 95. Und Männer sollten nie 1.80m sein, sondern mindestens 1.83m. Was Fotos angeht - hier wird retuschiert und gefiltert was die Fotoapp hergibt und meistens finden dann doch ältere Bilder eher den Weg ins Profil als das Neueste von letzter Woche.



Wie erkenne ich Fake-Profile

Unechte Profile - sogenannte Fake-Profile - werden aus verschiedenen Gründen angelegt. In der Absicht, einen User auf eine andere, oft komplett kostenpflichtige oder mit Malware verseuchte Seite zu locken, vom klassischen Betrüger, von echten Usern zum Test oder zum Spaß aber auch - so sagt man - von Anbietern, um größere Nutzerzahlen vorzugaukeln oder kostenpflichtige Features zu verkaufen.

Es gibt einige eindeutige Hinweise, dass man es mit einem Fake-Profil zu tun hat:

1. Nachrichten unmittelbar nach Anlegen des eigenen Profils - das ist etwas früh für erstgemeinte Kontaktaufnahmen oder? Die Chance, dass es sich dabei um eine/n echte/n Single handelt sind recht gering.

2. Ungewöhnliche Fotos - ist die Dame oder der Herr auf dem Foto einfach zu schön (oder zu nackt) um wahr zu sein, ist er / sie es meistens auch nicht und Stars treiben sich auch selten auf solchen Portalen herum.

3. Nichtssagende Nachrichten - Sie haben eine Nachricht von einem anderen, interessanten Mitglied bekommen? Gut, aber lesen Sie die Nachricht aufmerksam. Ist der Inhalt austauschbar und hat keinen wirklichen Bezug zu Ihnen, seien Sie vorsichtig!

4. Kein echter, persönlicher Kontakt - Ihr Gegenüber kann sich aus diversen Gründen nie im echten Leben mit Ihnen treffen, sagt kurzfristig ab oder ist telefonisch nicht erreichbar? Das sollte Ihnen wirklich spanisch vorkommen.

5. Und plötzlich geht es ums Geld - Ihr Gegenüber sagt, dass es doch einfacher wäre über eine andere Seite in Kontakt zu bleiben - die natürlich Geld kostet oder erzählt eine ganz rührende Geschichte an deren Ende die Frage nach Geld kommt. Suchen Sie am besten sofort den Button zum Sperren des Profils.

Ihnen kommt ein Foto komisch vor? Es gibt einen einfachen Test, die Google Fotosuche. Speichern Sie das Foto ab und laden Sie es in die Google Fotosuche hoch. Wird es noch irgendwo anders im Internet genutzt, werden Sie es dort in den meisten Fällen angezeigt bekommen. Ist der Fall dann noch nicht komplett klar, kontrollieren Sie doch einfach die Daten auf den angezeigten Seiten.



DATING IN MÖCHENGLADBACH

Natürlich gibt es auch in unserer Stadt Singles und das sind gar nicht mal wenige aber wie finden sie hier zusammen außer im Freundeskreis?

Zum einen ist da Facebook. Aktuell sind hier 4 Single-Gruppen für Möchengladbach aktiv. Jeweils zwischen 360 und knapp 1.000 Mitglieder suchen hier (vermeindlich) einen Partner (oder Selbstbestätigung). Bevorzugt man eher das echte Leben, bieten sich eigentlich nur der Zufall oder die wenigen ausdrücklichen Singleparties an, wie z.B. die Wolke 7 Party im Kastanienhof. Auch das Goldwasser hat vor kurzem die Single Night veranstaltet, hier ist uns aber nicht bekannt, ob es eine Wiederholung geben wird.



Meins ist einfach.



sparkasse-mg.de

Weil die Sparkasse hilft,
Ihre Wunschimmobilie zu
finden und zu finanzieren.

**Jetzt Finanzierung berechnen und
über Baukindergeld informieren:**
sparkasse.de/baufinanzierungsrechner

 **Stadtsparkasse
Mönchengladbach**

VERMARKTUNG FÜR BAUGEBIET AN DER THOMAS-MERKELBACH-STRASSE BEGINNT NEUER WOHNRAUM IN RHEINDAHLEN



Foto: © EWMG

Seit Mitte Januar können sich interessierte Bauherren für ein Grundstück an der Thomas-Merkelbach-Straße in Mönchengladbach-Rheindahlen bewerben.

Die Entwicklungsgesellschaft der Stadt Mönchengladbach (EWMG) vermarktet auf 16.300 m² Baufelder für insgesamt 22 Einzelhäuser. Im Rahmen der Stadtentwicklungsstrategie mg+ Wachsende Stadt entsteht hier in zwei Bauabschnitten ein neues Wohngebiet für alle Generationen.

Wer künftig in der Thomas-Merkelbach-Straße wohnt, hat beides: idyllische Landschaften und viel Grün direkt vor der Haustür und gleichzeitig eine gute Anbindung an das überregionale Autobahnnetz und die Innenstädte von Rheydt und Mönchengladbach. Ein weiteres Plus: Spiel- und Freizeitflächen sind in kürzester Entfernung vorhanden, Besorgungen für den täglichen Bedarf können ebenfalls zu Fuß erledigt werden.

„Das neue Baugebiet schafft dringend benötigten Wohnraum“, sagt Dr. Ulrich Schückhaus, Vorsitzender der EWMG-Geschäftsführung. „Die Nachfrage nach Baugrundstücken in Mönchengladbach

ist ungebrochen hoch.“ Rheindahlen ist einer von 26 Stadtteilen, die im Rahmen des ‚Masterplans Stadtbezirke‘ analysiert und entwickelt werden. „Eine stabile Gesamtstadt braucht starke Stadtteile“, betont Dr. Gregor Bonin, Stadtdirektor und Technischer Beigeordneter der Stadt Mönchengladbach. Wohnbaugebiete wie in Rheindahlen „arrondieren und stärken den Ortsteil innerhalb bestehender Strukturen“.

Eine neue Straße schließt das Wohnquartier an die bestehende Siedlung an. Die Adresse: Thomas-Merkelbach-Straße. Im ersten Bauabschnitt werden 15 Baufelder vermarktet. Die Bewerbung für ein Grundstück kann ausschließlich online abgegeben werden.

Unter www.ewmg.de finden Interessenten das entsprechende Formular sowie detaillierte Informationen zu den einzelnen Grundstücken des neuen Wohngebiets und dem Vergabeverfahren.



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

ATTRAKTIVER BUNGALOW IN GESUCHTER LAGE VON MG-WINDBERG



Foto: © Obrock

Dieser freistehende Bungalow wurde Anfang der 70er Jahre auf einem rund 605m² grossen Grundstück massiv errichtet und verfügt über ca. 150m² Wohnfläche zzgl. Wintergarten und Keller. Die großzügige Raumaufteilung findet man selten. Die Ausstattung ist dem Baujahr entsprechend gut, jedoch nicht mehr aktuell. Eine große Doppelgarage und großzügig angelegte Terrassen machen dieses Haus besonders attraktiv. **Vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin!**

Baujahr:	1974	Extras:	Doppelgaragen, Terrassen
Grundstück:	605 m ²	EnEv:	213,8 kWh, Ölzentralheizung, Bj. 1984-2013
Wohnfläche:	ca. 150 m ² zzgl. Wintergarten und Keller		
Kaufpreis: 479.000,- Euro zzgl. 3,57% Käufercourtage inkl. ges. MwSt.			

G. OBROCK IMMOBILIEN- U- FINANZIERUNGSVERMITTLUNG GMBH
VIERSENER STR. 48 | 41061 MG | TEL.: 02161 . 2 47 59 -0 | INFO@OBROCK.DE | WWW.OBROCK.DE

EXKLUSIVE VILLA IN WINDBERG



Sie möchten eigenes hochpräzentes Wohnen verbinden mit der Möglichkeit einer ebenso repräsentativen Einliegerwohnung für Ihre Gäste oder als Büroeinheit? Dann lassen Sie sich verzaubern von der durchdachten und außergewöhnlichen Grundrissgestaltung. Die Ausstattung mit FbHzg unter ägyptischem Schiefer, Kamin, Küche mit Insellösung, alle Schlafräume mit zusätzlicher Terrasse oder Balkon ect. sind nur Details eines umfangreichen Angebotes. **Sie fühlen sich angesprochen? Dann rufen Sie an oder mailen uns Ihre vollständige Postanschrift.**

Baujahr:	1986	Garage:	Großgarage und Stellplatz
Zimmer:	8-9	Extras:	Kamin, Fußbodenheizung etc.
Wohnfläche:	388 m ²	EnEv:	123,4 kWh Gas, V
Kaufpreis:			
bei Anfrage, Käufer-Maklerprovision 3,57 % vom Kaufpreis			

SIE WOLLEN VERKAUFEN?

WIR WISSEN WIE!

IN MÖNCHENGLADBACH UND DÜSSELDORF



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

info@enger-dittrich.de
www.enger-dittrich.de



ENGER & DITTRICH
IMMOBILIEN GMBH · RDM · IVD

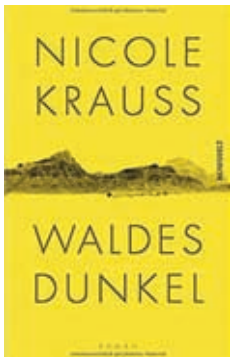
TOP-MAISONETTE IN GRENZLAND-LAGE



Wer etwas wirklich Außergewöhnliches sucht, findet hier sein neues Zuhause. Ein direkter Zugang mit Aufzug in die großzügig aufgeteilte Einheit, die sich in der Deckenhöhe der Dachform anpasst. Lehmputzwände -die für ein behagliches Wohnklima sorgen-, hochwertiger Granit- bzw. Fliesenboden, und nicht zuletzt die Panoramafenster zum Dachgarten sind bestechend. Ihr Interesse ist geweckt?

Rufen Sie an oder mailen Sie uns Ihre komplette Postanschrift.

Baujahr:	2001	Lage:	3. OG Dachgeschoss
Zimmer:	3 1/2	Extras:	Garage, Keller, Lift, EBK etc.
Wohnfläche:	130 m ²	EnEv:	V 120,5 kWh Gas, Bj. 2007
Kaufpreis:			
327.000 Euro, Käufer-Maklerprovision 4,76 % vom Kaufpreis			



**NICOLE KRAUSS
WALDES DUNKEL**

Mit ihrem neuen Roman gelingt der New Yorker Autorin Großartiges, insofern sie verschiedene Erzählstränge auf höchst spannende Weise verknüpft und ihrer Leserschaft tiefe Einblicke in jüdische Kultur, Denkweisen und Spiritualität ermöglicht. Jules Epstein, einst ein kraftvoller und erfolgreicher Mann, der zum Milliardär avanciert, begegnet dem jungen jüdischen Rabbiner, Menachem Klausner, der in ihm einen direkten Nachfahren König Davids sieht. Eine junge Autorin, die nicht zufällig Nicole Krauss heißt, verlässt ihre Familie, reist von Brooklyn nach Tel Aviv. Dort trifft sie auf einen Literaturprofessor, Eliezer Friedman, der sie mit der Aufgabe betrauen möchte, ein unvollendetes Drama Franz Kafkas fortzuschreiben.

Rowohlt Verlag
377 Seiten | 24 €
ISBN 978-3-498-03576-1

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



**UNDA HÖRNER
1919 DAS JAHR DER FRAUEN**

1919- der Krieg ist vorbei und nach der Abdankung des Kaisers ist der Weg frei für eine demokratische Staatsform. Auch die Frauen kämpfen für Freiheit und Rechte. Rosa Luxemburg bezahlt den Kampf für eine politische Neuordnung mit ihrem Leben, Käthe Kollwitz hat, obwohl verheiratet, als Künstlerin Erfolg und auch international machen z. B. Coco Chanel, Marie Curie und Sylvia Beach von sich reden. Unda Hörner begleitet von Januar bis Dezember die Protagonistinnen durch dieses aufregende Jahr und verbindet private wie öffentliche Ereignisse aus Kultur, Politik und Gesellschaft zu einem facettenreichen zeitgeschichtlichen Panorama.

ebersbach & simon
249 Seiten | 22 €
ISBN 978-3-86915-169-4

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



**OLIVER HARRIS
LONDON STALKER**

Draufgänger Nick Belsey ist wieder da! Sein dritter Fall führt ihn diesmal in Londons glamouröse Welt der Reichen und Schönen. Und des Wahnsinns! Amber Knight ist Londons It-Girl und lebt das Leben eines Pop- und Filmstars. Ihre pompöse Hochzeit steht bevor und die Einführung der eigenen Parfumkreation. Doch anscheinend sind auch Millionen verschwunden und Amber wird gestalkt. Wirklich? Belsey schmuggelt sich als Securitymann in Amber Knights Leben ein und gerät, als eine Bekannte von Amber tot aufgefunden wird, unter Mordverdacht. Während er versucht seinen eigenen Hals zu retten stößt er auf eine weitverzweigte Verschwörung. Wer steckt hinter der ominösen Bridge Foundation?

Heyne Verlag
368 Seiten | 9,99 €
ISBN 978-3-453-43927-6

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



**HERMANN MELVILLE
BARTLEBY, DER SCHREIBER. EINE GESCHICHTE
AUS DER WALL STREET**

Herman Melvilles subversive Geschichte einer Verweigerung ist eines seiner Meisterwerke und einzigartig in ihrer absurden Komik. Die Geschichte spielt in der New Yorker Geschäftswelt um die Mitte des 19. Jahrhunderts. Ein seltsamer, rätselhafter Mann wird in einer Kanzlei als Kopist eingestellt: Bartleby. Während er zunächst durch ungewöhnlich große Zurückhaltung und Schweigsamkeit auffällt, geht er mehr und mehr dazu über, die Ausführung bestimmter Tätigkeiten mit dem Satz »Ich möchte lieber nicht« abzulehnen. Schließlich verweigert er sich jeder Art von Tätigkeit. Sein Arbeitgeber erliegt immer mehr dem Einfluß Bartlebys

Suhrkamp Verlag
96 Seiten | 7,- €
ISBN 978-3-458-34734-7

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

SPIELE



ANTHEM (STANDARD EDITION)

EA/BIOWARE | USK 16 | PS4, XBOX ONE 69,99 €, PC 59,99 € | AB 22.02.2018

In einer von den Göttern unvollendet hinterlassenen Welt, bringt eine dunkle und geheimnisvolle Fraktion die Menschheit in Gefahr. Nur die „Freelancer“ stehen zwischen diesem mächtigen Feind und der uralten Technologie, die er begehrt.

Kämpfen Sie an der Seite von bis zu drei weiteren Spielern und rüsten Sie Ihren Hightech-Kampfangzug individuell auf. Erkunden Sie weitläufige Ruinen, bekämpfen Sie tödliche Gegner und gelangen Sie so in den Besitz

fremdartiger Artefakte. Mission für Mission gewinnen Sie und Ihr „Javelin-Kampfangzug“ an Stärke. Wehren Sie sich gegen die Gefahren einer sich ständig verändernden Welt und erheben Sie sich mit anderen als Einheit gegen das Böse.

Anthem entführt Sie in ein kooperatives Action-RPG, in eine neue und mysteriöse Welt von BioWare und EA. Auch als „Legion of Dawn“ Edition für PS4 und XBOX One zum Preis von 89,99 € erhältlich. (Enthält Bonusinhalte).



**JUTTA RICHTER
FRAU WOLLE UND
DER DUFT VON
SCHOKOLADE**

Kennt ihr die Murkelei? Nein? Dort wohnen die Spitzzahnrolle und der wachsamer Waisenfuchs Silberträne. Und dort erleben Merle und ihr Bruder Moritz auf ihren Streifzügen Abenteuer. Denn seit Mama Nachtschicht hat und Papa weit weg arbeitet haben die beiden

Hanser Verlag
140 Seiten | 13 €
Ab 9 Jahre
ISBN 978-3-446-26052-8

eine „Nachtfrau“: Gesine Wolkenstein. Hat sie etwas mit den phantastischen Träumen der Kinder zu tun? Frau Wolle ist eine warmherzige, märchenhafte Geschichte, die mir viel zu kurz war. Bleibt zu hoffen, dass das am Ende des Buches gegebene Versprechen „Fortsetzung folgt“ auch Wirklichkeit wird.

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



Illustration: © Lemm/123rf.com

AB
21.02.2019
IM KINO

DEIN LIEBLINGSKINO
COMET CINE CENTER
COMET PREMIER GMBH & CO. KG



MEIN BESTER & ICH



MEIN BESTER & ICH ist das hochkarätig besetzte US-Remake der französischen Erfolgskomödie ZIEMLICH BESTE FREUNDE aus dem Jahr 2011, die auf der Autobiographie des ehemaligen Pommery-Geschäftsführers Philippe Pozzo di Borgo basiert.

Der kunstsinnige, querschnittsgelähmte Milliardär Philip (Bryan Cranston) ist auf der Suche nach einem neuen Pfleger. Seine Hausdame Yvonne (Nicole Kidman) ist mehr als irritiert, als in der Bewerberriege plötzlich ein sehr unkonventioneller Kandidat auftaucht. Dell (Kevin Hart) ist vorbestraft und will sich nur eine Bescheinigung abholen, dass er auf Jobsuche ist. Aber Philip entscheidet spontan, dass Dell trotzdem eine Chance bekommt: Weil er einen ungewöhnlichen Blick auf die Welt hat und seinen potenziellen Boss – im Gegensatz zu Yvonne – nicht wie einen hochsensiblen Pflegefall behandelt. Nach anfänglichen Schwierigkeiten nähern sich die beiden grundverschiedenen Männer an. Philip blüht sichtlich auf, als Dell ihn auf abenteuerliche Trips mitnimmt. Und auch Dell lässt sich auf Philips Welt ein. Beide werden ziemlich beste Freunde.



Fotos: © Sony Pictures

Darsteller: Bryan Cranston, Nicole Kidman, Kevin Hart
Regisseur/in: Neil Burger
FSK: ab 12 Jahre



Trailer:
https://youtu.be/RxVL_Q1kX7k



Foto: © Netflix / Warner Bros.

TITANS | FSK 16 | 1. STAFFELN AUF NETFLIX

Bisher gab es auf Netflix ausschließlich Serien aus dem Marvel Universum (Punisher, Daredevil, Defenders etc.) Nun folgt mit TITANS die erste Real-TV-Serie aus dem düsteren DC Universum. Eine Gruppe junger Superhelden (Dick Grayson aka Robin, Raven, Starfire aka Koriand'r und Beast Boy) finden in dieser düsteren und doch recht brutalen Comicadaption unter seltsamen Umständen zusammen und treffen auf Ihrem Weg weitere Charaktere des DC Comic Universums, wie z.B. die Doom Patrol, Donna Troy

aka Wondergirl, Hawk und Dove. Die erste Staffel erzählt über 11 Folgen die Vor- und Hintergrundgeschichten und führt bereits einen ersten „Hauptbösewicht“ in die Story ein, bevor es mit einem Cliffhanger und vielen Erwartungen in die Wartezeit bis zur 2. Staffel geht.

Fazit: Trotz einiger Logiklücken und offener Fragen macht diese Serie viel Spaß und wird hoffentlich bald fortgesetzt.



CIRCUS - THEATER RONCALLI: DAS NEUE PROGRAMM 2019

STORYTELLER

— GESTERN - HEUTE - MORGEN —

Bereits 450.000 begeisterte Zuschauer erlebten 2018 Bernhard Paul's neuestes Meisterwerk „Storyteller - Gestern, Heute, Morgen“. Jetzt kommt das umjubelte Spektakel 2019 nach Mönchengladbach. Das Gastspiel findet vom Donnerstag, den 14. März bis zum Sonntag, den 7. April am Geroweier statt und bildet den Auftakt zur Tournee 2019, die Roncalli durch ganz Deutschland führen wird.

Bernhard Paul's Circus-Theater Roncalli ist ein poetisches Schauspiel für Jung und Alt. Bereits zu den Anfangszeiten Roncallis gelang es dem Direktor und Gründer, nicht nur preisgekrönte und lang für die Manege verloren geglaubte Stars, sondern auch außergewöhnliche Vertreter anderer Kunstformen in seinen Circus zu holen und so seinem Publikum immer wieder ganz neue Geschichten zu erzählen.

Das neue Programm „Storyteller: Gestern – Heute - Morgen“ verbindet die romantische Welt des Circus mit den Anforderungen der heutigen Zeit.

Roncalli-Gründer Bernhard Paul verspricht: „Das Programm ist voller Überraschungen und emotionaler Höhepunkte. Es ist meine Circus-Vision für die kommende Tournee“.

Circus-Theater Roncalli verzichtet bewusst auf Tiere in der Show und setzt auf eine Inszenierung, die die Vitalität des Circus und die Spielreue des Theaters ebenso nutzt, wie innovative Bühnen-, Licht- und Holographietechnik. Das neue Programm erweckt die Tierwelt auf vollkommen neue und einzigartige Art zum Leben. Roncalli's lebensgroßes Pferde-Puppet

ist ein Erlebnis voller Poesie und Hingabe, mit dem Bernhard Paul einmal mehr in eine andere Dimension der darstellenden Kunst entführt. Das Programm ist ein Balanceakt zwischen Nostalgie und Moderne und präsentiert Clowns, die das Publikum auf eine Reise zwischen gestern, heute und morgen entführen. Das einzigartige Ambiente ist ein Teil des Roncalli-Zaubers. Auch gastronomisch setzt Roncalli auf Erneuerung und erweitert sein Angebot um vegetarische und vegane Köstlichkeiten, die zukünftig im Vorzelt und im „Café des Artistes“ zum Genießen und Verweilen einladen.



**GEWINN
SPIEL**

Fotos: © Roncalli

Wir verlosen 25x2 Karten für das Gastspiel des Circus-Theater Roncalli in Mönchenglabach (Zeitraum 14.03.-7.04.2019). Teilnahme und Infos auf www.hindenburger.de



STORYTELLER
★ GESTERN ★
HEUTE ★ MORGEN

Das neue Programm **2019**

14. MÄR BIS 7. APR

**MÖNCHEN
GLADBACH**

AM GEROWEIER

Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen
sowie im Internet und unter der

**RONCALLI-HOTLINE
02161/916 999 0**

RHEINISCHE POST eventim FOCUS ELA

**JETZT Tickets SICHERN!
WWW.RONCALLI.DE**

Barbara Schöneberger

EINE FRAU GIBT AUSKUNFT - TOUR 2019



Deutschlands beliebteste Entertainerin kommt am 25. August zur SommerMusik, ins Schloss Rheydt, nach Mönchengladbach.

Barbara Schöneberger geht im kommenden Jahr wieder auf Tournee. Am Sonntag, 25. August reist sie für ein exklusives Gastspiel nach Mönchengladbach zur SommerMusik Schloss Rheydt.

Mit schöner Regelmäßigkeit wird Barbara Schöneberger seit Jahren zur beliebtesten Moderatorin Deutschlands gewählt. 2017 kam sogar noch ein weiterer Titel hinzu: Laut Umfrage ist sie auch noch das schönste TV-Gesicht der Republik.

Die solchermaßen Geehrte selbst sieht's eher locker und möchte sich gar nicht mit Superlativen schmücken, sondern einfach nur sie selbst sein. Und genau das macht sie aus. Mit ihrem ausgeprägten Sinn für Humor, ihrem einnehmenden Charme und einer Extra-Portion Selbstironie zieht sie so ziemlich jeden in ihren Bann.

Seit mehr als zehn Jahren tritt sie als Sängerin auf und hat bereits mehrere Konzerttourneen absolviert. Und jetzt singt sie wieder: Im Frühjahr 2018 erschien bei Sony Music „Eine Frau gibt Auskunft“, das insgesamt vierte Musikalbum der begnadeten Entertainerin, mit dem sie im August exklusiv mit großer Tourband zur SommerMusik Schloss Rheydt aus Berlin anreist.

Auch im Hinblick auf das Live-Programm darf der Titel wörtlich genommen werden, denn neben ihren neuen Songs und einem Auszug aus dem Repertoire der vorangegangenen drei Longplayer wird die Show einen hohen Wortanteil haben.

Karten sind auf www.voilakonzerte.de und an allen autorisierten Vorverkaufsstellen erhältlich.

**EVENT-
TIPP**

TICKETS UNTER
WWW.VOILAKONZERTE.DE

groove!

DIE MUSIKSCHULE 2.0 IN MÖNCHENGLADBACH



Fotos: © Musikschule groove!

Ein Jahr ist vergangen seit das ehemalige „groove-institute“ mit neuem Konzept und unter neuer Leitung an den Start gegangen ist. In der ehemaligen Kantine der Santander Bank auf der Malmedyer Straße sind bislang zwölf Unterrichtsräume entstanden, die von den knapp 280 Schülern und sechzehn Dozenten täglich mit Musik gefüllt werden.

Neben den gängigen Fächern ist das Unterrichtsangebot erweitert worden. In den neuen Abteilungen „Hip-hop“, „DJ“, „Performance“ und „Composing“ lernen die Schüler u.a. selber Texte zu schreiben, Beats zu produzieren und vor allem den eigenen Stil zu entwickeln. Es wird an der Bühnenpräsenz gearbeitet, damit die Eigenkomposition auch vor einem Publikum eine gute Figur macht. Die Musikschule legt in ihrem Konzept großen Wert auf einen ganzheitlichen Ansatz des Unterrichts.

Keiner lernt ein Musikinstrument oder nimmt Gesangsunterricht um nachher alleine zu Hause vor dem Spiegel zu performen. Daher soll jeder Schüler die Möglichkeit haben sich neben des Einzelunterrichts auch in der Gruppe auszuprobieren. Zum Beispiel in den zahlreichen Ensembles und Bands der Schule, die im vergangenen Jahr auf verschiedenen Bühnen in der Stadt vor Publikum standen. Beim Stadtfest oder auf dem Greta Markt.

Die Musikschule will auch dieses Jahr mit neuen Angeboten und regelmäßigen Veranstaltungen alle Musikinteressierten der Stadt von den Sofas in die Schule locken. Unter dem Motto „Chor is not dead“ ist ein regelmäßiges MitSing-Event in



Planung, sowie der einmal im Monat sonntägliche „Kaffee, Krach & Kuchen“ Musikertreff, bei dem sich Musiker die Anschluss suchen oder eine Band gründen wollen Gleichgesinnte finden. Ende Januar werden alle Termine für das erste Halbjahr veröffentlicht.

Auch die Räumlichkeiten werden weiter ausgebaut, so soll zeitnah eine alte Industriehalle auf dem Gelände für Konzerte der Musikschule genutzt werden, ein Studio wird der Schule angeschlossen und weitere Unterrichtsräume sind auch in Planung. Alle Interessierten können sich bei einer kostenlosen Probestunde selber ein Bild von der Schule machen und das Angebot testen.

Unter dem Lieblings-Motto der neuen Schulleitung und Inhaberin Rebecca Donner: „Machen ist wie wollen nur krasser“ will sie mit ihrem Team den Begriff „Musikschule“ neu definieren und das Bild einer angestaubten Lehranstalt mit einseitigem Unterrichtsangebot ausradieren. Musikschulen von heute sollten Orte sein, die das gesamte Spektrum der Musikbranche abbilden und allen Beteiligten Raum geben, sich zu entwickeln und kreativ zu sein.

MUSIKSCHULE GROOVE!

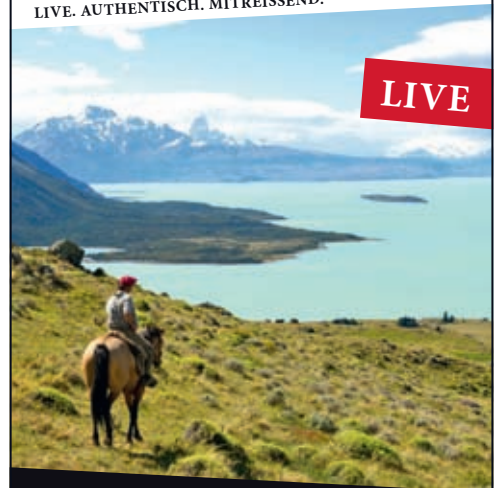
MALMEDYER STR. 30 | 41066 MG | TEL.: 02161 . 83 80 20 | HELLO@GROOVE.SCHULE.DE

WWW.GROOVE.SCHULE

GRENZGANG

DIE BESTEN
REISE-REPORTAGEN

LIVE. AUTHENTISCH. MITREISSEND.



LIVE

PATAGONIEN

Ruf der Wildnis / Gregor Sieböck

Sa, 16.02.19

HAUS ERHOLUNG, 19.00 UHR

Der Weltenerwanderer entführt die Besucher zu riesigen Gletschern, wilden Flüssen, uralten Wäldern und in die unendliche Weite der oft noch unberührten Landschaft Patagoniens. Tickets unter www.grenzgang.de

SOMMERMUSIK SCHLOSS RHEYDT

OPEN AIR MIT FLAIR

BARBARA SCHÖNEBERGER



EINE FRAU GIBT AUSKUNFT LIVE 2019

SO 25.08.2019, 20.30 UHR

VORVERKAUFSTELLEN:

MÖNCHENGLADBACH: DIE ANZEIGE, BERLINER PLATZ 11 | HALL OF TICKETS, ALTER MARKT 9 RHEYDT: DIE ANZEIGE, MARKTSTR. 5
VIERSSEN: DIE ANZEIGE, HAUPTSTR. 89 SCHIEFBahn: DIE ANZEIGE, HUBERTUSPLATZ 4 | RHEINDAHLEN: MODEHAUS, AM MÜHLENTOR 21 | WEGBERG: REISEBÜRO SCHOLZ, BEECKER STR. 62

VOILA KONZERTE.DE

© BECHSTEIN | Ovation | THINK BEE

Uut di Reeh: Wi di Alde kallde:

von Kurt Paul Gietzen

LEBENSWEISHEITEN IN MÖNCHENGLADBACHER PLATT

„Wä völl schwaadt wütt niks jewahr.“ „Wer viel redet wird nichts gewahr.“ – i.ü.S. wer nicht richtig zu hört, erfährt auch nichts.

„Wenn all Wönsch wo-ehr wü-ete, wat jü-ef dat vör ene Dureen.“ „Wenn alle Wünsche wahr würden, was gäbe das für ein Durcheinander“ – i.ü.S. zum Glück ist es nicht so.

„Wenn du wellst, dat merr desch verschteht, sach expräas, wat- de minds.“ „Wenn du willst, das man dich versteht, Sage exakt, was du meinst.“

„Wi jlöcklesch köß malleke lä-eve, wenn-e sesch öm anger Lüüt Saak so wennesch köm-mere ding, äs wi öm sinn eejene.“ „Wie glücklich könnte manch einer leben, wenn er sich um anderer Leute Sachen so wenig kümmert wie um seine eigenen.“

„Wä jät wischdijes te saare hat bruck net te schreeje.“ „Wer etwas wichtiges zu sagen hat, braucht nicht zu schreien“ – i.ü.S. gesagt ist gesagt.

„Wönsch desch nett te völl, on pass op, wat de desch wönsche dees, et köss en Erfüllung jonn.“ „Wünsch dir nicht zu viel, und pass auf, was du dir wünschst, Es könnt in Erfüllung gehen.“

„Esch bön wi esch bön. Wä mesch net mach, dä kann mesch ens jä-er hann, on dat öß mesch jemint“ „Ich bin wie ich bin. Wer mich nicht mag, der kann mich gerne haben, und das ist mir ernst gemeint.“ – i.ü.S. Der kann mich mal, auf den pfeife ich.



Illustration: Stefan Voeller



STING – „MY SONGS TOUR 2019“

STING geht mit seinen größten Hits der letzten 40 Jahre auf internationale Tour.

Zwischen Juni und September spielt der Weltstar auch in ausgewählten Städten in Deutschland, so am 25. Juni im SparkassenPark, der Open-Air Location in Mönchengladbach. Bei seiner diesjährigen dynamischen Show liegt der Fokus auf den beliebtesten Songs seiner gesamten Karriere, wie

beispielsweise „Englishman In New York“, „Fields of Gold“, „Shape Of My Heart“, „Every Breath You Take“, „Message In A Bottle“ und vielen anderen unvergesslichen Hits. Das Besondere an dieser Tour: Sting wird dabei von einem elektronischen Rock-Ensemble begleitet.

Wir verlosen 2 x 2 Karten (Stehplatz, Innenraum) für das STING-Konzert am 25.06.2019, im Sparkassenpark Mönchengladbach. Teilnahme und Infos auf www.hindenburger.de.

Foto: © TourDesign Creative

Wussten Sie, dass...

- ... Füchse keineswegs Schädlinge sind, sondern als eifrige Mäusefänger **für die Forst- und Landwirtschaft** sowie als Aasfresser für die Gesunderhaltung des Wildbestandes äußerst nützlich sind?
- ... Deutschland durch den Abwurf von Impfködern aus Flugzeugen bereits **seit 10 Jahren tollwutfrei** ist?
- ... fuchsjagdfreie Gebiete in ganz Europa zeigen, dass Fuchsbestände sich selbst regulieren und **die Jagd auf Füchse sinnlos** ist?
- ... in Deutschland trotzdem jedes Jahr etwa **eine halbe Million Füchse von Jägern getötet** werden, viele von ihnen bereits als Welpen am elterlichen Bau?
- ... und dass bei der Fuchsjagd oft **besonders grausame Jagdarten** wie die Fallen- oder die Baujagd zum Einsatz kommen?

Weitere Informationen zu Füchsen, Fuchsjagd und Wildtierschutz finden Sie unter...



www.aktionsbuenndnis-fuchs.de - www.wildtierschutz-deutschland.de



Foto: Rana Schleichardt

Helfen Sie uns, die ebenso grausame wie sinnlose Jagd auf Füchse zu stoppen!



Foto: Johanna Kurz

VERNISSAGE DER „GEFÜHLTEN MOMENTE“

EIN INKLUSIVES FOTOPROJEKT DES REHAVEREINS

Am 06. Februar 2019 um 18:00 Uhr ist es soweit: Auf der Bismarckstr. 13-15 in Mönchengladbach wird die Ausstellung der Fotos von 30 Menschen mit und ohne Behinderung eröffnet. Die ausdrucksstarken Bilder zeigen emotionale Momente von Menschen - manche haben eine psychische Erkrankung und andere nicht.

Können Sie anhand der gefühlsbeladenden Bilder erkennen, wer erkrankt bzw. gesund ist? Ganz bestimmt nicht und das ist auch die zentrale Botschaft dieser Ausstellung: Gefühle, egal welcher Couleur, sind normal und gehören existentiell zum Menschsein dazu. Was wären wir ohne unsere Gefühle, wie Glück, Trauer, Zufriedenheit oder Wut, die unsere Persönlichkeit und Seele ausmachen?

Schon Leo Tolstoi sagte: „Die ganze Mannigfaltigkeit, der ganze Reiz und die ganze Schönheit des Lebens setzen sich aus Licht und Schatten zusammen“. Alle Fotomodelle haben viel Mut bewiesen, sich mit ihren Licht- und Schattenmomenten auseinanderzusetzen und ihr Gefühl in einem emotionalen Moment auszudrücken.

Vor allem Menschen mit einer seelischen Behinderung haben häufig einen getrübbten oder reduzierten Blick auf ihre Gefühle und wenig Zugang zu ihren Stärken. Oft ziehen sie einen Vergleich mit nichtbehinderten Menschen und schneiden dabei ihres Erachtens schlecht ab. Durch das gemeinsame Projekt in der Gruppe konnten sie eigene Fähigkeiten wiederentdecken und einen anderen Zugang zu ihrer Behinderung entwickeln.

Sie sind herzlich eingeladen!

Nach der Eröffnung wird die Ausstellung an folgenden Tagen geöffnet sein:

Fr., 08.02.2019, von 15 - 18 Uhr
Sa., 09.02.2019, von 12 - 17 Uhr
Fr., 15.02.2019, von 15 - 18 Uhr
Sa., 16.02.2019, von 12 - 17 Uhr
Fr., 22.02.2019, von 15 - 18 Uhr
Sa., 23.02.2019, von 12 - 17 Uhr

Mit der Ausstellung will der RehaVerein die Öffentlichkeit für das Thema psychische Behinderung sensibilisieren, Vorurteile abbauen und Besucher berühren. Sie soll Möglichkeit und Raum für Gespräche über Erlebtes und Gefühltes geben.

Die zündende Idee für dieses Projekt hatte Frau Denise Brenneis, die seit einem Jahr als Genesungsbegleiterin beim Verein für die Rehabilitation psychisch Kranker e.V. (RehaVerein) beschäftigt ist. Genesungsbegleiter sind Experten mit eigener Psychiatrieerfahrung und können Menschen mit einer seelischen Behinderung aus einer anderen Perspektive unterstützen.

Der RehaVerein ist den Zielen der Gemeindepsychiatrie verpflichtet und hat seit seiner Gründung im Jahr 1973 ein umfassendes Angebot in der ambulanten und komplementären Betreuung psychisch kranker Menschen in Mönchengladbach aufgebaut.



VEREIN ZUR REHABILITATION PSYCHISCH KRANKER E.V.

THÜRINGER STR. 12 | 41063 MG | TEL.: 02161 . 69 77 70 | WWW.REHAVEREIN-MG.DE



Ausstellung *gefühlte* MOMENTE

Bismarckstraße 13-15, 41065 Mönchengladbach

Termine:

Freitag: 08.02.2019 von 15:00 - 18:00 Uhr Samstag: 16.02.2019 von 12:00 - 17:00 Uhr
Samstag: 09.02.2019 von 12:00 - 17:00 Uhr Freitag: 22.02.2019 von 15:00 - 18:00 Uhr
Freitag: 15.02.2019 von 15:00 - 18:00 Uhr Samstag: 23.02.2019 von 12:00 - 17:00 Uhr

Weitere Informationen zur Ausstellung erhalten Sie auf unserer Internetseite: www.rehaverein-mg.de



Besuchen Sie uns auf Facebook und XING! RehaVerein kennenlernen. Neugierigen erfahren.

sponsored by:



www.rehaverein-mg.de

fahrrad werkstatt 360°

DAS KÖNNEN WIR FÜR SIE TUN

- Verkauf von Gebrauchtfahrrädern
- Verkauf von Ersatzteilen
- Reparaturen aller Art
- Fahrradrecycling

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 bis Donnerstag 9:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr
Freitag 9:00 - 13:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Ein Service vom RehaVerein

Sophienstraße 31 • 41065 Mönchengladbach
Telefon 02161 83924-14 • Telefax 02161 83924-19

www.fahrradwerkstatt360grad.de



AUF DER GROSSEN BÜHNE IM THEATER MÖNCHENGLADBACH

LET'S STOP BREXIT! – KEEP CALM AND DRINK TEA

Heiter-satirische Musikrevue in deutscher Sprache von Ulrich Proschka mit Musik von Gilbert & Sullivan

TEXT: SUSANNE JORDANS | FOTO: VANESSA PATTRI | ILLUSTRATION: PETER SCHMITZ

Auf Monty Python's Spamalot folgt im Theater an der Odenkirchener Straße der zweite Very British Coup. Und er ist unglaublich aktuell.

Darum geht es – auf der Bühne, wohlbemerkt, denn der Theaterstoff ist nicht weit von dem entfernt, was tatsächlich im britischen Unterhaus geschieht: Der Austritt Großbritanniens aus der EU ist beschlossene Sache und soll im März 2019 vollzogen werden. Aber das Ringen um Formalien und die konkreten Umsetzungen halten an und zögern den tatsächlichen cut noch hinaus. Doch wie ließe sich der Brexit eventu-

ell noch verhindern? Auch absurde Ideen sind hier erlaubt. Hilft möglicherweise die raffinierte Intrige eines anderen Staates? Oder kommt der Widerstand gar aus den eigenen Reihen? Das sind zumindest mögliche Szenarien, die Regisseur Ulrich Proschka für eine Satire auf die aktuellen politischen Auseinandersetzungen entwickelt. Die vier Sänger sind starbesetzt: Debra Hays, Gabriela Kuhn, Markus Heinrich und Matthias Wippich glänzen auf der Bühne.

„Das Faszinierende und auch Erschreckende ist, dass auf der politischen Bühne in London ge-

rade vieles von dem wirklich passiert, was von der Story unseres Stückes als reine Fiktion behauptet wird. Wir proben eine Szene auf der Opernbühne und registrieren kopfschüttelnd, dass jenseits des Kanals das gleiche absurde Szenario real stattfindet, quasi in Echtzeit“, sagt Ulrich Proschka. Rückblick: Beginn der szenischen Proben war am 10. Dezember im vergangenen Jahr, dem Tag der Abstimmung der Briten über Theresa Mays Austrittsdokument. Am selben Tag verkündete Premierministerin May, die Abstimmung auf Januar zu verschieben. Ihr Vorschlag zum Austrittsabkom-



ULRICH PROSCHKA

... studierte Theaterwissenschaft, Neuere deutsche Literatur und Italianistik an der Universität Bayreuth (M.A.). Nach Ausflügen in die Schauspielerei, Kulturkritik und Dramaturgie wurde er als Regieassistent und Hauspielleiter ans Staatstheater Nürnberg engagiert. Dort arbeitete er u.a. mit RegisseurInnen wie Harry Kupfer, Claus Guth, Percy Adlon, Laura Scozzi, Peter Konwitschny und Johann Kresnik. Freie Regieassistenzen führten ihn u.a. zu den Bayreuther Festspielen und ans New National Theatre Tokyo. Seit 2012 arbeitet er als freier Regisseur und Autor.

men wurde dann am Abend des 15. Januar 2019 vom britischen Unterhaus abgelehnt. Auch an diesem Abend fand eine Theaterprobe statt, und zwar eben die Szene, in der May an ihr Parlament appelliert, den Austritt aus der EU abzusegnen. Die Musikrevue auf der Bühne als Reflex auf zeitgenössische Geschichte – das ist dramatisch.

Und komisch zugleich. Hier kommt die Musik ins Spiel, die Werke des unnachahmlichen, in ihrem satirischen Anspruch perfekt britischen Duos Gilbert & Sullivan. Zusammen mit

seinem Librettisten William Gilbert begründete der Komponist Arthur Sullivan Ende des 19. Jahrhunderts eine eigenständige englische Operntendenz, in der bis heute die Marke Gilbert & Sullivan als das Synonym für komische englische Oper steht. In ihren Werken parodieren die beiden auf intelligente Weise britische „Eigenarten“ – eine Fülle an Steilvorlagen auch für die aktuelle Brexit-Diskussion. Ulrich Proschka hat die Musikstücke ausgewählt und passgenau in den Plot eingebaut, Tempo und Pfiff sind da, wo Dramatik herrscht, ruhig und sanft geht es zu, wenn Liebe ins Spiel kommt.

„Die größte Herausforderung war es, die ursprünglichen Texte von Gilbert durch neu geschriebene aktuelle, deutschsprachige Versionen zu ersetzen – knifflig, wenn man Reimschema und Metrik des Originals beibehalten möchte, und herausfordernd, wenn man dem typisch britischen Humor der englischen Texte mit all ihrer Sozialkritik und zeitgeschichtlichen Bezügen etwas ebenso Unterhaltsames und Aktuelles gegenüberstellen möchte“, sagt der Regisseur. Eine Aufgabe, die ihm Spaß bereitet hat – man merkt es den Texten an.

Musikalische Leitung: Yorgos Zavras
Inszenierung: Ulrich Proschka
Bühne und Kostüme: Christine Knoll
Dramaturgie: Andreas Wendholz

Das Ensemble:

Theresa May, britische Premierministerin / Ms Cripps, Bedienung im Pub „The Hot Plot“:

Debra Hays

Mabel Stanley, Assistentin von Theresa May:

Gabriela Kuhn

Henry Crowfield, MP,

Abgeordneter des Unterhauses:

Markus Heinrich

Matthew Plainbrooke, MP,

Abgeordneter des Unterhauses:

Matthias Wippich

TERMINE

Premiere (ausverkauft) am Sa. 09.02.2019 um 19:30 Uhr, Do. 21.02.2019 um 19:30 Uhr, Do. 28.02.2019 um 19:30 Uhr, Sa. 16.03.2019 um 19:30 Uhr. Weitere Vorstellungen im Theater Krefeld in der Spielzeit 2019/2020.

TICKETS

für die Spielzeit 2018/19 sind erhältlich auf www.theater-kr-mg.de und an der Theaterkasse unter 02166 6151 100. Wer sich für ein Abo interessiert, kann sich ebenfalls an der Theaterkasse beraten lassen.


**GEWINN
SPIEL**

SIE HABEN DIE GASTRO [LESER] WAHL DAS FINALE

Runde 1 - Die Vorauswahl ist beendet

In unseren Ausgaben Dezember 2018 und Januar 2019 haben wir Sie aufgerufen, Ihre Lieblings-Gastro-Locations in Mönchengladbach zu wählen. In der ersten von zwei Runden konnten Sie Ihre persönlichen Favoriten zur Wahl vorschlagen. Bis zum Teilnahmeschluss am 18. Januar erreichten uns zahlreiche Vorschläge - auch einige, die wir bisher noch gar nicht kannten.

Vor allem in der Kategorie Abendessen kamen sehr viele Vorschläge, so dass die Plätze 11 - 15 es wirklich nur sehr knapp nicht in die zur Wahl stehende Top 10 geschafft haben.

In den Kategorien Clubs und Bars hingegen war die Anzahl der vorgeschlagenen Betriebe durchaus überschaubar, was ggf. auch am durchaus überschaubaren Angebot in unserer Stadt liegen könnte. Da hier in keiner der beiden Kategorien eine Top 10 zustande gekommen ist, haben wir beide Kategorien für die finale Runde nun in eine Kategorie „Nachtleben“ zusammengeführt.

Runde 2 - Die finale Wahl der beliebtesten Gastrobetriebe Mönchengladbachs

Die nachfolgend unten aufgeführten Top 10 der jeweiligen Kategorie sind alphabetisch sortiert und geben keinen Aufschluss über ein Rangfolge.

Welcher der nachfolgend aufgeführten Gastronomiebetriebe je Kategorie ist Ihr persönlicher Favorit? In welchem der Top 10 Betriebe frühstücken, essen, trinken oder feiern Sie am liebsten? Gehen Sie auf hindenburger.de und geben Sie Ihre Stimme ab.

Unter allen Teilnehmern der Finalrunde verlosen wir:

je einen Gastro-Gutschein im Wert von 150.- €, 100.- € und 50.- € (1.-3. Preis).

Die Teilnahmebedingungen und Datenschutzerklärung finden Sie auf hindenburger.de. Gehen Sie hierzu einfach auf „Gewinnspiele“ oder klicken Sie auf eines der Aktionsbanner und

nehmen Sie an der Abstimmung unter „Gastro-Leserwahl 2018“ teil.

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

Teilnahmeschluss ist Montag, der 18.03.2019. Das Ergebnis der Hindenburger Gastro-Leserwahl 2018/19 wird in der Ausgabe April 2019 veröffentlicht.

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

Direkt zur Gastro-Wahl 2018



Scannen Sie den QR-Code mit Ihrem Mobilgerät oder gehen Sie direkt auf www.hindenburger.de, um an der Gastro-Wahl 2018 teilzunehmen.

Die TOP 10 jeder Kategorie (ohne Wertung, alphabetisch sortiert)

Kategorie Frühstück:

- Café Kontor (Adenauerplatz)
- Café Mondlicht
- Canapé
- Das Café
- Heinemann (Bismarckstraße)
- Hoffmanns im Sonnenhaus
- Mokka
- Mone's Café Herzlich
- Purino Schloss Rheydt
- van Dooren

Kategorie Mittagstisch:

- Café Mondlicht
- Goody Foody
- Kette & Schuss
- Kult+Genus
- Kulturküche
- La Cottoneria
- Mokka
- St. Vith
- Trattoria Stefano
- van Dooren

Kategorie Abendessen:

- Gero
- Hans José
- Lehmanns
- Mikes Bistro
- Palace St. George
- Restaurant Elia
- Restaurant Zeitlos
- Rosenmeer
- Trattoria Stefano
- Weinhof Voosen

Kategorie Nachtleben

- Abacab
- Bar Plastique
- Die Nacht
- Foormat
- Frau Manfred
- Goldwasser
- Graefen Clubbing
- Markt 26
- Mezcalito
- Projekt 42

ENTDECKEN. ERLEBEN. BEGEGNEN.

Studienreisen bringen Reisende ganz nah an Menschen und Kulturen. In harmonischen Gruppen und begleitet von Deutsch sprechenden Reiseleitern erfahren die Teilnehmer mehr als nur oberflächliches Wissen und können in den Alltag der Menschen vor Ort eintauchen. Solche oft einzigartigen Momente sind Erinnerungen fürs Leben.

Und wer mal genug von der Gruppe hat, findet auch Zeit für sich, Privatsphäre und eigene Erkundungen. Durch den Mix aus Geselligkeit, neuen Erfahrungen und besonderen Augenblicken entsteht ein intensives Reiseerlebnis.

Die Studienreiseexperten vom FIRST Reisebüro Mönchengladbach kennen die Programme der Studienreiseveranstalter und finden für jeden Kunden die richtige Erlebnisreise.

Unnachahmbar sind die eigenen Gruppenreisen, die neben dem Reiseleiter von einem FIRST Mitarbeiter begleitet werden; hier gilt das Motto - alles AUSSERGEWÖHNLICH.

FIRST REISEBÜRO MÖNCHENGLADBACH GMBH

BISMARCKSTR. 23-27 | 41061 MG | TEL.: 02161 . 27 41 63
AM MÜHLENTOR 11 | 41179 MG-RHEINDALEN | TEL.: 02161 . 5 86 40
ALTER MARKT 9 | 41061 MG | TEL.: 02161 . 93 09 20

WWW.FIRST-MG.DE

NEUERÖFFNUNG - LEBEMANN IM ABTSHOF

Seit Mitte Januar hat der Abtshof auf der Krefelder Straße 726 wieder eine neue Gastronomie. Die Brasserie „Lebemann“. Die Fotos auf der Facebookseite (facebook.com/lebemann.brasserie) sind vielversprechend und deuten auf eine Küche hin, die einen Anspruch an Qualität (und Optik) hat. Das Lebemann wird auch einer der Gastgeber der ersten „Komischen Nacht“ am 02.04.2018 sein. Die Winteröffnungszeiten sind Dienstag bis Donnerstag von 17-21.30 Uhr (Küche), Bar bis 23 Uhr, Freitag und Samstag 17-22.30 Uhr (Küche), Bar bis 1 Uhr und Sonn- und Feiertags von 17-21 Uhr Küche, Bar bis 22 Uhr. Montags ist Ruhetag. Reservierungen werden unter Tel.: 02161 . 94 63 06 3 entgegen genommen.

LEBEMANN - BRASSERIE IM ABTSHOF

KREFELDERSTR. 726 | 41066 MG | TEL.: 02161 . 94 63 06 3

WWW.FACEBOOK.COM/LEBEMANN.BRASSERIE



Gebeco
LÄNDER ERLEBEN

Erlebnisse mit Gleichgesinnten
Besonders intensive Begegnungen mit den Menschen vor Ort ermöglichen unsere **Kleingruppenreisen**. **max. 16 Teilnehmer**
In harmonischer Gruppe kommen wir unseren Gastgebern noch näher. Zum Beispiel auf der Erlebnisreise:

Apulien – so fantastisch anders
8-Tage-Erlebnisreise

- Hotels mit EU-Ecolabel zertifiziert
- Trullo-Workshop in Alberobello
- Mittagessen auf einem Öko-Bauernhof

Reisetermin von Februar bis November 2019
8-Tage-Erlebnisreise im DZ p. P. ab **€ 1.195**

Beratung und Buchung
FIRST REISEBÜRO
Mönchengladbach GmbH · Bismarckstr. 23 - 27
41061 Mönchengladbach · Tel +49 (0) 2161 274 -163

Gebeco GmbH & Co. KG, Holzkoppelweg 19, 24118 Kiel

GASTSCHICHT IN DER BAR PLASTIQUE

Mit der neuen Veranstaltungsreihe „Gastschicht“ geht es in Mönchengladbachs Bar Plastique nach dem Start im Dezember auch in diesem Jahr weiter. In der Gastschicht sind renommierte Barkeeper, Produzenten und Markenbotschafter aus dem Gastro- und Spirituosenbereich für einen Abend zu Gast in Mönchengladbachs Szenebar und präsentieren ihre Produkte, ihr Know-How und ihr Können. Am 8. Februar ist David Rippen- Barbetreiber und Markenbotschafter des bekanntesten deutschen Gins – Monkey 47 – zu Gast hinter der längsten Theke der Stadt. Dort führt er von 21 - 22 Uhr durch ein spannendes Gin Tasting (5 Drinks mit Foodpairing), basierend auf einer Karte, die er extra für diesen Abend zusammengestellt hat. Der Eintritt ist kostenlos.

BAR PLASTIQUE

WALDHAUSENER STR. 25 | 41061 MG (ALTSTADT)

WWW.FACEBOOK.COM/BARPLASTIQUE

SPIRITUOSEN- UND GENUSS-MESSEN 2019

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

Finest Spirits München	08.-10.02.2019	MVG Museum, München	finest-spirits-muenchen.de
Pro Wein	17.-19.03.2019	Messe Düsseldorf	prowein.de
Cologne Spirits	22.-23.03.2019	Media Park, Köln	cologne-spirits.de
Genuss Festival Mönchengladbach	19.-21.07.2019	Hindenburgstraße, Mönchengladbach	genussfestival-moenchengladbach.de



KRAFTLING - INGWERSHOTS

Anstatt mit Hitze werden die Kraftling Ingwershots kaltgepresst und mit Hochdruck (HPP) haltbar gemacht. So bleiben Vitamine, Mineralien und Enzyme erhalten. 50 Gramm frischer Ingwer, ohne Zusätze stecken in jeder Flasche, die es aktuell in den Geschmacksrichtungen Orange-Cucuma (mit frisch gepresstem Orangensaft und Cucuma-Wurzel), Karotte (mit frischer Karotte) und Rote Bee-

te (mit frischer Roter Beete) gibt. Kraftlinge können entweder pur getrunken oder z.B. mit Wasser warm als Tee, sprudelnd als Schorle gemischt werden. Erhältlich sind die Ingwershots im Kraftling Onlineshop als 9er, 15er und 30er Pack oder im Abo.

Preis: 29,90 € (9er), 47 € (15er), 86 € (30er) je Flasche 60ml, Preis inkl. MwSt., zzgl. Versand

Gesehen bei: <https://kraftlinge.com>

**3ZETAS
READY TO DRINK COCKTAILS**

Drei verschiedene Cocktails sind derzeit in der 3ZETAS Produktlinie aus der Zusammenarbeit des spanischen Santamania Destillerie und dem Wermutproduzenten ZARRO hervorgegangen. Orange Shake, Dry Madrid und Negroni. Die „ready to drink“ Cocktails sind ideal für die Hausbar, können aber auch in der Gastronomie eingesetzt werden. Einfach in ein gekühltes Glas mit Eis füllen und garnieren.

Preis:
22,90 € / Flasche 0,7l (31,27 € / l)
inkl. MwSt. zzgl. Versand

Gesehen bei:
www.ginneslust.com



GENUSS KULTUR

Shopping

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

Redaktion: Marc Thiele, Fotos: Anbieter

Die GenussKultur wird präsentiert von



YUZU SAKE



Schnell verwechselt man die YUZU Frucht mit einer gewöhnlichen Zitrone. Die japanische Frucht sieht aus wie eine schrumpelige verbeulte Zitrone. In den letzten Jahren hat diese Citrusfrucht, aufgrund ihrer außergewöhnlich intensiven Geschmackskombination aus Sauer, Süß und einer leichte Bitternote, Furore in der gehobenen Küche gemacht.

Nicht nur in der Küche nein auch in einer Flasche hat dieses Früchtchen es uns angetan. In der Vermählung mit Sake haben die Japaner eine geniale Geschmacksexplosion in diese kleine Flasche gezaubert. Diese Kombination aus herben und süßen Elementen ist wahrlich einzigartig. Eisgekühlt ein köstlicher Aperitif und auch zum Mixen von Cocktails bestens geeignet. Das Getränk enthält 10,5 Vol.% Alkohol.

Preis:
24,90 € / Fl. 500ml (48080€ / l)

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

LIEBLINGSMARMELADE

Köstliche Konfitüre der Extraklasse: rote Beeren treffen auf prickelnden Sekt... sehr anregend. Eine passende Kleinigkeit für alle herzlichen Anlässe: Valentinstag, Muttertag, Hochzeit oder einfach nur so ...

4,95 € / Glas (210g, 2,36 € / 100g)

Gesehen bei:
feine Kost Runkehl, Quadstr. 4, 41189 Mönchengladbach, www.feinekost.de



Bierhorizont



Foto: © Kefenbaum

VALENTINSBIER

So ein Quatsch. Es gibt tatsächlich noch Kerle, die behaupten, dass Biertrinken eine reine Männerangelegenheit sei. Dabei holen die Frauen beim regelmäßigen Verzehr auf.

Einer Studie zur Folge trinken 12% der Frauen vier mal pro Woche Bier. Bei den Männern sind es 40%. OK, hier führen die Männer deutlich, nur Druckbetankung und wer die schönste 8 in den Schnee urinieren kann, soll nicht unser Maßstab sein.

Bei den Frauen steht der Genuß im Vordergrund, sprich Geschmack, Bouquet, Textur - eben: ein sinnliches Erlebnis. Jungs, und da müßt ihr ansetzen. Überrascht, sogar verführt eure Angebetete mit einem fruchtigen Pale Ale im Weinglas, einem spritzigen belgisch Kriek im Sektglas oder einem schokoladigen Porter im Cognacschwenker. Alles Biersorten mit einer außerordentlichen Aromenvielfalt, die mit dem in unseren Breiten am meisten getrunkenen Pils nichts zu tun haben.

Die für diesen Bierstil typische Hopfenbittere schreckt die meisten Frauen eher ab. Bei meinem Herzblatt kann ich mit starken und süffigen belgischen Blondes und Dubbles, aber auch mit dunklen und hellen Bockbieren punkten. Versucht euer Glück und viel Freude beim sinnlichen Verführen!

... zum Wohle!

Ihr Karsten Kefenbaum



- Exklusiv in unserem Markt in Rheydt auf der Wickrather Straße -

BIER-VERKOSTUNG

Craft-Biere

Donnerstag,
04. April 2019
ab 20.15 Uhr
Beginn 20.30 Uhr

29 € pro Person
Vorkasse 24 € pro Person

Eintrittskarten ab sofort im Markt erhältlich.
Teilnehmerzahl begrenzt!

Verkosten Sie mit uns mindestens 8 ausländische Craftbiere in einer stimmungsvollen Runde! Ein Biersommelier wird durch den Abend führen.

Kefenbaum

Bierhorizont **trinkgut**
KEFENBAUM

Getränkemarkt Kefenbaum e.K. · Wickrather Str. 129 · 41236 Mönchengladbach



Über 30 verschiedene GINs im Ausschank

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



Besser iss das!

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

Wilhelm-Strauß-Straße 65
Mönchengladbach-Rheydt

VOR BAYERN WIRD ES KOMPLIZIERT

Es spricht viel dafür, dass Borussia am Saisonende in den Europapokal einzieht

REDAKTION: INGO RÜTTEN | FOTO: BORUSSIA



BORUSSIA



Oscar Wendt hat schon lange nicht (mehr) das Format, in einer Spitzenmannschaft als Stammspieler gelten zu können.

Ehe an Karneval der Rekordmeister in den Borussia-Park kommt, hat der VfL in der Fußball-Bundesliga noch einige komplizierte Aufgaben zu lösen. Nach dem gelungenen Rückrundenstart in Leverkusen dürfen die Borussenfans aber zurecht hoffen, dass die Partie am 2. März gegen den FC Bayern München ein echtes Spitzenspiel zwischen den beiden Rivalen wird, deren Wege sich nach den aus Borussensicht glorreichen 1970er Jahren bald trennten. Vor den Bayern warten Berlin, Frankfurt und Wolfsburg als Gegner auf die Mannschaft von Trainer Dieter Hecking; und damit mehr oder weniger die direkten Konkurrenten des VfL auf einen Rang im internationalen Fußballgeschäft.

Langsam aber sicher kommt die Meisterschaftssaison in eine Phase, in der es für Borussia klar werden wird, ob der Traum von der Champions League wieder wahr werden kann. Dass Borussia in der kommenden Saison im Europapokal spielt, scheint angesichts der Tabellen-

situation nicht mehr die brennendste Frage, offen aber ist, in welchem Wettbewerb Hecking mit seiner Elf starten wird. Natürlich, längst ist noch gar nichts sicher, aber der Saisonverlauf, die stabilen Leistungen der Borussen und nur wenige Clubs, die besser punkten als der VfL, sind Indizien dafür, dass sich die VfL-Fans selbstbewusst auf Spiele unter der Woche nach der Sommerpause freuen dürfen.

Februar kann ein bisschen Klarheit bringen

Der Februar kann ein bisschen Klarheit bringen, denn nach der Partie auf Schalke zu Beginn des Monats geht es gegen die Kontrahenten um die begehrten Plätze. Bayer Leverkusen hat Borussia direkt zum Start in die Rückrunde auf Distanz gehalten, auch wenn der 1:0-Sieg glücklich war, war das ein konkretes Statement. Das Gute ist, Borussia muss die besagten drei Begegnungen nicht alle gewinnen, kann befreiter aufspielen als die Gegner – weil sie eben

von allen betroffenen Teams die beste Ausgangsposition hat. Und ungeachtet des Spiels gegen Augsburg (Redaktionsschluss dieser Ausgabe lag vor dem Anpfiff) dürfte der Borussia-Park auch in der Rückrunde eine schwierig einzunehmende Festung bleiben – nur gegen die Frankfurter muss der VfL gegen das Verfolgertrio auswärts antreten.

Hecking hat sicher Recht, wenn er sagt, dass seine Mannschaft in jedem Spiel gegen jeden Gegner alles geben müsse, um am Ende als Sieger oder zumindest nicht als Verlierer das Spielfeld zu verlassen. Anders herum, Borussia kann auch jeden Gegner schlagen. Der Spielerkader offenbart derzeit eigentlich nur eine Schwäche, wenn man so will aber in doppelter Hinsicht: die beiden Außenverteidigerpositionen. Oscar Wendt hat lange schon nicht (mehr) das Format, in einer Spitzenmannschaft als Stammspieler gelten zu können. Auch in Leverkusen war er nicht in der Lage,

der VfL-Hintermannschaft Sicherheit zu geben, geschweige denn nach vorne für Entlastung zu sorgen. Auf der buchstäblich anderen Seite stahl dem Schweden nur noch Michael Lang die Show. Der Schweizer Rechtsverteidiger war einige Male nicht einmal in der Lage, einen Einruf zum eigenen Mann beziehungsweise in dessen Nähe zu bringen.

Hecking könnte noch schneller reagieren

Wendt ist über seinen Zenit hinaus, Lang scheint zumindest derzeit zu nervös und unsicher, um diesen zu erreichen. Sportdirektor Max Eberl wird sich das genau ansehen, Hecking könnte noch schneller reagieren, zumindest für die rechte Seite hält der Spielerkader Alternativen parat. Und links hat in der Winterpause Andreas Poulsen mal ein Lebenszeichen abgegeben. Der Däne war im Sommer für 4,5 Millionen Euro an den Niederrhein gewechselt, eine stattliche Summe für jemanden, der bislang nicht ansatzweise in die Nähe eines Bundesligaeinsatzes gekommen ist. Und dass trotz Oscar Wendt, mögen manche rufen! Aber dem stehen auch wiederum etliche „zu-Null-Spiele“ gegenüber; wenngleich dafür neben der stabilen Innenverteidigung und dem engagierten wie disziplinierten Auftreten der gesamten Mannschaft vor allem einer verantwortlich ist: Yann Sommer spielt erneut eine tadellose Saison, er fischt regelmäßig Unhaltbare aus dem Winkel und strahlt eine Sicherheit aus, die sich auf die Vordermänner überträgt. Seltene Patzer weisen den Schweizer Torhüter nur als Mensch aus, spielentscheidend sind sie beinahe nie, ein Vielfaches davon hat Sommer bereits mit seinen Paraden auf der Habenseite Borussias gesammelt.

Es spricht wahrlich viel dafür, dass die Fohlen am Saisonende auf einem Europapokal-Rang landen, der Rückrundenauftakt hat seinerseits noch einmal etwas zum guten Gefühl beigetragen. Die mageren 19 Punkte, die Borussia in der Rückrunde letztes Jahr geholt hat, haben zwar für ein mulmiges Gefühl in diesem Winter gesorgt. Doch sie stehen als Ausreisser den besseren Rückserien gegenüber, die in den vergangenen fünf Jahren zu Buche stehen. In der Saison 2014/15 übrigens holte Borussia 39 Punkte! Damals mit Wendt auf links und Julian Korb oder Tony Jantschke auf rechts – denken wir doch lieber daran, beschreien nichts und erfreuen uns weiter an einer tollen Saison.

SAISON 2018/2019
RÜCKRUNDE

Sa.	02.02.2019	18.30 Uhr	FC Schalke 04 / BORUSSIA	BL
Sa.	09.02.2019	15.30 Uhr	BORUSSIA / Herta BSC Berlin	BL
So.	17.02.2019	15.30 Uhr	Eintracht Frankfurt / BORUSSIA	BL
Sa.	23.02.2019	15.30 Uhr	BORUSSIA / VfL Wolfsburg	BL
Sa.	02.03.2019	18.30 Uhr	BORUSSIA / FC Bayern München	BL
Sa.	09.03.2019	18.30 Uhr	FSV Mainz 05/ BORUSSIA	BL



**UNSER
LEISTUNGSSPEKTRUM:**

- IMPLANTOLOGIE
 - ENDODONTOLOGIE
 - HOCHWERTIGER ZAHNERSATZ
 - ÄSTHETISCHE ZAHNHEILKUNDE
 - PARODONTITISBEHANDLUNG
 - PROPHYLAXE
 - BLEACHING
 - KINDERZAHNHEILKUNDE
 - ZAHNÄRZTLICHE SCHLAFMEDIZIN
- FÜR EIN STRAHLENDES LÄCHELN**



**KOMPETENZ MIT PERSÖNLICHER BETREUUNG.
FÜR SCHÖNE UND GESUNDE ZÄHNE!**

UNSERE NEUEN ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo. - Do.: 08:00 Uhr - 19:00 Uhr
Fr.: 08:00 Uhr - 16:00 Uhr ...und nach Absprache

Krahnen donk 7 • 02161 - 66 63 60
41066 Mönchengladbach • www.zahnarzt-dr Bongartz.de

HOCKEY



AKTUELL



Fotos: © GHTC

2. BUNDESLIGA TABELLE (STAND 22.01.2019)

GRUPPE WEST

Platz	Mannschaft	Spiele	Tore	Punkte
1.	SW Köln	8	55:33	18
2.	GHTC / Gladbacher HTC	8	60:36	16
3.	Kahlenberger THC	8	43:37	14
4.	Bonner THC	8	46:45	13
5.	Oberhausener THC	8	43:58	5
6.	THC Bergisch-Gladbach	8	29:67	1

GHTC FIRST XI-TEAM HERREN / 2. BUNDESLIGA

Es wird spannend. Aufstieg in die 1. Liga oder weiterhin 2. Bundesliga in der Halle. Zwei Spiele, zwei Siege und der Aufstieg wäre perfekt. Aber das ist einfacher geschrieben, als in die Tat umgesetzt. Denn es geht für alle drei Teams um das Ziel Aufstieg. Am 2.2. steigt das Spitzenspiel, Erster gegen Zweiter, in Mönchengladbach beim GHTC. Um 19 Uhr stehen

sich der GHTC und das Team aus Schwarz-Weiss Köln gegenüber. Und die Gladbacher haben noch eine Rechnung aus dem Hinspiel offen. Da gab es eine 2:6-Niederlage, nach einem eigentlich ausgeglichenen Spiel. Sollte man hier den Spieß umdrehen können, wartet am letzten Spieltag der Erstligaabsteiger aus Kahlenberg – und das in Duisburg. Nach

zwei verlorenen Spielen am Anfang marschiert Kahlenberg durch die Liga. Es bleibt absolut spannend, und die Hoffnung, im Jubiläumsjahr (100 Jahre GHTC) endlich wieder in der 1. Liga zu spielen, bleibt bestehen. Gladbach braucht mehr 1. Liga, also kommt am 2.2. in den GHTC (An den Holter Sportstätten 11), um 19 Uhr ist Anpfiff.

GHTC DAMEN /
1. REGIONALLIGA

Die Damenmannschaft des Gladbacher HTC steht kurz vor dem großen Ziel, den Klassenerhalt zu schaffen. Im wichtigen Rückspiel gegen Schwarz-Weiss Köln gab es einen 6:2-Erfolg. Ein wichtiger Faktor bei diesem Spiel war die überzeugende Torhüterin Anna Schrammen. Nun fehlt nur noch ein Punkt bzw. Essen und Köln dürfen in den letzten drei Spielen nicht mehr punkten. Es wäre ein großer Erfolg in der Hallensaison und man könnte sich dann vorab auf die Feldrückrunde konzentrieren, hier steht der Fokus auf Aufstieg. Die GHTC-Damen wollen zurück in die Regionalliga und das sieht bisher nach 7 Spielen und 7 Siegen sehr gut aus.

INTERVIEW

MIT MATS GRAMBUCH:
DIE NEUE HOCKEY CHAMPIONS LEAGUE

Mats, ihr seid gerade mit der deutschen Hockeynationalmannschaft in Valencia/Spainien, um euch auf die neue FIH PRO LEAGUE vorzubereiten. Dies ist ein neues Format des Welthockeyverbandes, alle Topnationen spielen im Laufe des Jahres in Blöcken gegeneinander. Bist du aufgeregt?

MG: Auf jeden Fall, sportlich wie auch reisetechisch. Wir sind fast den ganzen Februar unterwegs. Wir starten mit dem Spiel in Australien, dann geht es nach Neuseeland und von dort aus rüber nach Argentinien. Es wird hoffentlich eine interessante Reise, wir hoffen, dass wir auch etwas von diesen tollen Ländern sehen dürfen und können. Sportlich ist es natürlich auch klasse, gegen alle Topnationen zu spielen. Allerdings war gerade erst die Weltmeisterschaft in Indien

und dort hat man sich ja auch gesehen bzw. auch gegeneinander gespielt.

Die Pro League macht auch Station in Deutschland. Vorher spielt ihr noch in den Niederlanden und in Spanien, aber im April seid ihr in Mönchengladbach, also ein Heimspiel für dich und deinen Bruder Tom. Etwas Besonderes?

MG: Ja klar, auf jeden Fall, MG ist meine Stadt, hier bin ich geboren. Ich freue mich sehr darauf. Wir spielen hier gegen Pakistan (24. April), die Niederlande (26. April) und England (28. April). Ich freue mich auf den SparkassenHOCKEYPARK. Und das ganze Team würde sich sehr über eine tolle Unterstützung seitens der Zuschauer, Fans und Mönchengladbacher freuen.



RHEINGOLF MESSE DÜSSELDORF 2019 - 21 JAHRE DEUTSCHE GOLFMESSE

**GEWINN
SPIEL**



Fotos: © Rheingolf Messe

Vom 22. - 24. Februar präsentieren ca. 200 Aussteller ihre Angebote, Produkte und Ausrüstungsneuheiten der Saison und machen die Rheingolf Messe auf dem Düsseldorfer Areal Böhler zum Magneten für jeden Golfer in der Region und weit darüber hinaus.

Tipps und Tricks für besseres Golfspiel werden auf dem Campus, so heißt die Rheingolf-Aktionsbühne, vermittelt. 18 Praxis-Sessions pro Tag werden dort von einigen der besten Golf-

lehrern Deutschlands angeboten, unter anderem vom erfolgreichsten deutschen Golf-Mannschaftscoach, Frank Adamowicz. Neu ist der Putting-Campus. Der 4-fache Gewinner auf der European Tour, Marcel Siem, präsentiert diesen gemeinsam mit der Firma Huxley-Golf, die ein fast naturgetreues Kunstrasen-Grün auf der Messe zeigt. Charity-Partner der diesjährigen Rheingolf-Messe sind die GoFus, die goldfenden Fussballer, die für ihr PlatzDa! Projekt sammeln.



Die Messebesucher treten gegen prominente GoFus-Mitglieder im Foot-Golf an. Den Gewinnern winken Preise der prominenten Fussballer.

RHEINGOLF Besucher-Aktionen

Freitag, 22.02.: Afternoon-Special – ab 14 Uhr nur € 8,- Eintritt, ab 17:00 Uhr freier Eintritt

Samstag, 23.02.: ab 14 Uhr „Ladies Tee-Time“ 2 Damen besuchen gemeinsam die Rheingolf Messe, nur 1 Dame zahlt € 15,-. Die ersten 200 Damen erhalten ein Beauty-Geschenk-Set, u.a. von Oliver Schmidt Hairdesign.

Für alle Besucher: Samstag, 23.02. und Sonntag, 24.02., ab 15:30 Uhr nur 8,- € Eintritt.

Wir verlosen 3 x 2 Platin-Eintrittskarten (inkl. jew. 1 Parkgenehmigung) für die RHEINGOLF Messe vom 22.-24.02.2019, im Areal Böhler, Düsseldorf. Teilnahme und Infos auf www.hindenburger.de

RHEINGOLF MESSE 2019 | 22. - 24.02.2019 | AREAL BÖHLER | HANSAALLEE 321 | 40549 DÜSSELDORF | TÄGL. 10 - 18 UHR | TAGESTICKETS 15,- € | WWW.RHEINGOLF.NET

ACTIC Fitness

im Vitusbad

Lass dich
überraschen:
Valentines
Special vom
14.-16.02.19

Erstmal kennenlernen?

3 Monate trainieren ohne Risiko*

Tag der offenen Tür am 16. Februar im Actic Fitness Mönchengladbach

*Angebot gültig vom 14.02. bis zum 16.02.2019 in Verbindung mit einer 12- oder 24-Monatsmitgliedschaft. Weitere Informationen erhältst du im Studio und auf www.acticfitness.de.

Actic Fitness im Vitusbad • (02161) 992 12 95 • moenchengladbach@acticfitness.de • www.acticfitness.de



Foto: © Praxis Dr. Dr. Lange Weyel

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

IMPLANTATE - EINE GUTE UND SINNVOLLE INVESTITION IN LEBENSQUALITÄT

Von Beginn an wurde der Einsatz von Zahnimplantaten in vielen wissenschaftlichen Studien untersucht, auch hinsichtlich Langlebigkeit und Sicherheit. Eine Veröffentlichung zu Implantaten und Medizinprodukten wie Knieprothesen oder Brustimplantaten in der Süddeutschen Zeitung hat jedoch auch zu einer Verunsicherung bei der Thematik Zahnimplantate geführt. Wir sprachen mit den beiden zertifizierten Implantologen Dr. Dr. Lange & Weyel der Praxis für Mund - Kiefer - Gesichtschirurgie, Plastische - Ästhetische Operationen im Menge Haus.

REDAKTION: Wie sicher sind Zahnimplantate?

DR. DR. RALF-THOMAS LANGE: In Deutschland werden mittlerweile mehr als 100 verschiedene Implantatsysteme angeboten. Im Menge Haus arbeiten wir generell nur mit Implantatsystemen, die wissenschaftlich dokumentiert und deren Langzeiterfolg in klinischen Studien nachgewiesen wurde. Gemeinsam mit unseren überweisenden Kollegen empfehlen wir unseren Patienten im Falle einer geplanten Implantatbehandlung ausschließlich Qualitätsimplantate, für die eine qualitativ hochwertige klinische Dokumentation vorliegt

JÖRG WEYEL: Unterschiedliche Implantatsysteme wurden von Forschungsinstituten in Zusammenarbeit mit führenden Kliniken und Universitäten weltweit untersucht. Es liegen seit Jahren schon Langzeitstudien vor, in denen Patienten mit Implantaten nachuntersucht wurden, die diese schon bis zu 15 Jahre tragen. Die Ergebnisse vieler klinischer

Studien zeigen Erfolgsraten nach zehn Jahren zwischen 93 und 98 Prozent. Konkret heißt diese Erfolgsrate: Das Implantat ist nach zehn Jahren in unterschiedlichen Situationen noch voll funktionstüchtig, vollständig intakt und ohne Materialfehler.

REDAKTION: Können Ergebnisse aus klinischen Studien auch in die Praxis übertragen werden?

Dr. Dr. Ralf-Thomas Lange: Auch bei Patienten mit schlechter Knochenqualität, schmalen Kieferkammern oder nach einem Knochenaufbau erzielen wir nachgewiesene Langzeitergebnisse. Unsere jahrelange Erfahrung und die kollegiale Zusammenarbeit zwischen Chirurg und überweisendem Kollegen sind begünstigende Faktoren für gute Langzeitergebnisse. Unsere Patienten schätzen die vertraute Zusammenarbeit zwischen uns und den Kollegen. Sie wissen, dass sie sich einem gut eingespielten Spezialistenteam anvertrauen.

JÖRG WEYEL: Wir arbeiten beide seit über 20 Jahren in der Implantologie und setzen weit mehr als 1.600 Implantate im Jahr. Die guten Ergebnisse der klinischen Studien, die unter sehr kontrollierten Bedingungen erfolgen, können wir auch in der Praxis bestätigen. Mit mehr als 98% Erfolgsquote auch in schwierigen Fällen weisen wir sehr gute Ergebnisse vor.

REDAKTION: Gibt es gute und schlechte Implantate?

JÖRG WEYEL: Das ist eine schwer zu beantwortende Frage. Für den Patienten zählt letztendlich nur das Endergebnis. Für sie ist die Behandlung erfolgreich, wenn das Implantat dauerhaft gut funktioniert und die implantatgetragenen Zähne ästhetisch ansprechend sind. Die Entscheidung für ein Markenimplantat, das nach hohen qualitativen Maßstäben entwickelt und gefertigt wurde, verspricht ein beruhigendes Gefühl für das Behandler-Team und den Patienten. Implantate sind eine Investition für die Lebensqualität. Deshalb verwenden wir nur so genannte Premiumimplantate von führenden Implantat-Herstellern, die weltweit Vertrauen erworben haben.

DR. DR. RALF-THOMAS LANGE: Moderne Implantatmaterialien, -formen und Implantatoberflächen reduzieren das Risiko von Komplikationen und fördern die Einheilung der Implantate. Für einen langfristigen Implantaterfolg ist auch der Patient gefordert. Nur mit entsprechend guter Mundhygiene und regelmäßiger, professioneller Prophylaxe beim Zahnarzt kann ein Implantat ein Leben lang halten. Das Zahnfleisch um das Implantat – die periimplantären Gewebe – müssen gesund und entzündungsfrei bleiben.

FAZIT DER BEHANDLER: In Deutschland wurden 2018 mehr als eine Million Zahnimplantate gesetzt. Neben der perfekten Planung und dem Können sowie der Erfahrung des behandelnden Ärzteteams spielt die Mitarbeit des Patienten bei der Mundhygiene eine entscheidende Rolle. Implantatgetragene Kronen, Brücken oder Prothesen können bei guter Pflege eine höhere Lebenserwartung als konventionelle Lösungen des Zahnersatzes haben. Letztendlich bieten Implantate mit Blick auf Funktionalität, Ästhetik und einem beschwerdefreien Lebensgefühl eine optimale Lösung.



**PRAXIS FÜR
MUND - KIEFER - GESICHTS-
CHIRURGIE, PLASTISCHE -
ÄSTHETISCHE OPERATIONEN
DR. DR. LANGE WEYEL**



FLIETHSTRASSE 64
41061 MÖNCHENGLADBACH
TEL. 02161.46 66 666
WWW.LANGE-WEYEL.DE

prosano training
Gesundheit | Fitness | Wohlbefinden

SIE SIND
EINGELADEN
2. TAG DER GESUNDHEIT
10. MÄRZ 2019
11- 18 UHR



Trainieren Sie regelmäßig Ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit?

Denn damit schaffen Sie die besten Voraussetzungen, um gesund und mental ausgeglichen zu bleiben. Gerade einseitige Arbeiten fordern oft ihren Tribut in Form Rücken- und Gelenkschmerzen oder Haltungproblemen. Das Fitnessstudio **Prosano Training** hat sich darauf spezialisiert, seine Kunden fit zu halten oder die Gesundheit zurück ins Leben zu bringen.

Das gesundheitsorientierte Fitnessstraining bei **Prosano Training** basiert auf dem Konzept, dass Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gemeinsam trainiert werden sollten. Dieser gesundheitsorientierte Ansatz stellt die Gesundheitsvorsorge in den Vordergrund. In dem 2000 gegründeten Fitnessstudio können Menschen jedes Alters an ihrer Fitness und ihrem Wohlbefinden arbeiten – und selbst dann aktiv sein, wenn bereits chronische Beschwerden bestehen.

Wer bei **Prosano Training** startet braucht keinerlei Erfahrung im Fitnessstraining zu haben. Gemeinsam mit einem Trainer werden bei einem sorgfältig durchgeführten Anamnesegespräch die gesundheitlichen Voraussetzungen abgeklärt, die Trainingsziele festgehalten und ein individuell abgestimmter Trainingsplan erstellt.

Wer sich in lockerer Atmosphäre einen eigenen Eindruck von **Prosano Training** und dem vielseitigen Trainingsangebot verschaffen möchte, der ist herzlich eingeladen am 2. Tag der Gesundheit am 10.03.2019 von 11:00 Uhr bis 18:00 Uhr bei **Prosano Training** Mönchengladbach im MENGE Haus vorbeizuschauen.

PROSANO TRAINING MÖNCHEGLADBACH
BERLINER PLATZ 12 (MENGE HAUS) | 41061 MG
WWW.PROSANO-TRAINING.DE



Mittwoch,
27. März 2019

Rund ums Knie Neues von der Physio bis zur Prothese

Klinik für Orthopädie
und Unfallchirurgie
Dr. med. Joachim Rödiger,
Dr. med. Julian Messler

19 Uhr | Forum
Kliniken Maria Hilf
Viersener Straße 450
41063 Mönchengladbach

Der Eintritt ist frei.
www.mariahilf.de



Förderverein
Kliniken Maria Hilf GmbH

GESUNDHEIT AKTUELL VORTRAGSREIHE | 2019



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Wir laden Sie herzlich zu
unserem **2. Gesundheitstag** ein!

Sonntag, 10. März 2019
11 Uhr bis 18 Uhr

im MENGE Haus, Mönchengladbach

Weitere Informationen: www.prosano-training.de

prosano training
Gesundheit | Fitness | Wohlbefinden

Wir bieten Ihnen ein abwechslungsreiches Programm
rund um Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden!

Freuen sie sich u.a. auf folgende Programmpunkte:

KURSE: Koordinationstraining / Krafttraining an Geräten und funktionelle Übungen / five Gym
VORTRÄGE: Prävention / Ernährung

Den ganzen Tag über können Sie an Rücken- und Körperanalysen sowie Beweglichkeits-, Gleichgewichts- und Ausdauer tests teilnehmen.

Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt.

GEMEINSAM SIND WIR STARK!

SELBSTHILFEGRUPPE BRUSTKREBSPATIENTINNEN STARTET



Susanne Kersten, Chefarzt des Brustzentrums Bashar Youssef, Nicole Simons (Foto: Hans-Peter Reichartz).

Es wurde viel gelacht und es wurde geweint an diesem Abend. Die Eröffnung der Selbsthilfegruppe „Elis Lichtblick“ steckte voller emotionaler Momente. Nicht ganz zwei Dutzend Patientinnen mit der Diagnose Brustkrebs waren zu der Auftaktveranstaltung ins Eli gekommen. Einige der Frauen kannten sich bereits aus der gemeinsamen Zeit im Chemoraum, andere hatten die Ankündigung der Gründungsveranstaltung gelesen und waren neugierig auf das was kam.

Susanne Kersten und Nicole Simons sind die Gründerinnen der Selbsthilfegruppe. Sie ließen in ihren kurzen Eröffnungsreden keinen Zweifel: „Wir haben in der harten Zeit zwischen der Diagnose und dem Abschluss der Behandlung aus unserem Freundeskreis und unseren Familien so viel Hilfe, Kraft und Glück erfahren, so dass wir uns vor einiger Zeit entschlossen haben, ein Stück

davon zurückzugeben.“ Vor allem an die Frauen, die genauso wie sie mit ihrer Krankheit fertig werden mussten und auch noch müssen.

Vom ersten Augenblick an war der Ton zwischen den Frauen vertraut. „Wir reden ja mit Menschen, denen es genauso geht. Man muss sich weder erklären, noch auf Verständnis hoffen, bzw. Angst vor Ablehnung oder Unverständnis haben“, so Bettina Rybka. Obwohl ihre Erkrankung schon eine ganze Zeit zurückliegt, „habe ich immer noch Kontakt zu den Frauen, die ich damals während der Zeit kennengelernt habe. Wir treffen uns z.B. regelmäßig alle zwei Monate zum Essen.“ Über eine WhatsApp-Gruppe seien die Wege kurz, „besonders wenn man mal schnell telefonieren möchten, weil es einem gerade mal nicht so gut geht.“ Die Rheydterin freut sich, dass es „Elis Lichtblick“ gibt: „Von den geplanten

Angeboten der Selbsthilfegruppe werde ich sicher das eine oder andere annehmen.“ So etwas wie „Elis Lichtblick“ sei so wichtig, denn es gebe so viele Frauen mit dieser Diagnose.

Nicole Simons skizzierte das Programm von „Elis Lichtblick“ indem sie diese Frage stellte: „Wer von euch kennt diese hundsgemeine innere Stimme, die mit ihrem Gequatsche uns nur Angst machen will?“ Viele Finger gingen hoch. Sie habe mittlerweile Techniken erlernt mit denen sie „diese Stimme stumm schalten kann.“ Diese Fähigkeit wolle sie weitergeben: „Ich habe während meiner Behandlung ein Seminar zur Persönlichkeitsentfaltung geschenkt bekommen. Mittlerweile lasse ich mich zum Coach ausbilden.“

„Elis Lichtblick“ wird sich künftig jeden 1. Mittwoch im Monat treffen, jeweils im Eli und jeweils ab 18 Uhr. Das Angebot wird von Vorträgen zum Themen wie Ernährung, Sport, oder Reha gehen. Es wird regelmäßige Beratungen geben. Und es wird um Themen wie Achtsamkeit gehen. „Aber wir werden sicher auch mal nur quatschen, oder einen Ausflug machen“, so Susanne Kersten. Das Wichtigste sei das vertraute Miteinandergehen und die Gewissheit immer auf ein offenes Ohr zu stoßen und in keinem Augenblick der schweren Zeit alleine klar kommen zu müssen.“

Es gebe ein gemeinsames Ziel, formulierte Nicole Simon: „Es kommt auf den Blickwinkel an ob man fällt oder fliegt. Wir wollen es schaffen, dass ihr spürt zu fliegen. Und nach Abschluss der Behandlung tanzen wir durchs Leben, jeder nach seinem Tempo.“

Dr. Bashar Youssef leitet das Brustzentrum am Eli. Er freut sich, „dass der Anstoß zu dieser Selbsthilfegruppe von den Frauen selbst kam. Ihre Arbeit ist so wertvoll.“

WEITERE INFOS UNTER:
ELISLICHTBLICK@WEB.DE ODER WWW.SK-MG.DE

ISSUE 02 | 1. QUARTAL 2019 | 6. UMSCHLAG

MEDIZIN + CO

Ihr Gesundheitsmagazin für Mönchengladbach

Fokusthema
FIT@WORK
Gesundheit am Arbeitsplatz

MEDIZIN + WISSEN
TABUTHEMA REIZDARM

STÄDTISCHE KLINIKEN
ZENTRIERTES ZENTRUM
FÜR KOLOPROKTOLOGIE

KLINIKEN MARIA HILF
SO BEHANDELT MAN
ARTHROSE HEUTE

KRANKENHAUS BETHESDA
BRUSTKREBSZENTRUM
GYNÄKOLOGISCHES KREBSZENTRUM

ZUM MITNEHMEN

Die nächste Ausgabe
Medizin + Co
Ihr Gesundheitsmagazin für Mönchengladbach
erscheint am
28. März 2019

**Anzeigenschluss ist der
15. März 2018**

Sie erreichen unsere Anzeigenberatung
unter media@marktimpuls.de oder
Telefon 02161 . 686 95 20

Petra Kamp
Heilpraktikerin

Jetzt ONLINE
Termin
vereinbaren!

Faltenunterspritzung
mit Hyaluronsäure

Schlupflidbehandlung ohne OP
mit dem PlexR Plasmalaser

Fadenlifting
ohne Skalpell

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

Yoga

Neues Jahr. Neues Ich?

In einem Zitat von Blaise Pascal heißt es, dass es bereits alle guten Vorsätze gibt und wir sie nur noch anzuwenden brauchen. Dennoch hört man verstärkt am Ende des Jahres von ihnen sowie von großen Vorhaben und gewünschten Veränderungen für das bevorstehende neue Jahr. Alles fixiert sich auf einen Tag, den letzten Tag des Jahres.

Dabei ist es nur einziger Tag des gesamten Jahres und doch ist er so verlockend für die Menschen, wirkt anziehend auf sie wie ein goldenes Ticket in ein neues, besseres Leben. Wenn Sie mich fragen, ist das sehr viel Macht für einen einzigen Tag und sehr viel Druck für die Menschen, die ihre Hoffnungen und gute Vorsätze auf ihn fokussieren. Die Neujahrsnacht als Metamorphose vom alten zum neuen ICH.

Neujahrstag: ab heute soll alles anders werden. Das neue ICH betritt in glänzender Rüstung die Bühne. Mutig, hoffnungsvoll, stark und bereit zu kämpfen. Es soll Raucher zu Nichtraucher machen. Es soll 20 Kilogramm weniger auf die Waage bringen, soll weniger Fleisch essen, Rotwein gar nicht mehr trinken. Es soll mehr Sport machen, weniger auf der Couch liegen, soll weniger arbeiten, dafür mehr Zeit mit den Kindern verbringen. Die „To-Do-Liste“ des neuen ICH's ist gleichermaßen lang wie vielfältig.

Doch die glänzende Rüstung lastet schwer auf den Schultern des neuen ICH's. Der Druck ist enorm und lässt die Vorhaben in 80% der Fälle bereits im Februar scheitern. Es folgen Enttäuschung und eine Abwärtsspirale aus anhaltender Frustration, Resignation, Rechtfertigung und Schuldzuweisung: Das Fitnessstudio hatte ja nur sechs Tage in der Woche auf, da kann mein neues ICH ja gar nicht mehr Sport machen.

Frage an Sie, lieber Leser: Warum nehmen Sie nicht den Druck von Silvester und fangen heute an Ihr neues ICH zu leben – mit allen gewünschten Veränderungen und Vorhaben? Vertrauen Sie auf die Worte von Blaise Pascal: Sie tragen die guten Vorsätze bereits in sich. Ihr Wunsch nach Veränderung entsteht nicht erst am

letzten Tag des Jahres. Seien Sie ehrlich zu sich selbst! Sie wissen genau, wie lange Sie schon gerne Nichtraucher, sportlicher, geduldiger oder offener wären. Warum also bis Silvester warten, um dann unter hellen Lichtern, lautem Getöse und mit vielen Gläsern Sekt Ihre Veränderungen einzuleiten? Sie brauchen dafür nicht das Scheinwerferlicht. Sie brauchen dafür nur Ihren Wunsch nach Veränderung, Ihre Ehrlichkeit und den Moment, in dem Sie die Entscheidung treffen, endlich loszulegen! Der beste Moment ist immer genau JETZT. Es wird kein passenderer Moment kommen.

Wichtig: Lassen Sie sich nicht entmutigen, wenn es nicht sofort so klappt, wie vorgestellt. Seien Sie gewiss, dass der nächste Moment wieder eine neue Chance für Sie ist. Sie können Ihr ganzes Leben etwas verändern. Jedes Jahr, jeden Monat, jede Woche, jeden Tag. In jeder Stunde, Minute und Sekunde ist es möglich Veränderung ins Leben einzuladen.

Wissen Sie was? Sie kommt oft sowieso, ob Sie danach gefragt haben oder nicht. Denn Leben ist Veränderung. Dann doch lieber proaktiv handeln und die eigenen Herzensthemen angehen. Als Yogalehrerin sage ich Ihnen: Wenn Sie bereit und offen dafür sind, wird Yoga Sie bei Ihren Vorhaben unterstützen – mit viel Kraft, Selbstbewusstsein und Mut.

In diesem Sinne: ich bin für Sie da, wenn Sie es möchten.

Ihre

Alena

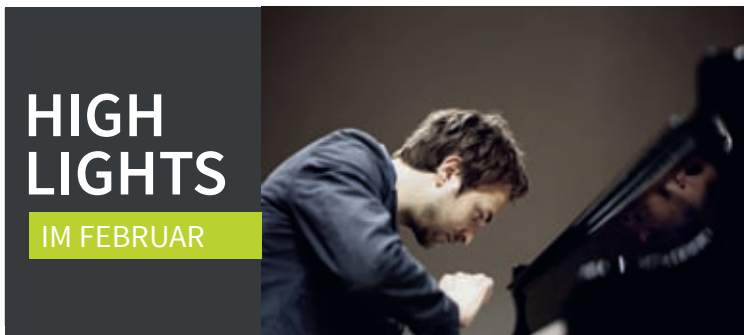


Über Alena Scharfschwert

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

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

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



HIGH LIGHTS

IM FEBRUAR

THEATER

Let's Stop Brexit!

Grafik: Theater KR MG



Der anstehende Austritt Großbritanniens aus der EU beherrscht die Medien und überrascht jeden Tag mit neuen Meldungen. Autor und Regisseur Ulrich Proschka hat unter dem Motto „Let's Stop Brexit! Keep Calm and Drink Tea“ eine heiter-satirische Musikrevue entworfen und greift dabei auf „urbritische Musik“ zurück, nämlich auf Kompositionen Arthur Sullivans (1842-1900), die in Zusammenarbeit mit dem Librettisten William Gilbert entstanden. Als Duo Gilbert & Sullivan dominierten sie Ende des 19. Jahrhunderts das musikalische Unterhaltungstheater auf der britischen Insel und im englischsprachigen Ausland. Ulrich Proschka hat eine Musikauswahl aus den Werken

von Gilbert & Sullivan getroffen für eine neu erfundene Handlung, die um eine mögliche Verhinderung des Brexits kreist: Politische Gegner entführen Premierministerin Theresa May und ersetzen sie durch ein Double. Politische Intrigen, eine Liebesromanze und das kokette Spiel mit englischen Stereotypen sorgen für kurzweilige Unterhaltung.

Sa. 9.2.2019, 19:30 (Premiere) | Theater Mönchengladbach | Große Bühne

Weitere Vorstellungen: 21.2., 28.2., jeweils 19:30 Uhr

KLASSIK

4. Sinfoniekonzert 2018/2019

Foto: Felix Broede



Das 4. Sinfoniekonzert der Niederrheinischen Sinfoniker bezaubert mit den verschiedensten Eindrücken und Klangfarben. Dies beginnt mit dem zarten romantischen „Idylle de printemps“ von Frederick Delius als Abbild der Natur und des Friedens und setzt sich fort mit dem 1. Klavierkonzert von Felix Mendelssohn Bartholdy. Als Ballettmusik entstand Francis Poulencs „Aubade“. Indem das Ballett die allmähliche Frustration der Göttin Diana über ihre Keuschheit schildert, bewegt sich auch die Musik zwischen Verzweiflung, Glück, Hoffnung und Verärgerung. Bemerkenswert ist auch die Besetzung des

so genannten „Concerto choréographique“: Poulenc schrieb es für Klavier und 18 Instrumente. Mit Herbert Schuch als Solist in beiden Klavierkonzerten konnte GMD Mihkel Kütson erneut einen international renommierten Künstler an den Niederrhein einladen. Als Abschluss des Abends folgt mit Claude Debussys „Images“ eine musikalische Reise nach Großbritannien, Spanien und Frankreich. Besondere Bekanntheit erreichte der überwiegend temperamentvolle spanische Mittelteil „Ibéria“.

Mi. 13.2.2019, 20:00 | Theater Mönchengladbach | Konzertsaal

Do. 14.2.2019, 20:00 | Theater Mönchengladbach | Konzertsaal

KLASSIK

4. Schlosskonzert 2018/2019

Foto: 123rf.com_Andrew Mayovskyy



Die Winterreise op. 89 D 911 von Franz Schubert (1797-1828) ist der Gipfel romantischer Liedkunst: 24 Seelenzustände nach Gedichten von Wilhelm Müller, 1827 von Schubert vertont. Lieder, die von einem von der Liebe enttäuschten Mann und seiner ziellosen Reise durch eine einsame Winterlandschaft erzählen.

Tobias Hänshcke absolvierte sein Gesangsstudium an der Folkwang Universität der Künste in Essen und arbeitete nach dem Konzertexamen zunächst freiberuflich als Solist. Seit der Spielzeit 2009/10 ist er am Theater Regensburg im Opernchor engagiert.

Daneben widmet er sich Soloprojekten, gibt Liederabende und wirkt in Oratorien mit. Michael Hänshcke studierte an der Musikhochschule Köln in der Meisterklasse von Prof. Pavel Gililov. 1994 gewann er den Ersten Preis beim internationalen Kammermusikwettbewerb „Palma d'oro“ in Italien. Neben seiner regen Konzerttätigkeit als Pianist ist Michael Hänshcke auch als Musikpädagoge aktiv.

Fr. 22.2.2019, 20:00 | Schloss Rheydt | Rittersaal



Foto: Band

2

21:00 Uhr | Messajero Superstrada

Olaf von Gehlen (Das Großmaul), Cetin Tutak (Der Schlimme Finger), Jochen Ohligs (Der Funcker) und Dennis Eick (Der Schläger) geben sich im Messajero die Ehre und versprechen, mit dem Superskyflyer selbst die Polente zum Tanzen zu bringen. Bevor sie sich vor Jahren in alle Winde verstreuen mussten, haben sie getarnt als Musiker der Band Family Frisbee das Rock Babylon, das Unique, das Luxor, das Stollwerk und den Platz der Republik geockt.

FR1

> FEBRUAR

KARNEVAL

Seniorensetzung

KG Poether Pothäepel.

15:00 Gasthof Loers |

Mürriegerstr. 17

Damensitzung

KG Die Kreuzherren.

19:11 Adolf-Kempken-Halle |

MG-Wickrath

BÜHNE

„Theater mit BIS(s) –

Hitzeperiode“

Komödie von Katrin Wie-

gand. Ein humorvoller

Abend für alle Sinne inkl.

Sekttempfang, Theater,

Dinner und Getränken.

19:30 BIS-Zentrum

„Hamlet“

Oper von Ambroise Thomas.

In französischer Sprache mit

deutschen Übertiteln.

19:30 Theater Mönchen-

gladbach | Große Bühne

„Der Postillon“ – LIVE

Jetzt auch offline: Nach 172

Jahren kommen die Nach-

richten des Internetmaga-

zins „Der Postillon“ endlich

auf die Bühne.

20:00 TIG – Theater im

Gründungshaus

Mittagstisch in MG?



www.gastroguide-mg.de

SPORT

Stadtmeisterschaft

Sportschießen

Luftgewehr Auflage 10 m,

ab 46 Jahre. Veranstalter:

SSB Mönchengladbach e. V.

ab 17:00 Städt. Schießsport-

anlage Rheindahlen |

Geusenstr. 27

Handball: Regionalliga

Nordrhein Männer

15. Spieltag:

TV Korschenbroich –

TV Jahn Köln-Wahn

20:00 Waldsporthalle |

Am Sportplatz 11a |

Korschenbroich

PARTY

Jam Kantine –

Offene Musiksession

23:00 Projekt 42

Fresh Friday's

23:00 Black & White

SONSTIGES

Worldmusic Carnival

Mönchengladbach:

Community Jam Work-

shop

Veranstalter: Kulturkram e. V.

Teilnahme ohne Anmeldung

möglich!

18:00-20:00 Chapeau Kultur

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14; mit Disco.

14:00-17:30 Städt. Jugend-

clubhaus MG-Westend



KARNEVAL

19. Verleihung des Dorf-

broicher Hofnarren

Rot-Weiß Rheydt Dorfbroich.

10:30 Harmonieplatz

MG-Rheydt

Biwak

KG Wanloer Ströpp.

14:00 Mehrzweckhalle

MG-Wanlo

Biwak in Gelb und Blau

KG Gelb-Blaue Funken.

16:30 Mehrzweckhalle

MG-Eicken

Funkenbiwak

KG Uehlöcker Neuwerk.

18:00 Pfarrheim

MG-Bettrath

Kappensitzung mit

Aftershow-Party

Mennrather Sankhase.

19:30 Schulzentrum

MG-Rheindahlen

Saalsitzung

KG Poether Pothäepel.

20:11 Gasthof Loers |

Mürriegerstr. 17

KONZERTE

Musik zur Marktzeit:

„Cum Sancto Spiritu“

Mittelalterliche bis frühba-

rocke Musik von Gregoria-

nik, Hildegard von Bingen,

Dufay, Viadana u. a. mit La-

rissa Starozhilowa (Contra-

alto), Heinz-Josef Clemens

(Bass und Orgel) und Klaus

Paulsen (Tenor und Orgel).

12:00 Citykirche Alter Markt

THEATER EXTRA:

Jazz@TheaterBar

„Trio Indigo“ feat. Mara Mi-

joli. Durch ihre Improvisa-

tionslust im Scat-Gesang

behauptet sich die Deutsch-

Kamerunerin neben ihren

Instrumental-Kollegen.

20:00 Theater Mönchen-

gladbach | Theaterbar

„Superstrada“

Die M'gladbacher Clubfunk-

Legende ist zurück!

21:00 Messajero

(Einlass: 20:00)

» siehe oben

SPORT

Stadtmeisterschaft

Sportschießen

Luftgewehr und Luftpistole

10 m, stehend freihändig.

Veranstalter: SSB Mönchen-

gladbach e. V.

ab 9:00 Städt. Schießsport-

anlage Rheindahlen |

Geusenstr. 27

Hallenhockey: 2. Bundes-

liga West Männer

Gladbacher HTC –

SW Köln

19:00 GHTC-Halle | An den

Holter Sportstätten 11

Handball: Oberliga Nieder-

rhein Männer

15. Spieltag:

Borussia M'gladbach –

SV Neukirchen

19:30 Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock

Rock 'n' Roll der 50er/60er.

19:00 America's | Wald-

hauserner Str. 32

Übungsparty

20:00-23:00 TOMMYs Tanz-

studio

Skihallen-Party

Am Neusser Gletscher steigt

die legendärste Après-Ski-

Party nördlich der Alpen.

Ab 18 Jahre!

ab 21:00 allrounder moun-

tain resort | Neuss

I love Black

23:00 Black & White

Die Nacht

23:00 Die Nacht

Aufs Maul Rockparty

Mit DJ Archetype und Buddy

Hawaii.

23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

6:00-14:00 Parkplatz SMS

Businesspark | Aachener

Straße

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Auktion Pfandhaus

Brocker

Vorbereitung: 10:30 Uhr;

Versteigerung: 12:00 Uhr.

Kaiser-Friedrich-Halle

„Birnenkuchen mit

Lavendel“

Benefiz-Kino for Life. Ver-

anstalter: Inner Wheel Club

MG. Filmbeginn: 11:30 Uhr.

10:30 TIG – Theater im

Gründungshaus



Foto: Matthias Stutte

3

11:00 + 12:30 Uhr | Theater Mönchengladbach
3. Kinderkonzert 2018/2019

Über Orchesterinstrumente kann man nie genug wissen. Schnell stellen Kobold Kiko und Dirigent Andreas Fellner fest: Innerhalb der Holz- und Blechblasinstrumente gibt es mehrere Instrumentenfamilien, deren Mitglieder sich in Größe, Tonlage und Charakter unterscheiden. Aber Kiko will noch viel mehr wissen: Wie lange muss man ein Horn polieren, bis es schön glänzt? Wie schwer ist ein Fagott? Warum haben die Holzblasinstrumente verschiedene Farben? Wie tief kann die Tuba spielen? ...

Siebdruck-Schnupperkurs
Leitung: Karlheinz Koch.
11:00-15:00 BIS-Zentrum
Frank-Sinatra-Dinner
Mit Gunnar Deutschmann.
18:00 Schloss Wickrath
Metropolitan Opera live: „Carmen“ (Bizet)
Mit Clémentine Margaine, Aleksandra Kurzak, Roberto Alagna, Alexander Vinogradov. Gesungen in Französisch (mit deutschen Untertiteln).
19:00 Comet Cine Center

SO3

FEBRUAR

KARNEVAL

DRK-Sitzung
KG Alles onder ene Hoot.
15:00 DRK-Heim | Carl-Diem-Str. 2-4

BÜHNE

„Wir sind Borussia“
Die Borussia-Revue von Martin Maier-Bode und Tobias Wessler.
19:30 Theater Mönchengladbach | Studio
„Italiener schlafen nackt – manchmal auch in Socken“
Stand-up-Comedy mit Roberto Capitoni.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

SPORT

Fußball: A-Junioren Bundesliga West
15. Spieltag:
Borussia M'gladbach U19 – SC Preußen Münster U19
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz
Hallenhockey: Regionalliga West Frauen
Gladbacher HTC – RTHC Leverkusen
11:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11

PARTY

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

SONSTIGES

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

Karnevalsmuseum

Einblick in die historische Tradition des Mönchengladbacher Karnevals.
11:00-14:00 Altes Zeughaus
Führungen im Rahmen des Ersten Sonntags
Um 11:30, 12:30, 13:30, 14:30, 15:30 und 16:30 Uhr kostenlose Führungen durch die Sammlung. Offene Malklasse für Kinder von 4 bis 14 Jahre von 11:00-16:00 Uhr. Eintritt frei!
11:00-17:00 Städt. Museum Abteiberg

KIDS

3. Kinderkonzert 2017/18: „Woher weht der Wind? – Die Blasinstrumente“
Mit Paula Emmrich als Kobold „Kiko“ und den Niederrheinischen Sinfonikern. Für Kinder von 6 bis 10 Jahre. Musikalische Leitung und Moderation: Andreas Fellner.
11:00 + 12:30 Theater Mönchengladbach

» siehe oben

Kinderkarnevalsparty
KG Uehllöcker Neuwerk.
14:00 Pfarrheim MG-Bettrath
Kindersitzung
Mennrather Sankhase.
14:11 Schulzentrum MG-Rheindahlen
Kindersitzung
KG Poether Pothäepel.
15:00 Gasthof Loers | Mürrigerstr. 17
„Die drei Schweinchen und der Wolf“
Puppentheater von Alexander Betov für Kinder ab 3 Jahre.
15:00 Theater Mönchengladbach

MO4

FEBRUAR

VORTRÄGE

Wiedereinstieg in den Beruf
Informationen und Tipps zu Themen, die für den Wiedereinstieg wichtig sind.
9:30-11:30 Berufsinformationzentrum
Job-Café „Zurück in den Beruf“
Infos und Beratung zum Wiedereinstieg nach Kinderbetreuung oder Pflege von Angehörigen. Referentin: Angelika König, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Mönchengladbach.
9:30 Berufsinformationzentrum

SONSTIGES

VHS-Programm-Kino: „Kindeswohl“
Großbritannien 2017, Regie: Richard Eyre.
Justiz- und Ehedrama nach dem gleichnamigen Bestseller von Ian McEwan.
20:00 Comet Cine Center

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Geschwisterschule
Es wird der Umgang mit dem Nachwuchs, Tragen, Wickeln und Baden geübt. Anschl. Vergabe des Geschwisterdiploms. Anmeldung: Tel. 02161 668-2176.
17:00-18:30 Krankenhaus Neuwerk

DI5

FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: Soiree zu „Let's Stop Brexit!“
Keep Calm and Drink Tea! Heiter-satirische Musikrevue von Ulrich Proschka mit Musik von Gilbert & Sullivan. Aufführung in deutscher Sprache. Stückerführung, anschl. Probenbesuch
19:00 Theater Mönchengladbach | Theaterbar
„Ich darf das, ich bin Pflägenkraft!“
Comedy mit Sybille Bullatschek.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

ZeughausKonzert: „Quatuor Ebène“
Werke von Ludwig van Beethoven und Johannes Brahms. Konzerteinführung um 19:15 Uhr durch Dr. Matthias Corvin.
20:00 Zeughaus Neuss

VORTRÄGE

Arbeiten in den Niederlanden – Leben in Deutschland
Experten von Startpeople und vom Grenzfunkpunkt der Euregio Rhein Maas Nord beantworten Fragen rund um die Themen Arbeitsmarkt, Sozialversicherung, Arbeitsrecht und Lebenskultur in den Niederlanden.
10:00 Berufsinformationzentrum



Foto: Mollleken

14

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

Auch, wenn nicht alle Texte von Liebe handeln, so steckt doch in allen Texten viel Liebe drin. Dafür jedenfalls legen die gastgebenden Autoren Markim Pause (Viersen) und Marco Jonas Jahn (Mönchengladbach) ihre Hände auf den Kaminfeuerbildschirm. Zwei grandiose Gäste aus der Szene des gesprochenen und gesungenen Wortes werden dieses leidenschaftliche Kriterium natürlich auch erfüllen. Eine Show zum (ver)lieben!

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

SONSTIGES

Beratung Alphabetisierung
16:00-16:45 VHS am Sonnenhausplatz

KIDS

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

MI6

FEBRUAR

BÜHNE

„Aha? Egal.“
Erstes Solo-Programm von David Kebe.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

VORTRÄGE

Infoabend für werdende Eltern
Rund um Schwangerschaft und Geburt. Anmeldung nicht erforderlich.
18:00-20:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal
Forum Kultur: Der Künstler hinter der Mona Lisa – Leonardo da Vinci
19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 American's | Waldhausener Str. 32
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito | Gasthausstr. 30

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn
SONSTIGES
Treffpunkt mg+: **Stadtentwicklung und Planung**
Bürgerinnen und Bürger können sich über Entwicklungen in der Stadt informieren.
14:00-17:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2

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

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFBj – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO7

FEBRUAR

BÜHNE

„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“
Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Das Ufo parkt falsch!“
Comedy mit Moritz Netenjakob.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus
„Mach Dich frei!“
Comedy mit Alain Frei.
20:30 Kunstwerk Wickrath

LITERATUR

„Volle Pulle“ – Ein Doppelleben als Fußballprofi und Alkoholiker
Auf Einladung des Fanprojekts De Kull e. V. und der Kulturküche liest Ex-Bundesligaprofi und Nationalspieler Uli Borowka aus seinem autobiografischen Buch. Eintritt frei! Um Hutspende wird gebeten!
19:30 Kulturküche (Einlass: 19:00)

VORTRÄGE

Polizeiausbildung in Nordrhein-Westfalen
Wie wird man Polizist/in? Referentin: Tina Giunta, Einstellungsberaterin der Polizeibehörde Mönchengladbach.
15:00 Berufsinformationzentrum
Wochen der Studienorientierung
Lehrer werden in NRW. Referentin: Dr. Verena Wockenfuß, Universität Duisburg-Essen.
16:00 Berufsinformationzentrum

MINT DUAL – Mädchen testen MINT-Studium und Beruf

An der HS Niederrhein können interessierte Mädchen und Frauen MINT ausprobieren: eine Kombination aus Schnupperstudium und praktischer Arbeit im Betrieb. Voraussetzung: Fachhochschulreife oder Abitur.
16:30 Berufsinformationzentrum

PARTY

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

SONSTIGES

Mobilitätsbeauftragter im Treffpunkt mg+
Der städtische Mobilitätsbeauftragte Carsten Knoch steht als Ansprechpartner zu allen Fragen des Kommunalen Mobilitätsmanagements zur Verfügung.
13:00-16:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2
Begegnungscafé
Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip.
Jeder ist willkommen!
15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenusstr. 95
EA-Emotions Anonymous Rheydt
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

KIDS

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

FR8

FEBRUAR

BÜHNE

„Monty Python's Spamlot“
Musical von Eric Idle und John Du Prez.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Kunst gegen Bares“
Jeden Monat treten 6 bis 8 neue Künstler auf. Ein Mix aus Comedy, Musik, Poetry Slam und Zauberei.
20:00 BIS-Zentrum



Foto: Matthias Stutte

15 20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach
Wer hat Angst vor Virginia Woolf...?

Auf einem Spiegel in einer Bar in Greenwich Village hatte er die Worte entdeckt: „Who's Afraid of Virginia Woolf?“ Eigentlich sollte der Titel seines neuen Dramas „The Exorcism“ heißen. Und um eben eine solche Austreibung ging es Edward Albee bei seiner legendären Afterparty von Martha, George, Nick und Honey, die seit der New Yorker Uraufführung im Jahr 1962 als „Klassiker“ und als Schauspielerfest gilt.
Regie: Sascha Mey (siehe Foto).

„Häppchenplatte des Lebens“

Comedy mit Elke Winter.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

PARTY

Druckfabrik mit Sorgenkint (Acid Wars)
23:00 Projekt 42
Fresh Friday's
23:00 Black & White

SONSTIGES

Worldmusic Carnival Mönchengladbach: Community Jam Workshop
Veranstalter: Kulturkram e. V. Teilnahme ohne Anmeldung!
18:00-20:00 Chapeau Kultur
„Blues Brother“-Saunacht
19:00-1:00 Asia Thermo | Holzkamp 7 | Korschbroich

KIDS

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



FEBRUAR

KARNEVAL

Damensitzung
KG Rot-Weiss Rheydt-Dorfbroich.
17:00 Turnhalle TV Bell | Bruchstr. 64
Damensitzung
KG Rot-Weiß Genhülsen.
17:11 Schulzentrum MG-Rheindahlen
PartyAlarm ex Alkohol
Mönchengladbacher Karnevalsverband.
18:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken
Narrensitzung
KG Rheydt.
18:11 Jugendheim St. Johannes | Urfstr. 214

BÜHNE

„Let's Stop Brexit!“ (Premiere)
Keep Calm and Drink Tea! Heiter-satirische Musikrevue von Ulrich Proschka mit Musik von Gilbert & Sullivan. Uraufführung in deutscher Sprache.
Anschließend öffentliche Premierenfeier in der Theaterbar.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
» siehe „Highlights“ | Seite 40

„Kein Zurück“
Kabarett mit Wilfried Schmickler. Bitte beachten: Veranstaltung ist bereits ausverkauft!
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Musik zur Marktzeit: Lieder und Arien
Julia Oehmen (Sopran), Thomas Tenten (Bariton) und Heide Oehmen (Klavier).
12:00 Citykrieger Alter Markt

SPORT

Fußball-Bundesliga
21. Spieltag:
Borussia M'gladbach – Borussia Dortmund
19:30 Stadion im Borussia-Park
» siehe Seite 32/33
Handball: Oberliga Niederrhein Männer
16. Spieltag:
Borussia M'gladbach – TV Aldekerk 2
19:30 Jahnhalle

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhauser Str. 32
Skihallen-Party
Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.
Ab 18 Jahre!
ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss
I love Black
23:00 Black & White
Die Nacht
23:00 Die Nacht
Bass Culture
Die bunte Mischung aus heißen Remixen mit tiefen und kraftvollen Bässen und der Mix aus 90s bis hin zu aktuellen Tracks machen die „BassCulture“, präsentiert von Topgun Soundsystem, zu dem was sie ist – Gladbachs beste Dancehallparty.
23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

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

SONSTIGES

Saatguttauschbörse – Vielfalt bewahren
Tauschbörse für alle interessierten Gärtnerinnen und Gärtner der Region.
10:00-14:00 VHS am Sonnenhausplatz

Rum Tasting
Geeignet in gleicher Weise für den begeisterten Rum-Liebhaber und für alle Neulinge, die bereit sind, sich auf neue und einzigartige Geschmackserlebnisse einzulassen.
Mindestalter 18 Jahre!
19:00 Kult+Genuss



FEBRUAR

KARNEVAL

Herrensitzung
KG Wanloer Ströpp.
11:00 Mehrzweckhalle MG-Wanlo
Herrensitzung
KG Rot-Weiss Rheydt-Dorfbroich.
11:11 Turnhalle TV Bell | Bruchstr. 64
Herrensitzung
KG Rot-Weiß Genhülsen.
11:30 Schulzentrum MG-Rheindahlen

BÜHNE

THEATER EXTRA: Matinee zu „Wer hat Angst vor Virginia Woolf...?“
Von Edward Albee. Deutsch von Pinkas Braun.
11:15 Theater Mönchengladbach | Theaterbar
Zum letzten Mal: „Nabucco“
Oper von Giuseppe Verdi.
18:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Single Dad. Teilzeit alleinerziehend“
Solo-Programm von Andreas Weber.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

„Georgisches Temperament“
Die Deutsche Kammerakademie Neuss spielt Werke von Felix Mendelssohn Bartholdy, Otar Taktakishvili und Peter I. Tschaikowsky. Leitung und Violine: Isabelle van Keulen. Konzerteinführung um 17:15 Uhr durch Dr. Matthias Corvin.
18:00 Zeughaus Neuss
Worldmusic Carnival Mönchengladbach
„Heart Core“ (Mönchengladbacher Frauenchor) und der kongoleesische Chor „Alliance De Paix“ (Mönchengladbach/Neuss).
Veranstalter: Kulturkram e. V.
19:00 Chapeau Kultur (Einlass: 18:30)

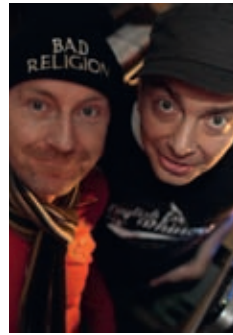


Foto: Messajero

16 23:00 Uhr | Messajero
SMELLS LIKE 90s

Am Samstag, 16. Februar 2019 laden die DJs Hejo Siemes und Markus Ludwig zu ihrer musikalischen Zeitreise in die Neunziger Jahre. Ab 23 Uhr wird im Mönchengladbacher Messajero zu geliebten Ohrwürmern des Grunge, Rock, Alternative-Rock, Hip-Hop, Britpop und Pop-Punks gefeiert.
Eintritt: 5,- €, kein Mindestverzehr.

VORTRÄGE

Das schriftstellerische Jugendwerk von Joseph Goebbels
Vortrag der Otto von Bylandt-Gesellschaft. Referent: Prof. Dr. Ralf Georg Czapla.
11:30 Schloss Rheydt | Rittersaal

SPORT

Trabrennen
Ausrichter: Verein zur Förderung des Rheinischen Trabrennsportes e. V.
11:00 Trabrennbahn

PARTY

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

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach
Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.
8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteiroute



FEBRUAR

VORTRÄGE

Forum Gesundheit: „Weniger ist mehr“ – Über die heilsame Wirkung des Fastens
Neue Energie durch „Nahrungsverzicht“? – Wie kann das funktionieren?
18:00-20:15 VHS am Sonnenhausplatz

KIDS

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



FEBRUAR

BÜHNE

„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“
Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

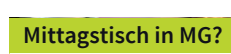
„Endlich!“
In seinem neuen Programm „Endlich!“ widmet sich Dr. Eckart von Hirschhausen dem größten Thema unserer Zeit: der Zeit. Wissenschaftlich fundiert und wahnsinnig witzig räumt er mit Halbwissen und Unwahrheiten auf.
20:00 RED BOX am SparkassenPark

KONZERTE

Open Session: „French Blue“
Eintritt frei!
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

VORTRÄGE

„Donau so blau – mit dem Fahrrad von der Donauquelle bis zum Donaodelta“
Lichtbildervortrag von Clemens Schelhaas.
Veranstalter: Sektion Bergfreunde Rheydt des Deutschen Alpenvereins.
Eintritt frei!
19:30 Gambrinus | Morr 14 | MG-Rheydt



www.gastroguide-mg-de

SONSTIGES

Beratung Alphabetisierung
16:00-16:45 VHS am Sonnenhausplatz
Lucky-Gruppe
Treffpunkt für bisexuelle, lesbische und neugierige Mädchen und junge Frauen im Alter von 14 bis 27 Jahre.
18:00 Aids-Hilfe Mönchengladbach/Rheydt | August-Pieper-Str. 1
Kindernotfälle vermeiden
Schnelle Hilfe für den Notfall. Anmeldung: Die Eltern-Akademie Mönchengladbach-Rheydt e. V., Tel. 02166 618822.
19:00-22:00 Krankenhaus Neuwerk | Vortragssaal
KIDS
Offene Tür
14:00-17:30 Kinder bis 14.
17:30-21:00 Jugendl. ab 14.
Städt. Jugendclubhaus MG-Westend



FEBRUAR

BÜHNE

Public Singing
Beim Gute-Laune-Kultsinggen mit Johannes Brand braucht es lediglich Herz und Humor, um in lockerer Atmosphäre einen schönen Abend zu erleben.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

4. Sinfoniekonzert 2018/19
Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Frederick Delius, Felix Mendelssohn Bartholdy, Francis Poulenc und Claude Debussy.
Solist: Herbert Schuch
Lichtbildervortrag von Clemens Schelhaas.
Veranstalter: Sektion Bergfreunde Rheydt des Deutschen Alpenvereins.
Eintritt frei!
19:30 Gambrinus | Morr 14 | MG-Rheydt
Worldmusic Carnival Mönchengladbach
„Gafacci“ (Global Club Music & Afrobeat/Ghana) & „Vitus Tribe“ (Baile Funk, Afro & Hip-Hop/Mönchengladbach).
Veranstalter: Kulturkram e. V.
22:30 Bonnie Blitz | Turmstiege 11

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhauser Str. 32
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito | Gasthausstr. 30

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Treffpunkt mg+: Stadtentwicklung und Planung
Bürgerinnen und Bürger können sich über Entwicklungen in der Stadt informieren.
14:00-17:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2
EA-Emotions Anonymous
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41
Mittwochskino: „Simpel“
Deutschland 2017, Regie: Markus Goller, 113 Min.
20:00 BIS-Zentrum



Foto: Roman Vintage

16 23:00 Uhr | Projekt 42
Vintage Nights mit Roman Vintage

Roman Vintage wird die Partycrowd bis in die frühen Morgenstunden mit seinen unverwechselbaren Mix aus 60s and 70s Soul, Funk und Dancefloor Jazz verwöhnen. VINTAGE NIGHTS steht für aufwendige Dekoration, abgefahrene Showacts und natürlich für Good Vibes. Auch dieses Mal wird es einige Überraschungen geben. Also, es steht eine rauschende Nacht an. Seid dabei!

Lady's Night:
„Sweethearts“
Deutschland 2019, Regie: Karoline Herfurth. Mit Karoline Herfurth, Hannah Herzprung, Frederick Lau, Anneke Kim Sarnau, Nilam Farooq, Frederic Linke, Mona Pirzad u. a. Roter Teppich + Sekt-Empfang für Damen ab 16 Jahre. Kein Zutritt für Herren! 20:30 Comet Cine Center (Einlass: 19:00)

KIDS
Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFBj – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO14 > FEBRUAR

BÜHNE
„Plötzlich Zukunft! Konnt' ja keiner wissen“
Solo-Programm von Jacqueline Feldmann. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE
vino y musica...
„Valentins Special“
Mit LeAndra und Dirk Kraforst. Lassen Sie sich von einer grandiosen Sängerin und ihrem exzellenten Begleitgitarristen verzaubern! 20:00 Kult+Genuss (Einlass: 18:00)

4. Sinfoniekonzert 2018/19
Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Werke von Frederick Delius, Felix Mendelssohn Bartholdy, Francis Poulenc und Claude Debussy. Solist: Herbert Schuch (Klavier); Dirigent: GMD Mihkel Kütson. Konzerteinführung um 19:15 Uhr. 20:00 Theater Mönchengladbach | Konzertsaal
> siehe „Highlights“ | Seite 40

LITERATUR
„Die Katze und der General“
Nino Haratischwili, preisgekrönte Autorin und Theatermacherin, liest aus ihrem aktuellen, für das Finale des deutschen Buchpreises 2018 nominierten Roman. 19:30 Stadtteilbibliothek Rheydt

Lesershow
Gedichte – Stories – Sensationen! Die Gladbacher Lesebühne lädt alle Pärchen und die, die es noch werden wollen, und auch alle überzeugten und notgedrungenen Singles zur Valentinsausgabe. 20:00 Krypti | Humboldtstr. 48a/Schillerplatz (Einlass: ab 18:00)
> siehe Seite 41 oben

VORTRÄGE
Informationsveranstaltung für werdende Eltern
Chefarzt Dr. Harald Lehnen wird über Wissenswertes rund um die Geburt informieren, den Kreißsaal und die Wöchnerinnenstation vorstellen. Anmeldung unter Tel. 02166 394-2201/2208. 18:30 Elisabeth-Krankenhaus Rheydt
Forum Politik: Cyber-Mobbing, WhatsApp (was geht ab?) in Mönchengladbach
Vortrag der Kriminalpolizei mit Schwerpunkt um das Cyber-Mobbing bei Kindern und Jugendlichen. 19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

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

SONSTIGES
Hinkommen – reinkommen – klarkommen!
„Inklusive“ Bürgersprechstunde. 9:00-12:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2
Klimaschutzmanager im Treffpunkt mg+
Alle Fragen zum Klimaschutz können an Antti Olbrisch, Klimaschutzmanager, gerichtet und mit ihm erörtert werden. 13:00-16:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2
EA-Emotions Anonymous Rheydt
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit. 19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

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

FR15 > FEBRUAR

KARNEVAL
Kneipensitzung
KG Schöpp op. 19:11 Gaststätte Alt Eicken | Eickener Str. 149

BÜHNE
„Nachtvariationen“ (UA) / „Für meine Tochter“ / „Boléro“
Ballettabend von Robert North. Musik von André Parfenov, Leoš Janáček, Maurice Ravel. 19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„Wer hat Angst vor Virginia Woolf...?“ (Premiere)
Von Edward Albee. Deutsch von Pinkas Braun. Inszenierung: Sascha Mey. 20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
> siehe Seite 42 oben

„Willkommen in Matzeknopien“
Stand-up-Comedy mit Matze Knop. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE
Livemusik im Frenzen mit „Fire walk with me“
Die gestandenen Musiker um den Ausnahme-Banjo-Spieler Mick Carroll spielen Traditionals aus Amerika, Irland und Schottland. Eintritt frei! Spende für den Hut. 20:00 Frenzen | Waldhausener Str. 89

Go Music
Von und mit Martin Engelen (bass/voc) und seinen namhaften Musikergästen. 21:00 Messajero (Einlass: 20:00)

PARTY
STUDIO42 - DISCO & FUNK MIT BARILA FUNK
23:00 Projekt 42
Fresh Friday's
23:00 Black & White

SONSTIGES
Worldmusic Carnival Mönchengladbach: Community Jam Workshop
Veranstalter: Kulturkram e. V. Teilnahme ohne Anmeldung möglich! 18:00-20:00 Köntges | Waldhausener Str. 16

www.cafe57.de
02431-1428
Cafe 57
COOLER PETROL-STATION-STYLE TRIFFT AUF GEWOHNT CHILLIGE WOHLFÜHLATMOSPHÄRE UND VERWÖHNT MIT KÖSTLICHSTEN LECKEREIEN...

Cooking-Reloaded
...WOHLIG WÄRMENDES AUS OMAS SUPPENTOPF, KNUSPRIGE SCHNITZEL MIT CHIL(L)IGER SAMBALSOBE, KÜCHE-VOM-HAUS-MANN: KROSSER PANHAS MIT BRATKARTOFFELN, LAND-PANCAKES MIT BACON UND NATÜRLICH UNSER HEISS GELIEBTER 57ER-BURGER...

13. FEBRUAR 2019
MITTWOCHS BEI COHNEN
FISCH & MUSCHEL BUFFET

Cohnen
02431 - 74115

GLADBACHER STR. 20 UND 22
41844 WEGBERG

GENUSS - GUTSCHEINE
COOLINARISCHE MOMENTE BEI COHNEN VERSCHENKEN...

WWW.GASTHAUS-COHNEN.DE

09neunter02februar2019
PARTY OF LOVE

die **BOX**mg
Waldhausenerstr.38
Mönchengladbach
22uhr 8€
sunrise-club.com by **SUNRISE** team
NOW 2019
Start ins Jahr mit der PARTY OF LOVE am 09. Februar ab 22.00 Uhr in der BOX auf der Waldhausener Straße in Mönchengladbach. Nur mit dem Besten aus dem coolsten Jahrzehnt, der 80er. Nur bei uns mit dem DJ-Set aus Andreas, René, Bernd und Sascha gibt es richtig was auf die Ohren.
Let's ROCK
Euer **SUNRISE-Team**



Foto: S. Sepp

17 So. 16:00/ Mo. 9:00 + 11:00 Uhr | BIS-Zentrum
Die bärenstarke Maus Zorbas

18 Eine spannende Geschichte, in der sich eine kleine Maus in einen Bären verwandelt und eine gefährliche Katze ihr Herz entdeckt. Kathi, das kleine Mausemädchen, will schon immer stark und mutig sein wie Zorbas, der Bär aus ihrem Abenteuerbuch. Übermütig nähert sie sich ein Bärenkostüm und verlässt unbemerkt von den Eltern das sichere Mauseloch. Prompt wird sie von der Katze überrascht und gefangen. Wie kann Kathi nur so leichtsinnig sein, jede Maus weiß doch – Katzen jagen Mäuse! ...

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14; mit Disco. 14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
18. Kinderkarnevalsfest der Stadt Mönchengladbach
Motto: „Multi-Kulti und verrückt, alle Kinder feiern mit.“ Mit Kostümpremierung und Kinderschminken. Eintritt frei!
15:00-18:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken



KARNEVAL

D'r Bus kütt

1. Stadtgarde Mönchengladbach.
11:11-14:00 Hindenburgstraße/Ecke Albertusstraße
Damensitzung
KG Roer möt.
16:11 Sporthalle Zeppelin-schule
Große Hau Ruck-Sitzung
KG Hau Ruck.
20:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken
Große Rheydter Narren-sitzung
KG Schwarz Gold Rheydt.
20:11 Theater Mönchengladbach

BÜHNE

„**Kröhnert XXL – Großes Parodistenkino**“
Kabarett mit Reiner Kröhnert.
20:00 Die Spindel im BIS-Zentrum
„**Wer kommt, der kommt – Kabarett 4.0**“
4. Kabarett-Programm von Stefan Verhasselt.
20:11 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Musik zur Marktzeit
Preissträgerkonzert des Wettbewerbs „Jugend musiziert“. 12:00 Citykirche Alter Markt
„**Viva Carlos**“
A tribute to Carlos Santana.
20:00 Denk Mal...

VORTRÄGE

„**Patagonien – Ruf der Wildnis**“
Grenzgang Reise-Reportage von Gregor Sieböck. Immer wieder aufs Neue erkundet der Weltenwanderer Patagonien, die Region im Süden von Chile und Argentinien.
19:00 Haus Erholung

SPORT

Fußball: Regionalliga West Männer
22. Spieltag:
Borussia M'gladbach U23 – SV Rödinghausen
14:00 Grenzlandstadion
Handball: Regionalliga Nordrhein Männer
17. Spieltag:
TV Korschenbroich – TuS 82 Opladen
19:30 Waldsporthalle | Am Sportplatz 11a | Korschenbroich

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32
Skihallen-Party
Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen. Ab 18 Jahre!
ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss
I love Black
23:00 Black & White
Die Nacht
23:00 Die Nacht
SMELLS LIKE 90s
23:00 Messajero
» siehe Seite 42 oben
VINTAGE NIGHTS MIT ROMAN VINTAGE
23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

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

GRENZGANG
16.02. **Patagonien** LIVE
MÖNCHENGLADBACH
Haus Erholung, 19 Uhr
Tickets unter grenzgang.de

SONSTIGES

Samstagsbrunch #7
Gemütlich ins Wochenende starten, ein leckeres Frühstück genießen und dann losziehen zum Markt, in die Stadt oder direkt rüber in die Vinyl Garage (von 10:00 bis 15:00 Uhr geöffnet).
Anmeldung: brunch@kulturkueche.com
10:00-14:00 Kulturküche

Tango Argentino
Intensiv-Workshop für Anfänger. Leitung: Ilona und Salvador Rios.
12:00-15:00 BIS-Zentrum

KIDS

Stop Motion im BIS
Trickfilm-Workshop für Kinder und Jugendliche von 8 bis 14 Jahre mit Wolfgang Sombert. Keine Vorkenntnisse erforderlich.
11:00-17:00 BIS-Zentrum



KARNEVAL

Herrensitzung
KG Immer Lustig Holt.
11:00 Festzelt Immelmannstraße
Seebären-Herrensitzung
KG Wenkbülle e. V.
11:00 RED BOX am SparkassenPark
Die Rheindahlener Herrensitzung
KG Potz op.
11:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen
Seniorensitzung
Motto: „U-hu – unter Hundert, aber nie zu alt für Karneval!“ Mit Musik und Tanz, Büttenreden und Comedy, Prinzenpaar der Stadt Mönchengladbach mit Hofstaat und Begleitung sowie dem Kinderprinzenpaar. Dabei sind unter anderem die Garderottis und Engel Hettwich. Die musikalische Begleitung übernimmt die „Sitzungskapelle Lorenz“. 14:00 Theater Mönchengladbach (Einlass: 13:00)

BÜHNE

„**Otello darf nicht plätzen**“ (Lend me a Tenor)
Musical von Brad Carroll nach der Komödie von Ken Ludwig.
18:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
Choreografie-Werkstatt 2018/19
Junge Choreografen stellen sich vor.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
SPORT
Fußball: Allianz Frauen-Bundesliga
14. Spieltag:
Borussia M'gladbach – SC Sand
11:00 Grenzlandstadion



Foto: Darko Todorovic

21 20:30 Uhr | Projekt 42
Poetry Slam

Die Poeterey bietet auch 2019 jedem sich berufen fühlenden Menschen eine Bühne, ein Mikro und sechs Minuten Zeit. Denn die Liste ist offen und das Publikum ist es auch. Deswegen liegt die Entscheidungsgewalt über den Ausgang dieses modernen Dichterwettstreits allein bei eben jenem Publikum. Für einen makellos chaotisch moderierten Ablauf der Show sorgen die beiden Macher des Gladbacher Poetry Slam: Markim Pause und Marco Jonas Jahn.

Fußball: A-Junioren Bundesliga West

17. Spieltag:
Borussia M'gladbach U19 – Rot-Weiß Oberhausen U19
11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz
Hallenhockey: Regional-liga West Frauen
Gladbacher HTC – HC Essen
12:00 GHTC-Halle | An den Holter Sportstätten 11

PARTY

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

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach
Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.
8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteinaute
Tango Argentino
Intensiv-Workshop für Anfänger. Leitung: Ilona und Salvador Rios.
12:00-15:00 BIS-Zentrum
Mittelalter-Tour: Von Spießbürgern, Bauern und Diebesgangel
Auf den Spuren der alten Kirchhöfe lässt sich bei der etwa zweistündigen Tour gemeinsam manch Verborgenes entdecken.
Veranstalter: MGMG.
15:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“

KIDS

LOPPIES!
Kinderflohmarkt.
14:30-16:30 Gemeindesaal St. Johannes | Urfstr. 214
„**Die bärenstarke Maus Zorbas**“
Eine Mut-mach-Geschichte für Kinder ab 4 Jahre.
16:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 44 oben



SONSTIGES

Forum Gesundheit: „Eines Tages...“
Ein Film über Demenz, der sich mit den zentralen Fragestellungen einer Demenz-erkrankung auseinandersetzt.
18:00-20:15 VHS am Sonnenhausplatz

KIDS

„**Die bärenstarke Maus Zorbas**“
Eine Mut-mach-Geschichte für Kinder ab 4 Jahre.
9:00 + 11:00 BIS-Zentrum
» siehe Seite 44 oben
Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend



KARNEVAL

Seelöwe-Sitzung
KG Wenkbülle e. V.
19:20 RED BOX am SparkassenPark

BÜHNE

„**Das Tagebuch der Anne Frank**“
Bühnenfassung der Burg-festschauspiel Bad Vilbel von Ulrich Cyr an unter Berücksichtigung der Buchausgabe von Otto H. Frank. Aus dem Niederländischen von Mirjam Pressler.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

VORTRÄGE

„**Südtimburg**“
Multivisionsshow von Guus Reinartz. Veranstalter: Sektionen Bergfreunde Rheydt und Mönchengladbach des Deutschen Alpenvereins.
19:30 TIG – Theater im Gründungshaus

SONSTIGES

Klez-Treff: „Shpil, Klezmer, shpil!“
Der Workshop richtet sich an Musiker und Musikerinnen, die Freude an der Klezmer-Musik haben und über Grundfertigkeiten auf ihren Instrumenten (Tasten-, Streich-, und Blasinstrumente) verfügen.
19:00-21:00 BIS-Zentrum
NEU IM BIS: PhiloCafé
Moderation: Eveline Esch. Geredet wird über Themen des aktuellen Zeitgeschehens allerorten, oft flüchtig, nur angedeutet, an der Oberfläche kratzend.
Motto: Vielfalt im Denken schützt vor Sackgassen, ermöglicht ein buntes Leben in der Gesellschaft weit weg von Verurteilen, Ablehnen und Ausgrenzen.
Eintritt frei!
20:00-22:00 BIS-Zentrum

KIDS

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



KARNEVAL

Dur und Doll
Mönchengladbacher Karnevalsverband.
19:00 Bischöfliche Marienschule | Viersener Str. 209

BÜHNE

„**Hamlet**“
Oper von Ambrose Thomas. In französischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„**Deine Liebe ist Feuer**“ (Deutschsprachige Erst-aufführung)
Von Mudar Alhaggi.
In der Reihe „Außereuropäisches Theater“.
20:00 Theater Mönchengladbach | Studio
„Drogensuppe Herzogin – ein Ausstopf mit Einlage“
Kabarett mit Jochen Malmsheimer.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

LITERATUR

LesARTen
Schreibkreative haben die Chance, selbstverfasste Texte zu präsentieren. Die Unterschiede in den Vorträgen aus Prosa, Lyrik, Kurzgeschichte, Fantasy und Comic lassen jeden LesARTen-Abend zum Literatuerlebnis der besonderen Art werden.
Eintritt frei!
20:00 BIS-Zentrum

PARTY

Rock around the clock
Rock 'n' Roll der 50er/60er.
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezzalito | Gasthausstr. 30

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn



Foto: Ulrich Hartmann

23

20:00 Uhr | Theater Mönchengladbach
Helden der Leinwand

James Bond, Superman, Rocky, Frodo Beutlin, das kleine Faultier Sid... – die Niederrheinischen Sinfoniker bringen all diese berühmten Kinohelden, bei deren Abenteuern Millionen von Kinobesuchern mitgefiebert, mitgelitten und mitgejubelt haben und die nach wie vor die Zuschauer fesseln, live in den Theatersaal. Die Musiker betreten unter dem mitreißenden Dirigat des ersten Kapellmeisters Diego Martin-Etxebarria die weite Welt der Filmmusik. Moderator: Juri Tetzlaff (siehe Foto).

SONSTIGES

Treffpunkt mg+: Stadtentwicklung und Planung

Bürgerinnen und Bürger können sich über Entwicklungen in der Stadt informieren.

14:00-17:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2

Von Mönchen, Sagen und Legenden

Eine Geschichtsstunde der ganz besonderen Art bietet der 1,5-stündige Spaziergang durch die Mönchengladbacher Altstadt. Wenn sich der Tag dem Ende neigt, lädt der geheimnisvolle Mönch ein, spannenden Stadtgeschichten zu lauschen.

Veranstalter: Marketing Gesellschaft Mönchengladbach.

17:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“

Tarot als Wegweiser

Impulse erhalten und Antworten finden. Workshop mit Dr. Helena Roesch.

19:00-20:30 BIS-Zentrum

EA-Emotions Anonymous

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.

19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41

KIDS

Offene Tür

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

Disco

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

DO21

FEBRUAR

BÜHNE

„Let's Stop Brexit!“

Keep Calm and Drink Tea! Heiter-satirische Musikrevue von Ulrich Proschka mit Musik von Gilbert & Sullivan. Uraufführung in deutscher Sprache.

19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

» siehe „Highlights“ | Seite 40

„Lass uns Freunde bleiben“

Alltagssatire & dunkelgrauer Humor mit Rena Schwarz. 20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Internationale Tanzwochen Neuss: Alonzo King LINES Ballet (San Francisco)

Direktion Alonzo King. 20:00 Stadthalle Neuss | Selikumer Str. 25

„Herr Lichter sucht das Glück!“

Neues Programm von Horst Lichter.

20:30 Kunstwerk Wickrath

KONZERTE

YES WE JAM

Impro-Konzert mit René Pütz (git/bass/voc), Jürgen Dahmen (keyboards), Andy Pilger (drums) + special guest. 20:15 Messajero (Einlass: 19:30)

LITERATUR

Poeterey – Der Gladbacher Poetry Slam

Auf! Auf! Mit frisch geschmiedeter Vers-Klinge und humorgeladenen Stories hinein ins neue Jahr. Mit Markim Pause und Marco Jonas Jahn.

Musik: DJ Key.

20:30 Projekt 42

» siehe Seite 44 oben

VORTRÄGE

Karriere bei der Bundeswehr

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

Der Zoll zu Gast im BiZ!

Die Zollkontrollen innerhalb Europas gehören weitestgehend der Vergangenheit an. Aber welche Aufgaben muss der Zoll dann noch erfüllen? Alwin Bogan und Rainer Wanke informieren über Ausbildungs- und Studiemöglichkeiten im mittleren und gehobenen Dienst.

16:00 Berufsinformationszentrum

Infoabend für werdende Eltern

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

Informationsveranstaltung für werdende Eltern

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

PARTY

StudiNight

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

SONSTIGES

Mobilitätsbeauftragter im Treffpunkt mg+

Der städtische Mobilitätsbeauftragte Carsten Knoch steht als Ansprechpartner zu allen Fragen des Kommunalen Mobilitätsmanagements zur Verfügung.

13:00-16:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2

Begegnungscafé

Kaffee, Kuchen, Gespräche, Filme und Spiele – der Treffpunkt in Lürrip.

Jeder ist willkommen! 15:00-17:00 Christengemeinde | Nakatenustr. 95

EA-Emotions Anonymous Rheydt

Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.

19:00-20:30 Paritätisches Zentrum (Raum E 06)

Konzeptkunst ausstellen

Vortrag und Gespräch mit Lisa Marei.

19:00 Städt. Museum Abteiberg

KIDS

Offene Tür

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

FR22

FEBRUAR

KARNEVAL

Damensitzung

KG Uehllöcker Neuwerk. 18:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk

Damensitzung

KG Wanloer Ströpp. 16:00 Mehrzweckhalle MG-Wanlo

Feldlager 1. Stadtgarde Mönchengladbach.

19:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken

Allemandsjeck – Die Rheindahlener Sitzung mit Aftershowparty

KG Potz op. 20:00-3:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen

Rheingolf

DÜSSELDORF 2019

22.-24. Februar

AREAL BÖHLER
Hansaallee 321

Top Partner: Callaway, adidas, van Laack, etc.

Charity Partner: etc.

www.rheingolf.de

»Volksverein Mönchengladbach«

gemeinnützige Gesellschaft gegen Arbeitslosigkeit mbH®

- Holzprodukte
- Secondhand-Kleidung
- Rapsöl
- Second Händchen der Kinderladen
- Hausrat Bücher CDs
- Gebrauchtmöbel

Geistenbecker Str. 107 + 118
41199 MG-Geistenbeck

St. Helena-Platz 7
41179 MG-Rheindahlen

Eickener Str. 130
41063 MG-Eicken

Limitenstr. 31
41236 MG-Rheydt

Roermonder Str. 56-58
41068 MG-Waldhausen

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

Zentrale:
02166 / 671 16 00

secondHändchen

www.volksverein.de



Foto: Andrea-Thomas-Roderburg

24 11:00 Uhr | BIS-Zentrum
Kulturfrühstück: Tender Art

Andrea Hörkens komponierte 2011 aus Gedichten von Ishmael von Heidrick-Barnes sechs Stücke und gründete mit ihrem Mann das Duo „Tender Art“. Diese Lieder erschienen auf ihrer ersten CD „Illumination“. Wie der Name der Band schon vermuten lässt (Tender Art = zarte Kunst), basiert die Stilrichtung der Musik vorrangig auf gefühlvollen Balladen. Durch die Flöten- und Geigenklänge assoziieren die Zuhörer aber auch immer wieder den Irish Folk.



Foto: Vera Nentwich

24 20:00 Uhr | BIS-Zentrum
Frau sein ist auch keine Lösung

Vera Nentwich ist lustig und irgendwie ungewöhnlich. Ob das daran liegt, dass das Jahr 1959, in dem sie geboren wurde, ein ganz besonders gutes Weinjahr war? Ihr Kabarett solo zeigt die Welt der Geschlechter aus der Sicht einer besonderen Frau, die durch ihren „männlichen Migrationshintergrund“ Geschlechtergrenzen gesprengt hat. Schließlich erscheint uns nichts festgeschriebener als das eigene Geschlecht. Die Sichtweise einer Quereinsteigerin öffnet ganz neue Perspektiven.

BÜHNE

„Die Räuber“

Friedrich Schillers wortgewaltiges Jugendwerk von 1781 über zwei radikale Vertreter der bürgerlichen Aufklärung in einer kompromittierten zeitgemäßen Textfassung.

19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

Zum letzten Mal in dieser Spielzeit: „Deutschland. Ein Wintermärchen“

Michael Grosse spricht Heinrich Heine.

20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

„Lieber Maxi als normal!“

Comedy mit Maxi Gstettenbauer.

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

„World of Lehrkraft – Ein Trauma geht in Erfüllung“

Comedy mit Johannes Schröder.

20:30 Kunstwerk Wickrath

KONZERTE

4. Schlosskonzert 2018/19

Tobias Hänschke (Bariton) und Michael Hänschke (Klavier) spielen Franz Schuberts Winterreise op. 89 D 911.

20:00 Schloss Rheydt | Rittersaal

» siehe „Highlights“ | Seite 40

Zeughauskonzert: „Le Pari des Bretelles“

Félicien Brut (Akkordeon), Édouard Macarez (Kontrabass), „Quatuor Hermès“.

Konzerteinführung um 19:15 Uhr durch Dr. Matthias Corvin.

20:00 Zeughaus Neuss

PARTY

GIN'n'JUICE mit VITUS TRIBE (X-FEST) und STZY (OXYTON)

23:00 Projekt 42

Fresh Friday's

23:00 Black & White

SONSTIGES

Worldmusic Carnival Mönchengladbach: Community Jam Workshop

Veranstalter: Kulturkram e. V. Teilnahme ohne Anmeldung möglich!

18:00-20:00 Köntges | Waldhausener Str. 16

KIDS

Offene Tür

Kinder bis 14; mit Disco.

14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

SA23 > FEBRUAR

KARNEVAL

Biwak der Garde

Große Rheydter Prinzen-garde, MKV.

11:11 Festzelt Marktplatz MG-Rheydt

Rudelsingen im Frenzen

Karnevalslieder mit Anja Abels. Wir stimme uns ein und singe zusammen, wenn echte Fründe, Pirate und Marieche Fastelovend feiere.

14:00 Frenzen | Waldhausener Str. 89

Damensitzung

KG Uehllöcker Neuwerk.

16:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk

Seenixen-Damensitzung

KG Wenkbülle e. V.

16:40 RED BOX am SparkassenPark

Voll dampf mit „Puff-Puff-Puffer“

KG Blau-Weiss Eisenbahner.

20:00 Elisabeth-Krankenhaus (Eingang Wildstraße)

Karnevalsparty für Gays and Friends

KG De Leckere Jecke.

20:11 Monforts Quartier | Schwalmstr. 301

BÜHNE

4. Sonderkonzert der Saison 2018/19: „Helden der Leinwand“

Die Niederrheinischen Sinfoniker spielen Highlights der Filmmusik von „James Bond. Casino Royal“ über „Mission: Impossible“ bis „Ice Age II“ – samt zugehöriger Filmszenen und einer großen Lightshow.

Moderator: Juri Tetzlaff; Dirigent: Diego Martin-Etxebarria.

Roter Teppich ab 18:30 Uhr.

20:00 Theater Mönchengladbach | Große Bühne

» siehe Seite 45 oben

„Wer hat Angst vor Virginia Woolf...?“

Von Edward Albee. Deutsch von Pinkas Braun.

Inszenierung: Sascha Mey.

20:00 Theater Mönchengladbach | Studio

» siehe Seite 42 oben

„Ausnahmezustand“

Kabarett mit Florian Schroeder.

20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

„Jubel, Trubel, Heiserkeit“

Comedy mit Johann König.

20:30 Kunstwerk Wickrath

KONZERTE

Musik zur Marktzeit: Violine und Klavier

12:00 Citykirche Alter Markt

SPORT

Fußball: B-Junioren Bundesliga West

18. Spieltag: Borussia M'gladbach U17 – VfL Bochum U17

11:00 Borussia-Park | Fohlenplatz

Fußball: B-Juniorinnen Bundesliga West/Südwest

12. Spieltag: Borussia M'gladbach U17 – Bayer 04 Leverkusen U17

14:00 Sportanlage Am Haus Lütz

Fußball-Bundesliga

23. Spieltag: Borussia M'gladbach – VfL Wolfsburg

15:30 Stadion im Borussia-Park

» siehe Seite 32/33

SONSTIGES

Spinnen & Insektenausstellung

10:00-18:00 Haus Erholung

THEATER EXTRA: Großer Kostümverkauf im Theater Mönchengladbach

Kleider, Hüte, Accessoires aus dem Kostümfundus – nicht nur für Karneval! Eintritt frei!

12:00-16:00 Theater Mönchengladbach | Foyer

Hot-Yoga-Workshop

Mit Yoga-Meister Feroze Khan. Dauer: 3 Stunden; Kosten: 39,- €.

13:00 Ava Hot Yoga | Rheydter Str. 36

Tag der Instrumente

Konzert (14:00 Uhr) und anschließender Schnuppertag für alle, die lernen möchten, zu musizieren, zu singen und zu tanzen. Eintritt frei!

14:00-17:00 Musikschule | Carl-Orff-Saal

SO24 > FEBRUAR

KARNEVAL

Herrenszitung

KG Uehllöcker Neuwerk.

11:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk

Herrenszitung

KG Hau Ruck.

11:11 Mehrzweckhalle MG-Eicken

Herrenszitung

Große Rheydter Prinzen-garde.

11:30 Festzelt Marktplatz MG-Rheydt

Seniorenachmittag

KG Alles onger ene Hoot.

15:00 Pfarrheim Hardterbroich

BÜHNE

„Frau sein ist auch keine Lösung“

Kabarett mit Vera Nentwich.

18:00 BIS-Zentrum

» siehe oben

„Wir sind Borussia“

Die Borussia-Revue von Martin Maier-Bode und Tobias Wessler.

Eine große Show – nicht nur für Borussia-Fans!

18:00 Theater Mönchengladbach | Studio

„Wahlgesänge“

Klavierkabarett von und mit William Wahl.

19:00 TIG – Theater im Gründungshaus

KONZERTE

Kulturfrühstück: „Tender Art“

Gefühlvolle Balladen mit Thomas Roderburg (Gitarre), Andrea Hörkens (Gesang, Irish Whistle), Kerstin Weuthen (Violine) und Valera Matuschenko (Piano).

11:00 BIS-Zentrum

» siehe oben

„Jugend musiziert“

KG Wanloer Ströpp.

14:00 Mehrzweckhalle MG-Wanlo

Kindersitzung

KG Spönnradsbeen.

15:11-17:30 Festzelt Birkmannsweg

Närrisches Vergnügen im Vitusbad

Große Kinder-Karnevals-Party mit Unterstützung der KG Die Kreuzherren e. V. und deren Tanzgarden (Tanzsterne und Schlossgarde).

15:00-18:30 Vitusbad

Hot Yoga - ganzheitliches Fitnessstraining bei 39°C.
In 90 Minuten verbrennt man bis zu 900 Kcal.
Hilft bei Rückenproblemen, ist für Anfänger geeignet.

Rava hot yoga

Schwitz Dich schön! www.avahotyoga.de
Rheydter Str. 36, 41065 MG

Handball: Oberliga Niederrhein Männer

18. Spieltag: Borussia M'gladbach – SG Überuhr

19:30 Jahnhalle

PARTY

Skihallen-Party

Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.

Ab 18 Jahre! ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss

I love Black

23:00 Black & White

Die Nacht

23:00 Die Nacht

DIE FETE - BEST OF 80s&90s mit Buddy Hawaii und Barila Funk

23:00 Projekt 42

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

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

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

KIDS

Zeichnen für Kids

... mit dem Blick auf die Natur.

Workshop für Kinder und Jugendliche von 8 bis 14 Jahre mit Petra Wittka.

Bitte Utensilien zum Zeichnen mitbringen, wie z. B. Bleistift und Skizzenblock und evtl. eigene Naturobjekte!

14:00-16:00 BIS-Zentrum

Kindersitzung

KG Wanloer Ströpp.

14:00 Mehrzweckhalle MG-Wanlo

Kindersitzung

KG Spönnradsbeen.

15:11-17:30 Festzelt Birkmannsweg

Närrisches Vergnügen im Vitusbad

Große Kinder-Karnevals-Party mit Unterstützung der KG Die Kreuzherren e. V. und deren Tanzgarden (Tanzsterne und Schlossgarde).

15:00-18:30 Vitusbad

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach

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

8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteiroute

Spinnen & Insektenausstellung

10:00-18:00 Haus Erholung

KIDS

Die Rheindahlener Kinderkarnealsparty

KG Potz op.

15:00-18:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen

Kindersitzung

KG Roer môt.

15:30 Sporthalle Zeppelin-schule

MO25 > FEBRUAR

BÜHNE

THEATER EXTRA: Café Vokal

Mitsingabend mit Kerstin Brix (Moderation und Gesang) und Yorgos Zivavras (Klavier).

19:00 Theater Mönchengladbach | Eingangsfoyer

SONSTIGES

Französischstammtisch im Lax Legere

Egal ob Anfänger, Experte, Muttersprachler oder Frankreichfan – jeder ist willkommen.

16:30-18:00 Lax Legere | Wallstr. 17

Worldmusic Carnival Mönchengladbach: DJ Workshop

Veranstalter: Kulturkram e. V. Anmeldung: worldmusic carnival@gmail.com

18:00-20:00 Projekt 42

Forum Umwelt: Das faszinierende Leben der Honigbiene und der einfache Zugang zum Imkern

Kostenfreies Forum, das Sie zum Imker werden lässt.

19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

KIDS

Offene Tür

Für Kinder bis 14 Jahre.

14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

AUSSTELLUNGEN

IM FEBRUAR



**RHEYDTER KUNSTSPROSSEN:
#24 EXPERIMENTELLE GESTALTUNG**
Quartierscafé mit Vernissage: **Sa. 2.2.2019, 11:00-13:00**
Studierende des Fachbereichs Textil- und Bekleidungstechnik der Hochschule Niederrhein präsentieren die Ergebnisse ihres Wahlpflichtfaches „Experimentelle Gestaltung“: Skizzen, Fotografien und einige designte Kleidungsstücke.
Quartiersbüro Passage am Ring | Friedrich-Ebert-Str. 53-55

**STUDIERENDE HOCHSCHULE NIEDERRHEIN
bis So. 3.2.2019**

Wie nehmen Studierende der Kulturpädagogik die Stadt Mönchengladbach wahr? Entsteht Verbundenheit oder ist das nur eine Durchgangsstation?
Kunstfenster Rheydt

**STEPHAN BALKENHOL: SKULPTUREN UND RELIEFS
bis Sa. 9.2.2019**

13:00-18:00 di-fr, 16:00-19:00 sa
Stephan Balkenhol gilt als einer der international renommiertesten Künstler Deutschlands. Seine Skulpturen, die er mit dem Beitel aus mächtigen Holzstämmen haut und farbig fasst, sind meist anonyme Figuren: Männer und Frauen, aber auch Tiere, die nichts von sich preisgeben.
Galerie Löhrl



Ohne Titel, 2018, Kohle auf Papier,
21 x 29,7 cm

**DIE VERPACKTE ORANGE
bis So. 10.2.2019**

11:00-17:00 sa + so
Ursprünglich zum Schutz der Frucht gedacht, wurden Orangepapiere – dünnes Papier, bedruckt mit variantenreichen Motiven – bald zum begehrten Sammelobjekt.
Feld-Haus – Museum für Populäre Druckgrafik | Berger Weg 5 | Neuss

**INTERNATIONAL GARDEN PHOTOGRAPHER OF THE YEAR
bis So. 17.2.2019**

14:00-18:00 di-fr, 12:00-17:00 sa + so
Schloss Dyck | Jüchen

**FRITZ MÜHLEN – EIN RHEYDTER KÜNSTLER
bis So. 17.2.2019**

11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa-so
Fritz Mühlen wurde 1906 in Rheydt geboren und verbrachte sein ganzes Leben dort. Die Verbundenheit des Künstlers zu seiner Heimatstadt schlägt sich auch in seinen Kunstwerken nieder. Zahlreiche Rheydter Ansichten sowie das Schloss Rheydt zählen zu seinen Motiven. Hierbei sticht er besonders durch seine Genialität der Einfachheit hervor. Bereits mit wenigen Pinselstrichen vermag er Landschaften oder urbane Ansichten auf das Papier zu bringen.
Städt. Museum Schloss Rheydt

**KUNSTVOLL | RHEYDT STELLT AUS: LICHTER MOMENTE
bis So. 17.2.2019**

10:00-18:00 di-sa, 13:00-17:00 so
Ausstellung der Fotogruppe „Durchblick“ der Seniorenakademie – Bildungswerk der Generationen Mönchengladbach. Eintritt frei!
Stadtteilbibliothek Rheydt (Karstadthaus)

**VAAGO WEILAND: HERR VAAGO UND SEINE MADONNEN
ab Fr. 8.2.2019 bis So. 24.2.2019**

Eröffnung: **Fr. 8.2.2019, 19:00**
12:00-16:00 sa + so
Seit seiner Kindheit fühlt sich Vaago Weiland Marienbildnissen eng verbunden. Jedoch fehlten ihm persönliche Mariendarstellungen. Also fertigte er diese, allesamt aus eigenen Fotos collagiert, in 1,60 m hohen Spitzbögen, zum Teil aus über 3.000 Einzelteilen. Dieser Zyklus erstreckt sich von einer Pin-up-Madonna über eine Gypsy- und Jihad-Madonna bis hin zu einer Holocaust-Madonna. So wie er sich der bekannten ikonografischen Darstellungen bedient, bricht er sie auch unmittelbar wieder und schafft Möglichkeiten für neue Standortbestimmungen.
EA 71

**SUSANNE LYNER/BRIGITTE GMACHREICH-JÜNEMANN:
WINTERRHEINWEISS**

ab So. 10.2.2019 bis So. 24.2.2019
Eröffnung: **So. 10.2.2019, 11:30-16:00**
17:00-19:00 fr, 15:00-17:00 sa + so
Die Schweizer Künstlerin Susanne Lyner wirft die Farbe durch ein spezielles Spritz- und Gussverfahren förmlich vom Pinsel auf die Leinwand. Es entstehen filigrane, monochrome Farbgebilde und starkbunte Farbkörper, die zu ortsspezifischen Installationen zusammengefügt werden. Das künstlerische Ausdrucksmittel von Brigitte Gmachreich-Jünemann ist die gegenstandslose Radierung. Beide Künstlerinnen werden in erster Linie weiße Arbeiten zeigen.
[kunstraumno.10]

**IN MEMORIAM TERRY FOX
bis Fr. 1.3.2019**

13:00-18:00 di-fr, 16:00-19:00 sa
Zum 10-jährigen Todestag von Terry Fox wird eine kleine Ausstellung mit Originalarbeiten (Zeichnungen, Collage, Objekte), Fotos, Texten, Katalogen gezeigt.
Galerie Löhrl | Kaiserstr. 58

ANTJE PRÖMPER

ab So. 3.2.2019 bis So. 7.4.2019
Übergänge zwischen dem Innen und dem Außen herstellen, auflösen und verbinden – damit befasst sich die Fotografin Antje Pröpper bei ihrer Ausstellung im Kunstfenster. Das Schaufenster wird zum Raum im Raum und Teil von (Stadt)Kultur.
Kunstfenster Rheydt

**DER SCHRANK VON RAMON HAZE
bis So. 28.4.2019**

11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa-so
Was wird aus der Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts? Welche Werke bleiben erhalten? Welche Kunstrezeption setzt sich durch? Welche medialen Arbeiten sind noch lesbar? Und wie werden sie konserviert? Der Schrank von Ramon Haze beschäftigt sich mit Kunstgeschichte, dem Umgang mit Vergangenheit und Zukunft, dem Sammeln und der eigenen zeithistorischen Situation als Künstler.
Städt. Museum Abteiberg

**FRANZ HOGENBERG – DER NIEDERRHEIN IM
SPIEGEL HOGENBERGSCHER GESCHICHTSBLÄTTER**

ab Sa. 23.2.2019 bis Fr. 31.5.2019
11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa-so
Gezeigt wird eine Auswahl von etwa 30 Grafiken aus dem umfangreichen 400 Blätter umfassenden Werk des Kupferstechers Franz Hogenberg (geb. vor 1540 in Mechelen, gest. um 1590 in Köln) und seiner Werkstatt. Alle ausgestellten Grafiken haben einen regionalen Bezug zum Niederrhein und zeigen (fast) ausschließlich Ereignisse der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts, die sich zwischen Köln und Emmerich sowie Roermond und Duisburg zutragen.
Städt. Museum Schloss Rheydt

**CAN DEMIREZEN: STREET KNOWLEDGE
bis Fr. 10.5.2019**

10:00-12:00 + 18:30-20:30 di-fr
Inspiration findet die Ausstellung (Siebdruck, Malerei auf Leinwand) auf der Straße. Sie will soziale Ungleichheiten aufdecken, in dem sie Szenarien aus dem Alltag in einem groben Ton widerspiegelt. Mit Hilfe des Siebdruckverfahrens werden Bilder geschaffen, die die Melancholie des Alltags innerhalb der Unterschicht aufzeichnen.
BIS-Zentrum | Café BISQuit



Can Demirezen: Street Knowledge

**DIE ZUKUNFT DER ZEICHNUNG: KONZEPT
DAS NEUE IN DER SAMMLUNG ETZOLD – FOLGE 3**

ab So. 3.2.2019 bis So. 1.9.2019
Eröffnung: **So. 3.2.2019, 12:00**
11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa-so
Welche Auffassung von „Zeichnung“ ist künstlerischen Arbeiten eigen, die weniger von einer individuellen handwerklichen Geste ausgehen als vielmehr von Konzepten in Form von Handlungsanweisungen und Systematiken, deren Ausführung nach vorbestimmten Strukturen abläuft? Zu sehen sind Werke aus den 60er- und 70er-Jahren, u. a. von Christo, Marcel Broodthaers, Stanley Brouwn, Hanne Darboven, Marcel Duchamp, Michael Heizer, Sol LeWitt und Konrad Sieben sowie eine zeitgenössische Position: Thomas Locher ist mit einer ortsspezifischen Arbeit vertreten und realisiert im Museumscafé anlässlich dieser Ausstellung seine Wandarbeit Imperative/Aufforderungen, Befehle und Kommandos.
Städt. Museum Abteiberg

**Laurie Parsons: A BODY OF WORK
bis So. 8.9.2019**

11:00-17:00 di-fr, 11:00-18:00 sa-so
Eine Galerienausstellung, die die amerikanische Künstlerin 1988/89 in New York und Köln zeigte, wird in einem Raum des Museums neu aufgebaut. Gefundene Objekte von der Straße, über die Parsons damals sagte, dass „ihre Präsenz so kraftvoll wie die eines Kunstwerks“ sei.
Städt. Museum Abteiberg

TEXTILTECHNIKUM

11:00-15:00 mo-fr, 13:00-17:00 jeder dritte so im Monat
Eine einzigartige Maschinensammlung zeigt die Entwicklung der Technik vom Handwebstuhl bis zum modernsten Luftdüsen-Webautomaten.
Monforts Quartier | Schwalmstr. 301

FILMFIGUREN-AUSSTELLUNG

12:00-18:00 fr, 10:00-18:00 sa, 12:00-17:00 so
Berliner Platz 10

**DAUER-AUSSTELLUNG HISTORISCHES SPIELZEUG
14:00-17:00 so**

Alten Puppen, Puppenhäuser, Puppenstuben, Kaufläden, Steiftiere, Modelleisenbahn sowie bunt gemischtes Spielzeug aus Vergangenheit und Gegenwart.
S. Schnelle | Schrödt 27 | MG-Giesenkirchen



Foto: Künstler

27 20:00 Uhr | Köntges | Waldhausener Str. 16
Worldmusic Carnival

Eröffnet wird der Abend um 20:00 Uhr von Ammar Assaf aus Viersen mit Songs aus Syrien – gespielt auf Oud und Flöte, gepaart mit Gesang. Im Anschluss erfüllen französische Melodien das Haus: „Chanson Trottoir“, die als Kölner Straßenband zusammenfanden, spielen mit Gitarre, Cajon, Balalaika, Akkordeon und Klarinette eine Mischung aus eigenen Songs und Klassikern, die den französischen Chanson weltberühmt gemacht haben.



Grafik: Künstler

1 23:00 Uhr | Projekt 42
Closing Party Worldmusic Carnival

Zur Closing-Party kommt die Legende DJ Guts aus Frankreich mit Tropical-, Afro- und Brazil-Songs und seinen einzigartigen Sounds aus Elektrofunk, Afro-Disco und Space Jazz. Auch der Mönchengladbacher Roman Vintage greift an diesem Abend tief in seine Plattenkiste und präsentiert Weltmusik mit einem Schwerpunkt auf Lateinamerika. Abgerundet wird das Programm des Abends durch das DJ Duo „Mondschutzfaktor Ananas“ mit Exotic Disco Sounds.

DI 26 > FEBRUAR

BÜHNE

Zum letzten Mal: „Hamlet“
Oper von Ambroise Thomas. In französischer Sprache mit deutschen Übertiteln.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
„90,1 lacht im TIG“
Premiere der ersten Mix-Show von Radio 90,1 mit Nikita Miller, Sven Bensmann und Benni Stark.
20:00 TIG – Theater im Gründungshaus

VORTRÄGE

„Wie anders denken Chinesen?“
Vortrag des Wissenschaftlichen Vereins. Referent: Dr. Bodo Assert.
19:00 Haus Erholung
Manfred Sohn: „Falsche Feinde“
Was tun gegen die AfD? Vortrag und Diskussion. In seinem Buch „Falsche Feinde, das dem Vortrag zugrunde liegt, beantwortet Manfred Sohn u. a. folgende Fragen: Wo liegen die Wurzeln dieser Partei? Gibt es ein Netzwerk, auf das sie sich außerhalb ihrer eigenen Mitglied- und Wählerschaft stützen kann? In Kooperation mit der Rosa-Luxemburg-Stiftung NRW & dem Rosa-Luxemburg-Club MG. Eintritt frei!
19:00 prolibri Buchladen | Schillerstr. 22-24

Forum Psychologie: Hilfe, mein Mann ist in der Pubertät!

Die Midlife-Crisis und das starke Geschlecht. Interaktiver Vortrag zum Thema Midlife Crisis beim Mann.
19:00-20:30 VHS am Sonnenhausplatz

SONSTIGES

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

KIDS

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

MI 27 > FEBRUAR

KARNEVAL

Große Gala-Sitzung
KG Schöpp op.
19:11 Theater Mönchengladbach

KONZERTE

Worldmusic Carnival Mönchengladbach
Chanson Trottoir (Französischer Chanson, Köln) + Ammar Assaf (Oud, Mönchengladbach).
Veranstalter: Kulturkram e. V.
20:00 Köntges | Waldhausener Str. 16
(Einlass: 19:30)
> siehe oben

PARTY

Rock around the clock
19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32
StudiNight
3,50 € Eintritt, alles zum halben Preis.
20:00 Mezcalito | Gasthausstr. 30

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt
6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Treffpunkt mg+: Stadtentwicklung und Planung
Bürgerinnen und Bürger können sich über Entwicklungen in der Stadt informieren.
14:00-17:00 Treffpunkt mg+ | Aachener Str. 2
Worldmusic Carnival Mönchengladbach: DJ Workshop
Veranstalter: Kulturkram e. V.
Anmeldung: worldmusiccarnival@gmail.com
18:00-20:00 Projekt 42
EA-Emotions Anonymous
Selbsthilfegruppe für emotionale Gesundheit.
19:30-21:30 Alter Pfarrsaal der Hauptpfarre | Abteistr. 41
Mittwochskino: „Meine Zeit mit Cézanne“
Frankreich 2016, Regie: Danièle Thompson, 117 Min.
20:00 BIS-Zentrum

KIDS

Offene Tür
Für Kinder bis 14 Jahre.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Disco
18:15-21:15 AFBj – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.

DO 28 > FEBRUAR

KARNEVAL

Altweiber im Frenzen mit DJ André Fossen
Karnevalsparty im Frenzen – kommt vorbei und feiert mit!
11:11 Frenzen | Waldhausener Str. 89

Weiberfastnacht
Karnelvsfreunde Schwarz-Gold-Odenkirchen.
11:11 Rathausplatz MG-Odenkirchen

Altweiber-Party
Die Karnevalsparty der Stadt im TIG. Feiert mit uns den Auftakt des Straßenkarnevals!
14:00 TIG – Theater im Gründungshaus

Altweibertreiben

Mönchengladbacher Karnevalsverband.
15:00 Festzelt Geroplatz
Altweibertreiben
Mönchengladbacher Karnevalsverband.

15:30 Festzelt Marktplatz MG-Rheydt

Altweiberball

KG Hau Ruck.
18:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken
Altweiberparty
KG Schwarz Gold Rheydt.
20:00 Turnerheim Nordstraße

Altweiber-Möhnenrock

KG Spönnradsbeem.
20:00 Festzelt Birkmannsweg | MG-Hardt
Karnevalskirmes
Alter Markt/Kapuzinerplatz
Karnevalskirmes
Marktplatz MG-Rheydt

BÜHNE

„Let's Stop Brexit!“
Keep Calm and Drink Tea! Heiter-satirische Musikrevue von Ulrich Proschka mit Musik von Gilbert & Sullivan. Aufführung in deutscher Sprache.
19:30 Theater Mönchengladbach | Große Bühne
> siehe „Highlights“ | Seite 40

VORTRÄGE

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

PARTY

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

SONSTIGES

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

KIDS

Altweiber für Kinder/Eltern
Mit Kostümpremiierung und vielen Überraschungen!
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend

FR 1 > MÄRZ

KARNEVAL

Familien- und Seniorenkarneval
Karnelvsfreunde Schwarz-Gold-Odenkirchen.
14:30-20:00 Burggrafenhalle | MG-Odenkirchen

Jecke Fridach

KG Poether Pothäepel.
19:00 Gasthof Loers | Mürrigerstr. 17

23. FUN-tastische Nacht

KG Immer Lustig Holt.
19:11 Festzelt Immelmannstraße

6. Kneipensitzung

KG Rot-Weiss Rheydt-Dorfbroich.
20:11 Haus Bresges | Schlossstr. 260

Karnevalskirmes

Alter Markt/Kapuzinerplatz
Karnevalskirmes
Mühlentorplatz MG-Rhein-dahlen

Karnevalskirmes

Marktplatz MG-Rheydt

PARTY

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

Fresh Friday's

23:00 Black & White
Worldmusic Carnival Mönchengladbach: Closing Party

Guts (latin & tropical/Frankreich) + Roman Vintage (Mönchengladbach) + Mondschutzfaktor Ananas (Mönchengladbach).
Veranstalter: Kulturkram e. V.
23:00 Projekt 42
> siehe oben

KIDS

Offene Tür
Kinder bis 14; mit Disco.
14:00-17:30 Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Kinderkarnevalsparty
Mönchengladbacher Karnevalsverband, Große Rheydter Prinzengarde.
14:00 Denk Mal...

Mittagstisch in MG?



www.gastroguide-mg.de

SA 2 > MÄRZ

KARNEVAL

Treffen der Rheydter KGs
Mönchengladbacher Karnevalsverband.
10:00 Festzelt Marktplatz MG-Rheydt

Seniorensitzung

Motto: „U-hu – unter Hundert, aber nie zu alt für Karneval!“ Mit Musik und Tanz, Büttenspielen und Comedy, Prinzenpaar der Stadt Mönchengladbach mit Hofstaat und Begleitung sowie dem Kinderprinzenpaar.

Dabei sind unter anderem die Garderottis und Engel Hettwich. Die musikalische Begleitung übernimmt die „Sitzungskapelle Lorenz“.

14:00 Mehrzweckhalle MG-Eicken
(Einlass: 13:00)

Kostümsitzung

KG Uehllöcker Neuwerk.
19:00 Krahnendonkhalle MG-Neuwerk

Pratschdolle Damen- und Herrensitzung

KG Wenkbülle.
19:50 RED BOX am SparkassenPark

Große Karnevalsparty

Karnevalsfreunde Schwarz-Gold Odenkirchen.
20:00 Burggrafenhalle MG-Odenkirchen

Gardeparty

Große Rheydter Prinzen-garde.
20:00 Spö 407 | Jahnpplatz 10

Grün-Gelbe Partynacht

KG Roer môt.
20:00 Sporthalle Zeppelin-schule

Kostümsitzung

KG Spönnradsbeem.
20:11 Festzelt Birkmannsweg

Kostümparty

Rheer Mösche.
20:11 Haus Bresges | Schlossstr. 260

Karnevalskirmes

Alter Markt/Kapuzinerplatz
Karnevalskirmes
Mühlentorplatz MG-Rhein-dahlen

Karnevalskirmes

Marktplatz MG-Rheydt

SPORT

38. Hardter Karnevalslauf

Mit Läufen über 500 m, 1 km, 2 km, 5 km und 10 km.
Veranstalter: Leichtathletik-Gemeinschaft Mönchengladbach 1979 e. V.
ab 11:30 Schulzentrum MG-Hardt | Vossenbäumchen 50

> siehe Seite 49 oben

Fußball: A-Junioren Bundesliga West

19. Spieltag:
Borussia M'gladbach U19 – VfL Bochum U19

16:00 Borussia-Park | Fohlenplatz

Fußball-Bundesliga

24. Spieltag:
Borussia M'gladbach – FC Bayern München

18:30 Stadion im Borussia-Park

> siehe Seite 32/33

PARTY

Rock around the clock

19:00 Americar's | Waldhausener Str. 32

Skihallen-Party

Am Neusser Gletscher steigt die legendärste Après-Ski-Party nördlich der Alpen.

Ab 18 Jahre!
ab 21:00 allrounder mountain resort | Neuss

I love Black

23:00 Black & White
Die Nacht
23:00 Die Nacht

FESTE | MÄRKTE

Trödelmarkt

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

Trödelmarkt

6:00-14:00 Trabrennbahn

SONSTIGES

Wasserturm Viersener Straße

Besucher haben um 10:00, 11:00 und 12:00 Uhr die Möglichkeit, das im Jugendstil erbaute Gebäude zu besichtigen.
Wasserturm | Viersener Str. 115



Grafik: LG Mönchengladbach

2 ab 11:30 Uhr | Schulzentrum Hardt 38. Hardter Karnevalslauf

Beginn ist um 11:30 Uhr mit dem Bambinilauf über ca. 500 m für Kinder bis 7 Jahre. Danach folgen die Schülerläufe über 1 km und 2 km ab 11:45 Uhr für Kinder und Jugendliche von 8 bis 15 Jahre. Der 10-km-Lauf startet um 14:00 Uhr für alle Altersklassen ab Jugend U18 bis Senioren bis M/W 80. Der beliebte Karnevalslauf über 5 km wird um 12:45 Uhr gestartet (Kostümiierung erwünscht). Voranmeldung bis 28. Februar 2019 unter: www.lg-moenchengladbach.de

Archäologisches Museum
Ein Team von Hobbyarchäologen führt die Besucher durch die Dauerausstellung „400.000 Jahre Vergangenheit Rheindahlen“.
14:00-17:00 Wasserturm Rheindahlen | Menrather Str. 80
Donizetti: „La Fille du Regiment“
Metropolitan Opera live. Mit Pretty Yende, Javier Camarena, Stephanie Blythe, Maurizio Murar. Gesungen in Französisch (mit deutschen Untertiteln).
19:00 Comet Cine Center

KIDS

Karneval – wat is dat?
Närrische Kinder-Karnevalstour. Veranstalter: Marketing Gesellschaft Mönchengladbach.
14:00 Parkplatz Geroweier | Treffpunkt-Schild „Stadt-Touren“



KARNEVAL

Veedelszoch
KG Immer Lustig Hoot.
11:11 Start: Immelmannstraße MG-Holt
Veedelszoch
KG Schöpp op, KG Hau Ruck.
11:11 Ortskern MG-Eicken
Frühschoppen
KG Schöpp op.
12:11 Mehrzweckhalle MG-Eicken
Veedelszug
1. Venner KG.
12:11 Ortskern MG-Venn
Biwak und Party total im Zelt
KG Alles onger ene Hoot.
12:11 Pfarrheim Hardterbroich
Jecke Welt im Holter Zelt
KG Immer Lustig Hoot.
13:11 Festszelt Immelmannstraße
Tulpensonntag
KG Poether Pothäpel.
14:00 Gasthof Loers | Mürrigerstr. 17
Veedelszoch Odenkirchen
Karnevalsfreunde Schwarz-Gold-Odenkirchen.
14:00 Ortskern MG-Odenkirchen

Veedelszoch
KG Alles onger ene Hoot.
14:11 Pfarrheim Hardterbroich
Buntes Karnevalstreiben
KG Potz op.
16:00 Schulzentrum MG-Rheindahlen
After-Zoch-Party
Karnevalsfreunde Schwarz-Gold-Odenkirchen.
16:00-22:00 Burggrafenhalle | MG Odenkirchen
Karnevalskirmes
Alter Markt/Kapuzinerplatz
Karnevalskirmes
Mühlentorplatz MG-Rheindahlen
Karnevalskirmes
Marktplatz MG-Rheydt

SONSTIGES

Sportliche Earlybird-Tour mit dem ADFC Mönchengladbach
Ca. 40 km in und um Mönchengladbach. Nicht für Rennradfahrer oder E-Biker! Helm wird empfohlen.
8:00 Treffpunkt: Borussia-Park | Fansteinraute
Karnevalsmuseum
Einblick in die historische Tradition des Mönchengladbacher Karnevals.
11:00-14:00 Altes Zeughaus
Führungen im Rahmen des Ersten Sonntags
Um 11:30, 12:30, 13:30, 14:30, 15:30 und 16:30 Uhr kostenlose Führungen durch die Sammlung.
Offene Malklasse für Kinder von 4 bis 14 Jahre von 11:00-16:00 Uhr. Eintritt frei!
11:00-17:00 Städt. Museum Abteiberg

KIDS

Internationaler Kinderkarnevalszug
KG Potz op.
14:11 Ortskern MG-Rheindahlen
Kindernachmittag
KG Alles onger ene Hoot.
15:30 Pfarrheim Hardterbroich



KARNEVAL
Rathaussturm und Veedelszoch
10:30 Rathaus MG-Rheydt

6. Mönchengladbacher Fahrad-Karneval
Motto: „Mir all sin jeck“.
Veranstalter: ADFC Mönchengladbach.
11:11 Treffpunkt: Eingang Ev. Hauptkirche Rheydt
Rosenmontag
KG Spönnradsbeard Hardt.
11:11 Festszelt Birkmannsweg
Neuerker Rosenmontagszug
KG Uehlöcker Neuwerk.
Motto: „He emm Döpp, do blö-st de opp“.
13:11 MG-Bettrath/Neuwerk
Rosenmontagszug
KG Wanloer Ströpp.
14:11 Ortskern MG-Wanlo
Rosenmontagsball
KG Wanloer Ströpp.
16:30 Mehrzweckhalle MG-Wanlo
Karnevalskirmes
Alter Markt/Kapuzinerplatz
Karnevalskirmes
Marktplatz MG-Rheydt

SONSTIGES

VHS-Programm-Kino: „Grüner wird's nicht, sagte der Gärtner und flog davon“
Deutschland 2018, Regie: Florian Gallenberger.
Mit Elmar Wepper, Monika Baumgartner und Emma Bading.
20:00 Comet Cine Center



KARNEVAL

Veilchendienstag im Frenzen
Mit DJ Lars von Ommeln.
Der Veilchendienstagszug zieht am Frenzen vorbei – kommt und feiert mit uns!
11:11 Frenzen | Waldhausener Str. 89
Veilchendienstagszug 2019
Motto: „Gladbach blüht auf“.
ab 13:11 Innenstadt Mönchengladbach
Hoppedizbeerdigung
KG Alles onger ene Hoot.
16:30 Pfarrheim Hardterbroich
Hoppedizbegräbnis
KG Schwarz Gold Rheydt.
20:11 Turnerheim Nordstraße
Karnevalskirmes
Alter Markt/Kapuzinerplatz

AFBJ – Aktion „Freizeit behinderter Jugendlicher“ e. V.
Roermonder Str. 217 | 41068 MG | 02161 52031
www.afbj.de

allrounder mountain resort gmbh & co. kg
An der Skihalle 1 | 41472 NE | 02131 1244-146
www.allrounder.de

Altes Zeughaus
Weiherstr. 2-6 | 41061 MG | 02161 180109
www.altes-zeughaus.de

BIS-Zentrum
Bismarckstr. 97-99 | 41061 MG | 02161 181300
www.bis-zentrum.de

BIZ – Berufsinformationszentrum
Lürriper Str. 56 | 41065 MG | 02161 404-2250
www.arbeitsagentur.de

Borussia VfL 1900 Mönchengladbach e. V.
Hennes-Weisweiler-Allee 1 | 41179 MG | 01805 181900
www.borussia.de

Chapeau Kultur
Bahnhofstr. 26-28 | 41236 MG
www.kulturkram.de

Comet Cine Center
Viensener Str. 8 | 41061 MG | 02161 8144-0
www.comet-cine-center.de

Dauerausstellung Historisches Spielzeug
Silvia Schnelle | Schrödt 27 | 41238 MG | 02166 89433
www.spielzeugausstellung.com

Denk Mal ...
Geneckener Str. 75 | 41238 MG | 02166 940572
www.denkmal-mg.de

Die Spindel
Postfach 100955 | 41009 MG | 02161 14700
www.die-spindel.de

EA 71
Eickener Str. 71 | 41061 MG | 02161 2553613
www.co-mg.de

Elisabeth-Krankenhaus
Hubertusstr. 100 | 41239 MG | 02166 394-0
www.sk-mg.de

Frenzen Restaurant & Event e. K.
Waldhausener Str. 89 | 41061 MG | 02161 3039916

Galerie Löhr
Kaiserstr. 69 | 41061 MG | 02161 200762
www.galerieloehr.de

Grenzlandstadion
Seminarstr. 20 | 41236 MG

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

Jahnhalle
Volkgartenstr. 165 | 41065 MG | 02161 482740

Krankenhaus Neuwerk
Dünner Str. 214-216 | 41066 MG | 02161 668-0
www.kh-neuwerk.de

Kult + Genuss GmbH
Wilhelm-Strauss-Str. 65 | 41236 MG | 02166 2172627
www.kultundgenuss.de

Kulturküche
Waldhausener Str. 64 | 41061 MG | 02161 8277711
www.kulturkueche.com

Kunstfenster Rheydt
Hauptstr. 125 | 41236 MG
www.kunstfenster-rheydt.de

[kunstraumno.10]
Matthiasstr. 10 | 41063 MG | 0177 6546963
www.raum-fuer-kunst.de

Kunstwerk Wickrath
Wickrathberger Str. 18b | 41189 MG | 02166 133930
www.ropes-krokodil.de

MGMG – Marketing Gesellschaft Mönchengladbach mbH
Voltastr. 2 | 41061 MG | 02166 252411
www.mgm-g.de

Messajero
Sophienstr. 17 | 41065 MG | 02161 4988717
www.messajero.com

Mezcalito
Gasthausstr. 30 | 41061 MG | 02161 176640

Musikschule Mönchengladbach
Lüpertzender Str. 83 | 41061 MG | 02161 25-6431
www.musikschule-moenchengladbach.de

Paritätisches Zentrum
Friedhofstr. 39 | 41236 MG | 02166 92390
www.moenchengladbach.paritaet-nrw.org

Projekt 42
Waldhausener Str. 40-42 | 41061 MG
www.projekt42.info

RED BOX am Sparkassenpark
Am Nordpark 299 | 41069 MG | 02161 5639210
www.sparkassenpark.de

Schloss Dyck
41363 Jüchen
www.stiftung-schloss-dyck.de

Sportanlage Am Haus Lütz
Am Haus Lütz 57 | 41066 MG

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

Städt. Jugendclubhaus MG-Westend
Alexianerstr. 6 | 41061 MG | 02161 837005
www.jugendclubhaus-westend.de

Städt. Museum Abteiberg
Abteistr. 27 | 41061 MG | 02161 252637
www.museum-abteiberg.de

Städt. Museum Schloss Rheydt
Schlossstr. 508 | 41238 MG | 02166 928900
www.schlossrheydt.de

Stadtbibliothek Mönchengladbach: Stadtebibliothek RY
Am Neumarkt 8 | 41236 MG | 02161 258281
Zentralbibliothek MG (Carl-Brandts-Haus)
Blücherstr. 6 | 41061 MG | 02161 256345
www.stadtbibliothek-mg.de

Stadtsportbund Mönchengladbach e. V.
Berliner Platz 19 | 41061 MG | 02161 294390
www.mg-sport.de

TextilTechnikum
Schwalmstr. 301 | 41238 MG | 02166 92890-0
www.textiltechnikum.de

Theater Mönchengladbach
Odenkirchener Str. 78 | 41236 MG | 02166 6151-100
www.theater-kr-mg.de

TIG – Theater im Gründungshaus
Eickener Str. 89 | 41061 MG | 02161 1858280
www.theater-im-gruendungshaus.de

TOMMYs Tanzstudio
Linsellesstr. 142-156 | 47877 Willich | 02154 816644
www.tommys-tanz-studio.de

Trabrennbahn an der Niersbrücke
Am Flughafen 5 | 41066 MG | 02161 663083
www.mgtrab.de

Vitusbad
Breitenbachstr. 52 | 41065 MG | 02161 6980487
www.new-ag.de

Volkshochschule: VHS am Sonnenhausplatz
Lüpertzender Str. 85 | 41061 MG | 02161 256404
VHS Rheydt (City-Haus)
Mühlenstr. 2-4 | 41236 MG | 02161 258300
www.vhs-mg.de

Zeughaus Neuss
Markt 42-44 | 41460 NE
www.zeughauskonzerte.de

Redaktion Terminkalender: Martin Huth.
Ihre Veranstaltungen bitte bis zum 15. des Vormonats an termine@hindenburger.de (kostenlose Veröffentlichung!)

FRIKOBÄUERCHEN

Die „Burns“-Kolumne im HINDENBURGER



VALENTIN VON TERNI - DER HERR ÜBER SCHOKOLADE UND EPILEPSIE

von Biddy und Rooster Burns

BIDDY

Am 14.2. ist Valentinstag. Zeit, sich über den „aus Amerika importierten Konsumtag“ aufzuregen. Marc-de-Champagne-Pralinenbashing zu betreiben. Entrüstung zu zeigen. Sämtliche Ratgeber auf sämtlichen Onlineseiten zu ignorieren. Sich auf keinen Fall Romantik vorschreiben zu lassen. „Ohne-Dich-ist-alles-doof“-Merchandise zu verbrennen. Mit hochgezogenen Augenbrauen diejenigen nasezuberümpfen, die um kurz vor 19 Uhr noch den letzten Cellophanstrauß an der Tanke abgreifen. Sich zu echauffieren, dass man wegen der Valentinstagtouristen keinen Platz beim Italiener bekommt. Sich mit seinem Partner einig zu sein, diesen Scheiß nicht mitzumachen. Sich auf keinen Fall was zu schenken. Lautstark.

Oder Zeit, sich mal wieder Zeit zu nehmen. Sich wieder in seinen Partner zu verknallen. Zu vögeln, was das Zeug hält. Wenn man danach Hunger hat, was essen zu gehen. Oder sich eine Pizza kommen zu lassen, die man im Bett verschlingt. Pralinen! Die Lautstarken krakeelen zu lassen.

Sich zu erinnern, wie es früher mal war. So zu tun, als wäre es früher, damit heute wieder früher wird. In Schluppen und Joggingbuxe Klammerblues zu tanzen. Mit dem Herzen zu strahlen. Ganz leise. So, dass es genau noch ein anderer Mensch hört.

Das mit dem „Ohne-Dich-ist-alles-doof“-Merchandise war übrigens ernst gemeint. Bitte macht das.

ROOSTER

Mir ist das alles schleierhaft. Ich find das mit dem Geburtstag feiern und diesem merkwürdigen Weihnachtsgeschenkewahn ja schon reichlich irrsinnig. Irgendwie nicht meine Welt. Da kommen mir Halloween, Valentinstag, Black Friday und was sich Leute noch alles demnächst ausdenken werden grade recht. Geschenke, Blumen, Schokolade, schlüpfrige Dreingaben für untendrunter oder untenrum zu festen Terminen kaufen – oder noch beknackter – ne Schnute zu ziehen, wenn das Gegenüber nichts hat oder das falsche Geschenk: das ist für mich wahre Armut im Herzen. Ostern

gibt's nur dicke Eier und Lecker essen. Reicht. Wunderbar. Pfingsten gibt's maximal Dosenbier und Kibbeling an der Nordsee. Auch OK.

Was ich wirklich gut find, ist die Idee hinterm Valentinstag. Warum ausgerechnet ein Heiliger und Märtyrer als Namenspatron missbraucht wird, der früher bei Krankheiten wie Epilepsie angerufen wurde, krieg ich nicht herbeifabuliert. Aber seis drum. Wems nicht immer gelingt, sich regelmäßig wieder neu in seinen Partner zu verknallen oder sich zu vergegenwärtigen, warum man an der Seite seines tollen Lieblingsmenschen so glücklich und gut aufgehoben ist, dem kann ich die Idee hinter diesem ansonsten vollständig unnötigen Tag nur wärmstens ans Herz legen. Ganz ohne Epilepsie und Märtyrertum.

Apropos Herz, ich muss los. Noch n Schokopralinenherz kaufen. Natürlich nur für mich selbst. Hüstel.

In diesem Sinne. Habt Euch lieb. Das wird schon...

IMPRESSUM

HINDENBURGER – Die Stadtzeitschrift für Mönchengladbach erscheint bei:

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

HERAUSGEBER UND CHEFREDAKTEUR:

Marc Thiele (V. i. S. d. P.)
KONTAKT REDAKTION:
Tel. 02161/68695-70, E-Mail: redaktion@hindenburger.de

TERMINKALENDER:

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

REDAKTIONELLE MITARBEIT:

Susanne Jordans, Martin Huth, Ingo Rütten, Karsten Kefenbaum, Ralf Greven
Corinna Greven, Alena Scharfschwert

FOTOS:

Marc Thiele, Marion Freier, Sonstige Fotonachweise siehe Fotos.

COVERFOTO:

yuryumovskyy/123rf.com (# 50747333)

GRAFIK:

Marktimpuls GmbH & Co. KG: Marc Thiele,

DRUCK:

Senefelder Misset

ANZEIGENVERKAUF/ANZEIGENBERATUNG:

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

AKTUELLE MEDIADATEN UND ANZEIGENPREISLISTE

werden auf Wunsch zugeschickt. Kontakt s. o.
Vertrieb in ausgewählten Stadtteilen und Verteilstellen u. a. in Mönchengladbach, Rheydt, Korschenbroich, Erkelenz, Wegberg, Viersen, Brüggen, Niederkrüchten, Schwalmatal, Jüchen, Neersen, Willich, Schiefbahn

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



Ab 7. Februar bei uns im Programm



Ab 14. Februar bei uns im Programm



DEIN LIEBLINGSKINO
COMET CINE CENTER
COMET PREMIUM GMBH & CO. KG



Viersener Str. 8 41061 M'gladbach
facebook.com/CometCineCenter
twitter.com/Lieblingskino
instagram.com/lieblingskino_mg
www.comet-cine-center.de

Aktuelle Trailer, Gewinnspiele, Vorverkauf-News unter [facebook.de/CometCineCenter](https://www.facebook.de/CometCineCenter)



FALTEN KÖNNEN RICHTIG NETT SEIN.

ABER NICHT BEI JEDEM.

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



Dr. Dr. Lange & Weyel

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

www.lange-weyel.de