

feb/märz 2013

# woman

HAMBURG

in the city

## SPORT & SPA

Hier lassen Sie die Seele baumeln!

## DIE WELTVERBESSERIN

Frauen in der Wissenschaft

## VINOTAINMENT

Master Sommelier Hendrik Thoma

*Die Ästhetik  
der Verdorbenheit*

SO SCHÖN SIND HAMBURGS FRAUEN!



# Das ist kein Pool. Das ist der perfekte Ort für Ihr bestes 2013.

Das besondere Aspria Angebot unterstützt Sie umfassend und individuell, z.B. mit dem einzigartigen Vitalitäts- und Gesundheitssystem in Form des Integrated Health Programms sowie mit einer Vielzahl an Mitgliedschaftsformen, die so flexibel sind wie Sie.

---

Jetzt neu: flexible Mitgliedschaften. Gleich sichern unter Tel. (040) 89 95 50-110

---

[www.aspria-uhlenhorst.de](http://www.aspria-uhlenhorst.de)

A unique members' club for culture, business, sport and well-being  
Hofweg 40 · 22085 Hamburg · Tel. (040) 89 95 50-110

**ASPRIA**  
Be More

# VORSÄTZLICH...

Sind Sie gut rein gekommen? Ich frage das jetzt erst, weil die womaninthecity dieses Jahr etwas später als gewohnt erscheint (wie angekündigt gibt es das Magazin künftig alle acht Wochen in höherer Auflage – für mehr Leser und ein längeres Vergnügen sozusagen). Aber da nun ja schon die ersten fünf Wochen des Jahres wieder rum sind, schiebe ich gleich mal die nächste Frage hinterher: Wie schaut's denn aus mit Ihren Vorsätzen? Hatten Sie welche? Klapp't's auch? Irgendwie ist es doch immer dasselbe: Mehr Sport, gesünder leben, nicht mehr rauchen, schlanker werden, mehr Zeit. Und am Ende sind wir frustriert, weil wieder was dazwischen gekommen ist. Bis zum nächsten Jahreswechsel also. Falls Sie da noch ein paar Tipps brauchen: Wir haben einige in dieser Ausgabe für Sie zusammengestellt. Und teilweise auch schon selbst getestet (S. 8-15). War gar nicht so schwer ...

Apropos mehr Zeit: Im Januar war das Geschrei groß, als der neue Stressreport veröffentlicht wurde. Zu viele E-Mails, zu viele Anrufe, keine Freizeit, nervende Chefs und wenig Schlaf: Wir Deutschen halten's nicht mehr lange aus. Wie gut tut da eine Auszeit in einer der Hamburger Wellness-Oasen? Auch die haben wir getestet – und sind kraftstrotzend und gut erholt. Im Treudelberg zum Beispiel sind Sie für niemanden erreichbar – außer für sich selbst. Für womaninthecity-Leserinnen hält das Steigenberger Hotel ein wirklich entspannendes Angebot bereit (S. 15). „Very sophisticated“ auch das Aspria Uhlenhorst: Spa

& Sport in exklusiver Atmosphäre (S. 12). Gut erholt und um Jahre jünger werfen wir uns dann anschließend wieder in den Hamburger Alltag. Und zeigen: Hier sind die schönen Frauen!

Er hat sie bereits vor seine Linse geholt. Der Hamburger Fotograf Carlos Kella liebt die Frauen. Und das gern mit Highheels und Nylons. Seine unzähligen, bislang unveröffentlichten Fotos hat der Künstler jetzt in einem außergewöhnlichen Fotoband zusammen gestellt. Die erotischen Schönheiten zeigen wir ab Seite 16. Und weil dazu gut ein Gläschen Wein passt, gibt's im Anschluss auch gleich ein etwas anderes Interview mit Hendrik Thoma, einem von drei Master Sommeliers in Deutschland (S. 26). Auf die Vorsätze. Prost!

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen Ihre

*Flora Düge*



Wir schicken **Socken.**  
Jetzt abonnieren!

Foto: Carlos Kella



Photos, Love & Stories: Der neue Bildband vom Hamburger Fotografen Carlos Kella!

ab Seite 16



## health&beauty

### Be more!

12 Die exklusive Sport-und Spa-Welt des Aspria Uhlenhorst

# Februar

## März porträt 16

**So schön sind Hamburgs Frauen**  
 Erotische Bildwelten von Carlos Kella

## health&beauty 10

**Bikini-Figur**  
 So purzeln die Pfunde!

**Princess for a day**  
 15 Hier lassen Sie sich majestätisch verwöhnen!

## health&beauty

**Volle Ladung**  
 13 Schöne Haut mit der Ionenhaube

## interview

**Das personalisierte Vinotainment**  
 24 Master Sommelier Hendrik Thoma

## meine story

**Maklerinnen mit Herz & Verstand**  
 32 Ohne Ärger ins neue Zuhause

## living

**Neue Serie: So wohnt Hamburg!**  
 34 Abschied von der Singlebude

## business

**Frauen in der Wissenschaft**  
 28 Die Weltverbesserin

## kultur

**Das Leben als Geliebte**  
 36 Stephanie Urvat-Jarren über das Leben als Schattenfrau

**Connis**  
 6 Shoppingtipps

shopping  
 das will  
 ich auch!

Foto: Gunnar Meyer



**standards**

03	Editorial
37	Kolumne
38	Rätsel
38	Impressum

ALTES VERKAUFEN, NEUES SHOPPEN

# CHIC!

Ankauf von Second-Hand Designermode, Taschen und Schuhen.  
Nur Originale.  
Ware schicken oder zum Ankauf-Shop Gertigstr. 12-14. Geld sofort.



EINFACH ANRUFEN  
(040) 284 67 68 60  
buddyandselly.com 

**BUDDY  
& SELLY**  
  
brands only



**Titel:**  
**woman**inthecity

**Foto:**  
Carlos Kella

vorschau

## April Mai

Die nächste Ausgabe  
erscheint am 8./9. April

Wir suchen  
**Mediaberater (m/w)**  
zur Verstärkung unseres Teams.

Die Kommunikationsagentur BARTH sucht  
Verstärkung! Auch für Quereinsteiger geeignet!

**Sie bieten:**

- Kontaktfreude und Verkaufserfahrung
- Erfahrungen in der Medienbranche
- PC- und Online-Kenntnisse
- Teamfähigkeit
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift
- Spaß am Zeitungsmachen

**Wir bieten:**

- Überdurchschnittliche Provision
- Selbstständiges Arbeiten
- Flexible Arbeitszeiten
- Gute Aufstiegschancen in einem wachsenden Team

Bewerbungen an:  
[jobs@barth-werbetechnik.de](mailto:jobs@barth-werbetechnik.de)

BARTH Werbetechnik & Design GmbH  
Jarrestraße 80  
22303 Hamburg



## connis shoppingtour



Wohnkosmetikerin und womaninthecity-Mitarbeiterin Conni Köpp hat für Sie die schönsten Shoppingtipps zusammengestellt!

shopping  
das will  
ich auch!



Das Gelbe vom Ei

Statt Schoko-Eiern und Osterhasen: „Feines Zeug“ weiß wirklich ins Nest gehört. Die Himbeermandeln in weißer Schokolade schmecken nicht nur außergewöhnlich, sondern machen auch otpisch ordentlich was her. Feines Zeug eben.

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

## All in one

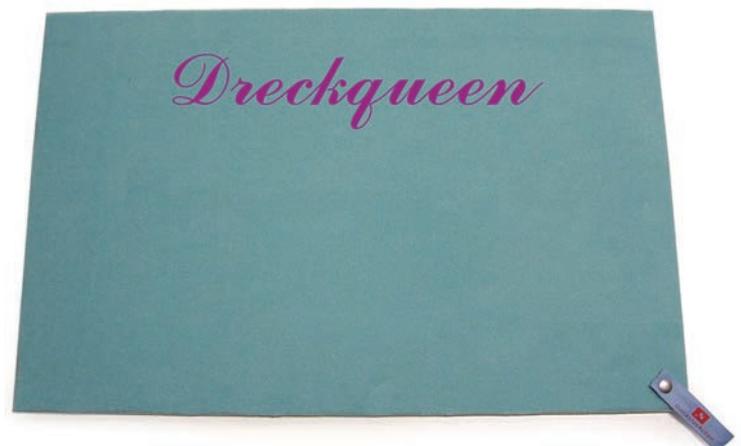


Wer dieses Kombi erfunden hat, muss Frauen lieben! Wir haben nur zwei Hände, aber machen oft vier Dinge auf einmal. Watte, Q-Tipps und Kleenex all in one – damit ist immerhin für unser (Ab)schminkritual alles schnell parat! Und natürlich gibts die Hardware in jeder Haptik: holzig, diamantig, strassig! Noch viel mehr gibt's natürlich hier:

[www.schoenbeck-design.de](http://www.schoenbeck-design.de)

Hamburgs Schuhe treten sich auf Dreckstückchen sauber! Und bist du keins, dann brauchst du eins! Seit ich in der Hamburger Werkstatt war, weiß ich mehr und meine Kunden freut's, denn: Fußmatten aus bester Velourqualität halten nicht nur 3 Jahre, sie sind auch ideal als personalisierte Bettvorleger und Wandteppiche für Kinderzimmer! Und als Geschenk und auch mal zwischendurch statt eines Rosenstraußes!

**Fußmatte, ab 28,50 Euro**  
Lappenbergsallee 10, 20257 Hamburg  
[www.dreckstueckchen.de](http://www.dreckstueckchen.de)



## Knast-Gedeck



Wie dekadent! Geschirr zum Wegwerfen? Na, zumindest täuschend echt wie jenes, das unsere bösen Brüder und Schwestern täglich vorgesetzt bekommen. Und wir benutzen es 30 Mal als Tischset oder Malunterlage. Zum Glück.

**Tischset (Block, 30 Blatt, A3)**  
13,90 Euro | [www.santa-fu.de](http://www.santa-fu.de)

Wieviel Balzac steckt eigentlich in uns? Wir lieben den Latte, den Milchschaum, die Cookies – und manchmal fragen wir uns auch, wie das noch war, mit diesem Märchen einer jungen Gründerin, die die schwarze Bohne nach Deutschland holte? Erfolg wird aus Mut gemacht! Schöne Motivationspritze für alle, denen es an beimdem mangelt!

**Taschenbuch, 7,95 Euro**



## Auf die Socke



Firmengründer Ralf Jaacks (links) und Michael Karsten tragen ihre Ziele auf der Fußsohle.

Wozu Socken? Sie schaffen nur Löcher!“ Hätte Albert Einstein damals schon auf-die-socken.de gekannt, hätte er ganz anders gesprochen. Denn das junge Unternehmen aus Hamburg lässt bei Mann und Frau die Liebe zu dem Fußkleid neu entflammen: Dessen aufgedruckte Ziele und Anregungen sollen dem Träger eine bequeme Stütze geben. Schon beim Anziehen hat er sein Ziel direkt vor Augen und bleibt bis abends mit ihm in Verbindung. „Ich bin voller Selbstvertrauen!“, „Ich erreiche meine Ziele!“, „Mich haut keiner um!“, „Ich schaffe das ABI 2013!“ – dem Einfallsreichtum der Besteller sind keine Grenzen gesetzt. „Das angestrebte Ziel ist einer der ersten und einer der letzten Eindrücke des Tages. Und setzt sich so wunderbar leicht in das Unterbewusstsein des Menschen“, betont Ralf Jaacks, der die Idee 2012 gemeinsam mit seinem Partner Michael Karsten entwickelt hat. Mittlerweile sind es nicht nur Ziele, die die Fußsohlen zieren, sondern längst auch witzige Sprüche, Namen, Liebesschwüre und vieles mehr. Eine tolle Geschenkidee für Freunde, Familie, Kunden und Geschäftspartner!



**www.auf-die-socken.de**



## Beton

BETON - der Trend! Tolle Haptik, schlicht, cool, pur. Und als Kontrast ein Puschelkissen auf den Hocker! Und Schoko-Kinderfinger hinterlassen auch keine Spuren mehr. Schauen, staunen, ausprobieren – gleich in Eppendorf, im neuen Laden „235 Interior“

**Beton-Hocker, 119 Euro**  
235 Interior | Eppendorfer Weg 235  
20251 Hamburg  
[www.235interior.de](http://www.235interior.de)

## Aloha-Spirit

Es müzt so sehr, nicht nur in Hamburg! Aber hier zumindest hat eine Marke die halbe Stadt im Griff: die Kopfkleidchen von SHAKA-BRAH. Alleinstellungsmerkmal: in den Maschen fließt ALOHA-SPIRIT mit und auch die gute Seele der Nadel-Fee.

**Shaka-Brah**  
3 Größen, viele Farben, ab 18€  
[www.shaka-brah.de](http://www.shaka-brah.de)



AUSGEGLICHENHEIT IST WICHTIGER DENN JE, UM FIT ZU SEIN UND ZU BLEIBEN!

# STRESS? SO LADEN SIE IHREN AKKU WIEDER AUF!

Jeder zweite Deutsche habe in den vergangenen zwei Jahren mehr Arbeitsstress zu verarbeiten. Dieser sei besonders durch gestiegenen ‚Termin- und Leistungsdruck‘ verursacht!“ So steht es als ein Ergebnis im jetzt von der ‚Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA) vorgelegten „Stressreport Deutschland 2012“. Wie sieht es bei Ihnen aus? Finden Sie die zum Ausgleich notwendige „Zeit für sich“, um entleerte Akkus wieder aufzuladen, Ihre Gedanken zu ordnen und sich so selbst und Ihr Umfeld angenehm wahrzunehmen und zu erleben?

Begriffe wie „BurnOut“, „Work-Life-Balance“, „ChangeProzess“ sind in vielen Betrieben immer häufiger zu hören. Was allerdings konkret dahinter steckt, frage ich mich als sportmedizinischer Personal Trainer immer wieder. Diesen in der Theorie so schön klingenden und nachvollziehbaren Ansätzen fehlt meiner Erfahrung nach in den meisten Fällen die Umsetzbarkeit in die Praxis. Anstatt also darauf zu warten, dass „die Firma“ ein praktikables Modell erfolgreich umsetzt, empfehle ich Ihnen, sofort bei sich selbst zu beginnen!

Zwei zeitsparende Möglichkeiten biete ich Ihnen an: Zum einen das „medizinische powerplate® training“ und zum anderen „modern tai chi“. Im „medizinischen powerplate® training“ (Foto) reicht schon ein einmal wöchentliches Training von 30 Minuten. Mit meiner Unterstützung im Einzeltraining erreichen Sie so Kräfti-

gung und Definition Ihrer Muskulatur, Stabilisierung Ihrer Gelenke wie auch Wirbelsäule und genießen Entspannung sowie Massage. In Studien konnte dazu u.a. nachgewiesen werden, dass Ihr Stresshormonspiegel schon nach kurzer Trainingszeit deutlich sinkt und Ihnen zu körperlicher Ausgeglichenheit verhilft.

Im „modern tai chi“ nutzen wir die uns vertraute westliche Logik, um die Effekte der asiatischen Ursprungsform schnell und erfolgreich zu erspüren. In Einzelübungen sowie als Folge von harmonisch ineinander verlaufenden Bewegungen erleben Sie so den Ausgleich Ihrer im Alltag belasteten Muskulatur ebenso wie mentale Entspannung und Stärkung zugleich.

Ich zeige Ihnen gern, mit welchen effektiven und zeitlich schaffbaren Inhalten Ihnen Ihr Wohlfühltraining Ausgeglichenheit in Privat- und Joballtag verschaffen kann – „Seien Sie Sie selbst!“

**W Tobias Methmann**

Hier scannen für weitere Informationen und gleich Ihren kostenlosen Probetermin vereinbaren: [info@fitcare-professional-training.de](mailto:info@fitcare-professional-training.de)




**fitCARE**  
professional fitnesstraining

**powerplate® training**  
exklusiv im Physioteam Gertigstraße

Kräftigung, Straffung, Stabilisierung, Beweglichkeit und Entspannung bei geringem Zeitaufwand!

Also keine Zeit vergeuden: Ich motiviere Sie gern!

Vereinbaren Sie Ihr kostenloses Probetraining, Ihren TrainingsCheckUp oder Ihren Beratungstermin!  
Auch als Geschenkgutschein erhältlich!

[www.fitcare-professional-training.de](http://www.fitcare-professional-training.de) tele. 040 30639658



**jasmin duszynski**  
**RETUSCHEN & COMPOSINGS**

bartelsstrasse 65 ♦ 20357 hamburg ♦ tel: 0163/ 510 47 60  
[mail@jasminduszynski.de](mailto:mail@jasminduszynski.de)



**Ringhotel Ahrensburg**  
★★★★ Superior



Schon an Ostern gedacht?

Ihre Gäste übernachten bei uns in ruhiger, gemütlicher Atmosphäre!

Ahrensfelder Weg 48-50 | Telefon (0 41 02) 51 56-0  
[www.ringhotel-ahrensburg.de](http://www.ringhotel-ahrensburg.de)

**EXCLUSIVES SECONDHAND & SCHÖNES NEUES**

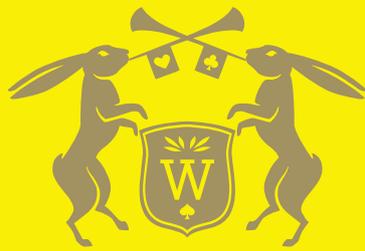
**SECONDRIMO**  
EPPENDORFER WEG 78  
20259 HAMBURG  
T: 040 4018 6666  
[SECONDRIMO@ARCOR.DE](mailto:SECONDRIMO@ARCOR.DE)

ÖFFNUNGSZEITEN:  
MO.-FR. 11-18.30 UHR, SA. 11-16 UHR

WARENANNAHME:  
MO. UND MI. VON 11.30 - 17 UHR

*Ab sofort Annahme von Frühjahrsmode!*





WITTY KNITTERS  
COLLECTIONS

◆ SPRING COLLECTION 2013 ◆



ab 18. Februar im WITTY KNITTERS Store Eppendorf

WITTY KNITTERS Store HH-Eppendorf  
EPPENDORFER BAUM 44 ♠ 20249 HAMBURG

VISIT 'THE WITTY SHOP'

[www.wittyknitters.com](http://www.wittyknitters.com)

Follow us on [facebook.com/wittyknitters](https://www.facebook.com/wittyknitters)



© Spofn - Fotolia.com

# ICH DARF DEN GÜRTEL ENGER SCHNALLLEN!

## DAS NATURAL WEIGHT LOSS PROGRAMM IM SELBSTVERSUCH

Der Sommer hatte seine Spuren hinterlassen. Schlemmen und faulenzten unter südfranzösischer Sonne, ein kühles Blondes zum Feierabend und Rotwein unterm Sternenhimmel am Strand – der Gürtel musste anschließend ein Loch weiter geschnallt werden. Egal, was ist schon ein Loch? Die paar klitzekleinen Zentimeter mehr Umfang – schwups, war's das zweite Loch. Und dabei blieb es trotz zahlreicher Diät-Versuche hartnäckig. Die Hosen Größe 36 blieben vorerst im Schrank und ich wich auf die 38er zurück. Und das traf meinen Stolz. Gerade als sich das Unwohlsein ins Schmerzhafte steigerte, allabendliche Magenschmerzen mir zu schaffen machten, ich mich schlapp und müde fühlte, lernte ich Natural Weight Loss kennen.

Drei Wochen lang habe ich das Programm mitgemacht – und bin begeistert. Noch nie war es so einfach, sein Wunschgewicht zurück zu bekommen. Schon nach der ersten Woche konnte der Gürtel wieder etwas enger geschnallt werden! Das Programm verknüpft einen individuellen Ernährungsplan mit einem homöopathischen Wirkstoffkomplex, der dreimal pro Woche die Abnehmphase zusätzlich unterstützt. Der Blutzuckerspiegel bleibt dadurch konstant und der Stoffwechsel aktiv. Heißhungerattacken gab es nicht, Lebkuchen, Glühwein und andere Leckereien der Weihnachtszeit ließen mich kalt. Die schnellen Erfolge motivierten zum Nein-Sagen und weckten die Erinnerung,

wie einfach eine gesunde Ernährung sein kann. Wozu Pizza? Viel leckerer ist ein selbst gemachtes Essen, bei dem ich weiß, was drin ist. Kohlenhydrate? Wozu? Braucht kein Mensch. Nur eines gebe ich zu: Ich liebe Kaki, hatte die Frucht wochenlang zur Grundlage meiner Ernährung gemacht. Bis ich erfuhr, dass darin mehr Kohlenhydrate stecken als in Bananen. Und die tun mir einfach nicht gut... Keine Kohlenhydrate bedeutet für mich: keine Bauchschmerzen. Also weg damit!

Anfang Dezember habe ich mit der Kur begonnen, Weihnachten war ich bei meinem Wunschgewicht zurück. Da ich mich nie wiege, kann ich das leider nicht in Kilo ausdrücken. Aber acht Zentimeter weniger an der Hüfte und drei am Oberschenkel – meine absolute Wohlfühlfigur! Nach der Natural Weight Loss Kur ist der Stoffwechsel übrigens optimal eingestellt. Statt Kalorien zu zählen, reicht es, sich bewusst zu ernähren und das Essen samt Glas Wein zu genießen. Auch Ausrutscher sind dann hin und wieder erlaubt – im Handumdrehen lassen die sich durch kleine Tricks schnell wieder ausbügeln. Ich habe mich da nämlich gleich einer Herausforderung stellen müssen: Zwei Wochen Urlaub in Dubai. Es hat funktioniert! Trotz Sonnenscheins und Sternenhimmel...

W Ilona Lütje

## Das Programm

Entwickelt wurde das Natural Weight Loss Programm 2010 von der Hamburger Humanmedizinerin Daniela Laubinger in enger Zusammenarbeit mit Homöopathen und Ernährungswissenschaftlern. Das Programm verbindet Homöopathie und gesunde Ernährung. Der homöopathische Wirkstoffkomplex enthält rein natürliche Inhaltsstoffe und natürlich weder Hormone noch Chemie. Durch eine geeignete Ernährung werden keine Muskeln abgebaut, der Blutzuckerspiegel bleibt konstant, der Stoffwechsel wird durch die Kur so aktiviert, dass der Jojo-Effekt anschließend keine Chance hat. Ein schneller Erfolg motiviert zum Weitermachen. Ob jemand vor der Hochzeit noch schnell fünf Kilo abnehmen oder langfristig 40 Kilo weniger auf die Waage bringen möchte: Bei der Natural Weight Loss Company steht immer die Gesundheit im Mittelpunkt. Die Ergebnisse sprechen für sich: 90% der Kunden der Natural Weight Loss Company haben nicht nur erfolgreich ihr Wunschgewicht erreicht, sondern halten dieses auch langfristig.



Ernährungsberaterin Daniela Laubinger

**The Natural Weight Loss Company**  
 Speersort 8 | 20095 Hamburg  
 Telefon: +49 (0) 40 226 91 277  
 Mobil: +49 (0) 176 210 30 966  
[www.nwl-company.com](http://www.nwl-company.com)

ZAHNARZT-PRAXIS DR. BIRGIT VINKELAU:  
EXPERTEN FÜR PROPHYLAXE UND ZAHNÄSTHETIK

# Keep your smile!

*Schöne Zähne sind zu einem Aushängeschild geworden: Wer Zähne zeigen darf, kommt bei seinen Mitmenschen gut an. Und nicht nur das. Auch im Job ist ein makellooses Lächeln mittlerweile ein nicht zu unterschätzender Erfolgsfaktor. Die Praxis Dr. Vinkelau am Rathausmarkt kümmert sich nicht nur um die Gesundheit, sondern auch um die Schönheit der Zähne. Für ein dauerhaft strahlendes Lächeln!*

Gesunde Zähne sind schöne Zähne und Zahngesundheit fängt bei der Pflege an. Zahnbelag fördert Karies und Parodontitis. Um ihn zu bekämpfen, reicht die tägliche Zahnpflege zu Hause nicht aus. Mindestens ebenso wichtig sind die Prophylaxebehandlungen beim Zahnarzt. „Regelmäßige Prophylaxe ist die beste Vorbeugung gegen Karies und Zahnfleischerkrankungen – und damit die Voraussetzung zur Gesunderhaltung Ihrer Zähne“, betont Zahnärztin Dr. med. dent. Birgit Vinkelau. Seit zehn Jahren leitet sie die moderne Praxis am Rathausmarkt und weiß, worauf es ankommt. Eine speziell ausgebildete Prophylaxeassistentin betreut dort die Prophylaxe-Patienten. Nach einem umfassenden Mundhygienestatus befreit sie deren Zähne bei einer professionellen Zahnreinigung von allen hartnäckigen Zahnbelägen und poliert sie anschließend gründlich. Diese Politur und die Versiegelung mit Fluor sind ein optimaler Schutz vor Bakterien und Zahnbelag. Schon längst ist erwiesen: Über 80 Prozent aller Zahnfleischerkrankungen könnten durch eine vorbeugende Pflege verhindert werden. „Die Prophylaxe ist schmerzfrei und sollte alle sechs Monate wiederholt werden“, so die Zahnärztin. Nur so könne ein wirkungsvoller Schutz gegen Karies und Parodontitis erhalten und teurer Zahnersatz vermieden werden.

„Schöne und gepflegte, weiße Zähne sind Voraussetzung für einen frischen und sympathischen Ausdruck und tragen wesentlich zum Wohlbefinden bei“, sagt Dr. Vinkelau. Sie weiß: Immer mehr Menschen wünschen sich ein schönes Lächeln. Seit Jahren schon ist ihre Praxis auch auf ästhetische Zahnbehandlungen spezialisiert. Durch diese langjährigen Erfahrungen und

ein umfangreiches Spezialwissen gibt es für alle Probleme wie zum Beispiel unschöne Verfärbungen eine hochwertige ästhetische Lösung. Bei leichten Zahnfehlstellungen, Lücken, Verfärbungen oder kleineren Defekten kommen Veneers zum Einsatz. Die dünnen, fast transparenten keramischen Verblendschalen werden nach zahnschonender Präparation dauerhaft von außen auf dem Zahn befestigt. „Sie sind form- und farbbeständig, optimal an das Gebiss angepasst und ebenso haltbar wie eine herkömmliche Krone, bei minimalem bis gar keinem Verlust von Zahn-Hartsubstanz“, erklärt Dr. Vinkelau.

Die Praxis am Rathausmarkt arbeitet nach dem neuesten Stand der Zahnmedizin. Das für das „office bleaching“ genutzte Verfahren gilt als eine der besten und sichersten Zahnaufhellungsmethoden, die zur Zeit angewendet werden. „Eine klinische Studie hat ergeben, dass keine strukturellen Veränderungen der Zähne, keine ungünstigen Einflüsse auf Füllungen, kein Aufweichen des Zahnschmelzes zu beobachten sind und die Anwendung für das Zahnfleisch unschädlich ist“, so die Zahn-Expertin. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: „Ein strahlendes Lächeln für zwei bis drei Jahre!“

Vor langen Wartezeiten muss sich hier übrigens niemand fürchten. „Wir haben ein optimales Zeit-Management und arbeiten streng nach Termin“, so Dr. Vinkelau. „Hier muss niemand warten!“

**Dr. med. dent. Birgit Vinkelau**  
Zahnarztpraxis am Rathausmarkt  
Rathausmarkt 19 | 20095 Hamburg  
Tel.: 040 364688  
[www.birgit-vinkelau.de](http://www.birgit-vinkelau.de)  
[praxis@birgit-vinkelau.de](mailto:praxis@birgit-vinkelau.de)

[Verlagspromotion]



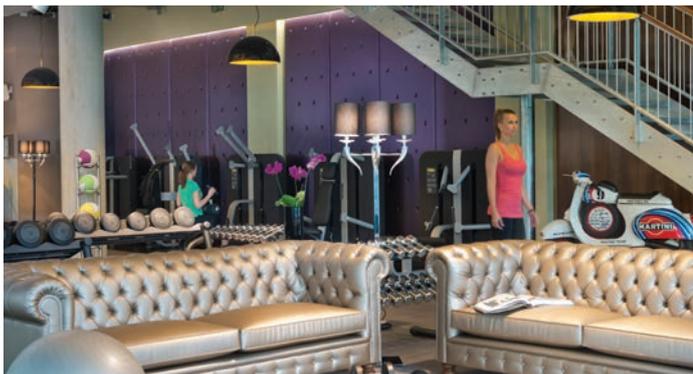
Dr. med. dent. Birgit Vinkelau



# SO SOPHISTICATED

ASPRIA UHLENHORST BIETET SEINEN MITGLIEDERN EINE EXKLUSIVE SPORT- & SPA-WELT

*Mit dem Konzept „be more“ verwirklicht Aspria für seine Mitglieder die Idee des „third place“ – ein Ort, der neben dem eigenen Zuhause und dem Arbeitsplatz zum Zentrum eines modernen Großstadtlebens wird. Ganz nach der Tradition englischer Clubs kümmert man sich hier nicht nur um Gesundheit und Wohlbefinden, sondern trifft auch Freunde und Geschäftspartner. Well-Being, Sportclub, Lifestyle-Location, Netzwerk- und Businesstreffpunkt, Restaurant und Hotel sind hier unter einem Dach vereint.*



[Verlagspromotion]

Fast ein Jahr ist es her, dass das Aspria Uhlenhorst 2012 auf dem Gelände des historischen Klipper Tennis- und Hockey-Clubs am Hofweg seine Tore geöffnet hat. Als eleganter Member-Club begeistert das Aspria seitdem immer mehr Hamburger. Schließlich finden sie hier einen perfekten Ort für Sport, Spa und Lifestyle.

Eng wird es dabei nicht: Über rund 7000 Quadratmeter erstreckt sich die beeindruckende Spa- und Wellness-Welt mit fünf Saunen, Innen- und Außenpool, Sole-Raum, Dampfbad, Kaminraum und Hammam. Besonders schön für alle, die es an die frische Luft zieht: Auf dem 18000 Quadratmeter großen Areal gibt es neben der Sonnenterrasse und einem Saunagarten auch sechs Tennisplätze, ein Beachvolleyballfeld und einen Kunstrasenplatz zum Kicken oder Hockeyspielen. Übrigens: Kalte Füße bekommt hier draußen niemand – sämtliche Fußwege sind beheizt.

Der Fitnessbereich ist auf dem allerneuesten Stand der Technik. Lounge, Bar und Restaurant mit Dachterrasse bilden das

Herzstück des Clubs und bieten einen idealen Rahmen, um sich nach Training und Wellness mit Gleichgesinnten zu treffen! Außerdem gehören 48 Zimmer im Vier-Sterne-Hotel zum Aspria. Der Spa-Bereich steht übrigens auch Nichtmitgliedern zur Verfügung. Ein idealer Ort, um dem Alltag zu entfliehen. Die Aspria-Spas wurden bereits mehrfach ausgezeichnet.

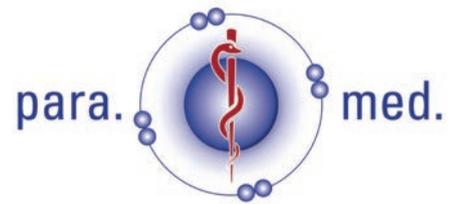
Angewandt werden nur ausgewählte Marken. Erst im Herbst ist Kerstin Florian aus den USA angereist, um ihre Spa-Produkte persönlich vorzustellen. Ihre Philosophie dreht sich um einen ganzheitlichen Wellness-Ansatz, der äußere Schönheit mit innerer Gesundheit vereint, und deckt sich perfekt mit der Aspria-Philosophie. Ganz neu im Aspria ist auch Ligne St. Barth: Natürliche Produkte mit einem Hauch Karibik für Männer und Frauen – als Spa-Behandlung und auch für Zuhause.

Alles in allem: Hier will man bleiben – an einem exklusiven Ort, der moderne Großstadtmenschen ganzheitlich anspricht und im Bedürfnis nach körperlicher Be-

wegung, gesunder Ernährung, mentaler Fitness und sozialer Interaktion optimal unterstützt. Mit „Integrated Health“ hat Aspria ein Programm entwickelt, das detailliert einen individuellen Weg zu mehr Fitness, höherer Leistungsfähigkeit, verbesserter Gesundheit und innerer Ausgeglichenheit zeigt. Aufgrund vielfältiger Parameter, die mit modernsten Geräten gemessen und durch ein zielgerichtetes Gespräch zur aktuellen Verfassung und gewünschten Entwicklung ergänzt werden, entwickelt das Aspria Integrated Health Team ein individuelles Sportprogramm, das mit der Unterstützung von Trainern und Therapeuten umgesetzt werden kann. Und selbst für die Kleinsten ist gesorgt: Neben der Betreuung werden Kindern auch Schwimm- und Tennisunterricht, Hockey, Tanz und Kunst geboten.

Bei Interesse an einer Mitgliedschaft steht das Sales Team unter der Telefonnummer 040/ 899550110 zur Verfügung.

[www.aspria-uhlenhorst.de](http://www.aspria-uhlenhorst.de)



Fachinstitut für Hautgesundheit  
und ganzheitliche  
Anti-Aging-Therapie

## Akkuwechsel für die Haut!

mit Dermionologie – die  
Weltneuheit in  
Medical Beauty

Holen Sie  
sich Ihren  
Frischekick:  
Testen Sie  
unsere  
Ionenhaube!



Eine innovative Methode auf Basis  
der Quantenphysik hilft, die Uhrzeit  
Ihrer Haut um Jahre zurück zu stellen.

Sofort sichtbare Hautverjüngung  
und Steigerung der  
geistigen Leistungsfähigkeit!

Dauer einer Anwendung: 30 Minuten!  
Als Bestandteil einer  
Gesichtsbehandlung oder als Kur  
(10 Anwendungen innerhalb von 28 Tagen)

## Aktionsangebot!

Einmalige Testbehandlung 20 Euro!  
Bei Buchung einer Kur  
erhalten Sie zur  
Unterstützung ein Pflegeset gratis!

„Wir versprechen keine  
Wunder, sondern Resultate!“

Ihre Edeltrud Stark  
para.med. Hauttherapeutin

Tel.: (040) 44 81 80  
20148 Hamburg • Mittelweg 159  
www.beletage-kosmetik-hamburg.de

Altern ist eine Energiekrise, weiß No-Age®-Expertin Edeltrud Stark (kleines Foto). Mit der Dermionologie bietet sie Frauen und Männern jetzt eine volle Ladung Energie für die Haut!



[Verlagspromotion]

ANTI AGING DURCH QUANTENPHYSIK: DIE IONENHAUBE

# VOLLE LADUNG!

*Das gibt es sonst nur nach einem lang ersehnten Sommergewitter. Oder in der Nähe von einem Wasserfall. Beides ist ein wahrer Frischekick für die Haut. Der Grund sind die Negativ-Ionen, die dort geballter als gewöhnlich die Sauerstoffanreicherung in unserem Blut fördern und für ein frisches Aussehen sorgen. Mit der Dermionologie gibt es jetzt ein einzigartiges Verfahren, dass Ihnen ganz relaxed eine ebensolche volle Ladung Sauerstoff liefert. Wir haben uns die Energietankstelle einmal näher angeschaut.*

**G**eht es nach den Biophysiologyen, sind wir Menschen elektronisch positiv geladen – wie alle anderen Lebewesen auf der Erde auch. Aus Sicht der Physiologen bedeutet Leben: Stoffwechsel. Und damit der in unserem Körper überhaupt erst funktioniert, brauchen wir das elektrische Minus aus dem Sauerstoff. Denn erst, wenn (+) und (-) in unseren Zellen aufeinandertreffen, ist die Voraussetzung für Stoffwechsel und Leben erfüllt.

Zwar ist genügend Sauerstoff um uns herum, doch unsere Lungen geben ein Leben lang nur eine bestimmte Menge an unseren Körper ab. Und die reicht im Alter aufgrund der Degeneration der Organe nicht mehr aus: Sie brauchen dann mehr Energie, die Haut kommt zu kurz und altert. Genau hier setzt die Dermionologie an: Von außen wird eine geballte Ladung konzentrierter Negativ-Ionen in die Dermis geleitet. Während sich in der Umgebungsluft 500 bis 1000 Negativ-Ionen pro cm<sup>3</sup> Atemluft befinden, sind es nach einem Gewitter an der frischen Luft schon etwa 4000. Das Gerät verstärkt diesen Anteil noch einmal um ein Vielfaches. „Ein herrlicher Frische-Kick, danach sieht die Haut rosig und prall aus wie nach einem langen

Spaziergang am Meer“, schwärmt Hamburgs einzige No-Age®-Expertin Edeltrud Stark. In ihrem Fachinstitut Bel Etage Kosmetik am Mittelweg hat sie gemeinsam mit ausgewählten Kunden die utopisch aussehende Ionenhaube ausführlich selbst getestet und ist begeistert. „Nicht nur, dass die Haut strahlender und glatter wird. Da man bei der Anwendung die geballte Energie einatmet, profitiert der ganze Organismus davon. Man wird spontan ruhiger und ausgeglichener – perfekt bei einem stressigen Alltag.“

30 Minuten dauert eine Anwendung unter der Ionenhaube. „Ein Ergebnis lässt sich schon nach dem ersten Mal spüren und sehen“, betont Edeltrud Stark. Für einen nachhaltigen Effekt empfiehlt die Expertin zehn Behandlungen innerhalb von 28 Tagen (ein Hautregenerationszyklus). Das Haubild ist am Ende der Kur sichtbar verjüngt. Hautprobleme wie Couperose und Neurodermitis werden deutlich gemindert.

Die Preise sind moderat: Eine Behandlung kostet 27 Euro. Kleiner Tipp: Für noch mehr Erfolg die Sauerstoffkur unbedingt mit einer gründlichen Hautreinigung starten!

# NEU

angebot zur eröffnung

statt EUR 79.- nur **EUR 39.-**

1 prosecco zur begrüßung

1 stunde fotoshooting mit kleiderwechsel

3 bearbeitete fotos auf cd

gültig bei vorlage dieses gutscheins bis 30. april 2013



fotografie

gunnar meyer

kaltenkircher platz 10 - 22769 hamburg - [www.fotograf-hamburg.org](http://www.fotograf-hamburg.org)

termine unter: 040 - 278 682 764 oder 0178 - 729 86 13

# Princess for a day

[Verlagspromotion]

*Hier fühlen Sie sich garantiert majestätisch! Im Treudelberg DaySpa können Sie schließlich den Alltag hinter sich lassen und den inneren Schalter auf pure Entspannung umlegen. Ganz gleich ob im DaySpa, der Private Spa Suite oder dem Country Club mit Schwimmbad, Saunen und Fitness Center. Probieren Sie es aus. Für womaninthecity-Leserinnen hält das Hotel ein attraktives Angebot bereit!*

**W**arum in die Ferne schweifen...? Schon Goethe wusste: Das Gute liegt so nah! Im Treudelberg finden Hamburger schließlich eine erholsame Wellness- und Golfoase für eine kleine Auszeit. Inmitten des Naturschutzgebietes Alstertal bietet das Steigenberger Hotel Treudelberg einen Ort der Ruhe und Erholung – dank

einer optimalen Verkehrsanbindung nur einen Katzensprung vom Großstadtschlingel entfernt.

Gäste und Freunde des Hauses finden im Steigenberger Hotel Treudelberg Hamburg das Besondere: Sie fallen vom Golfplatz direkt auf die Massageliege. Doch auch Nicht-Golfer genießen hier grenzenlose Entspannung. Ihnen wird auf 500 Quadratmetern in acht Behandlungsräumen Massagen, Bäder, Kosmetikanwendungen und vieles mehr geboten. Verwöhnt werden sie mit den exklusiven Produkten von Ligne St Barth und Thalgo sowie der innovativen Kosmetiklinie Couleur Caramel. Übrigens: Wer nicht gern allein genießt, ist auf Treudelberg ebenfalls perfekt aufgehoben. Die Doppelmassagekabine lädt zu gemeinsamer Entspannung ein und in der Private Spa Suite genießt man Wellness in privater Atmosphäre.

Auch das Interieur lässt keine Wünsche offen. Warme Naturfarben, schlichte elegante Deko: Das Treudelberg DaySpa bietet Körper und Seele den richtigen Rahmen. Zwischen den Behandlungen steht das Tepidarium mit angenehmer Wärme von 39°C zur Verfügung und auch die Salina Vita bietet Möglichkeiten zur Regeneration. Durch zugeführte salzartige Luft und einen farblich wechselndem Sternenhimmel wird der Saunabesuch zu einem unvergesslichen Erlebnis. Also worauf warten? Raus aus dem Alltag, rein in die



Ruhe! Abschalten, verwöhnen lassen, Kraft tanken!

Von montags bis samstags erwartet das Spa-Team seine Gäste von 10 bis 20 Uhr und sonntags von 10 bis 18 Uhr. Beratung und Reservierungen unter folgender Telefonnummer: 040/608 22 8881 oder per E-Mail: [beauty@treudelberg.com](mailto:beauty@treudelberg.com)

**Steigenberger Hotel Treudelberg**  
Lemsahler Landstr. 45 | 22397 Hamburg  
Tel. 0 40 / 60 82 20  
[www.treudelberg.com](http://www.treudelberg.com)

## WOMANINTHECITY-ANGEBOT!

PRINCESS FOR A DAY

- \* klassische Rückenmassage
- \* St Barth Pureness Gesichtsbehandlung
- \* Kostenfreie Nutzung des Country Clubs im Landhaus mit Schwimmbad, Saunen und Fitness Center für den ganzen Tag
- \* kleines St Barth-Geschenk

**90 Euro\***

STICHWORT: WITC

\*gültig bis 30. Juni 2013

Sichern Sie sich Ihren Wunschtermin unter 040/60 822-8881 oder per E-Mail an [beauty@treudelberg.com](mailto:beauty@treudelberg.com)

EIN FOTOBAND ZUR ÄSTHETIK DER VERDORBENHEIT

# EROTISCHE BILDWELTEN

*Er liebt die Frauen. Ganz besonders, wenn sie Nylons und High-Heels tragen. Und darum setzt er sie auch immer wieder kunstvoll in Szene. Längst kommen die burlesquen Damen nicht nur aus dem Umkreis in die Hansestadt, um vor seiner Linse zu posieren. Frauen aus der ganzen Welt lassen sich von ihm ablichten. Sie wissen: Niemand sonst kann ihre Weiblichkeit so gleichermaßen extravagant wie anmutig inszenieren wie Carlos Kella. Mit seinem neuen Bildband Photos, Love & Stories zeigt der Hamburger Fotograf jetzt einen Querschnitt seiner Arbeiten, textlich begleitet von 14 ausgewählten Weggefährten.*

**Text: Ilona Lütje | Fotos: Carlos Kella** 

Das Oberhafenquartier in der Hafencity. Eine lange Rampe entlang der alten Lagerhallen weist den Weg über holpriges Kopfsteinpflaster. Tor 19, 20, 21. „Hinter 22 findest du uns“, sagt Carlos Kella. Der Arbeiter-Charme ist hier geblieben, auch wenn längst Kreative die Lagerhallen für sich entdeckt haben. Im Obergeschoss wird gerade das nächste Shooting vorbereitet, zwei Visagistinnen kümmern sich um das Model, das in Jeans und T-Shirt noch ganz gewöhnlich daher kommt. Doch spätestens, wenn Carlos Kella mit seiner Kamera dazu kommt, weht ein Hauch von Verwundtheit durch das alte Loft. „Ich liebe es, Frauen zu inszenieren“, sagt der 44-Jährige und fügt lachend hinzu: „Vor allem, wenn sie Nylons tragen...“

Carlos Kella weiß, dass er mit seinen Bildern auch schon mal aneckt. „Manche

Frauen halten das für sexistisch“, sagt er verständnislos. Schließlich geht es für den Kreativen, der bereits 20 Jahre lang als Kommunikationswirt in der Werbebranche arbeitet, um Kunst. Und um das Leben. Die inszenierten Frauen sind, selbst wenn sie den Blick auch manchmal schüchtern vom Betrachter abwenden, niemals schwach und unterwürfig. Man spürt förmlich, wie sie ihre Weiblichkeit genießen und diese voller Stolz präsentieren, gern auch mal mit einem kleinen Augenzwinkern. Was sich Kella bei der Zusammenstellung des Bildes gedacht haben mag, bleibt dabei Nebensache. „Meine Bilder erzählen Geschichten“, sagt er. Und diese zwingt er dem Betrachter nicht auf. „Ich will damit nur inspirieren. Für jeden Betrachter ist es am Ende eine andere Story.“

Die Location wird immer sorgsam ge-

wählt: mal ist es ein Schiff, mal eine ranzige Hamburger Bar, ein blank geputztes Bad, ein Kornfeld. Oft ist es ein Auto. Amerikanische Oldtimer haben es dem Fotografen nämlich mindestens ebenso angetan wie die selbstbewussten, starken Frauen.

2007 will Carlos Kella seine Leidenschaft zum Beruf machen: als Fotograf der extravaganten US-Cars. Sie kombiniert er immer wieder mit Frauen in ebenso außergewöhnlichen Dessous und veröffentlicht im Eigenverlag seit 2009 die jährlichen Kalender „Girls & legendary US-Cars“. In der Szene sorgt er damit immer wieder für Aufsehen und weckt Begierde: Immer mehr Frauen wollen vor seine Linse. „Ich habe mittlerweile so viele unveröffentlichte Bilder, es wäre schade, sie nicht zu zeigen“, sagt Kella, der gemeinsam mit seiner Lebensgefährtin Alexandra Steinert schließ-





... DAS LEBEN SAUST FLUSSABWÄRTS BIS  
ZUM GROSSEN DELTA. ... WIR LENKEN NICHT  
DEN WEG DES WASSERS AUF DER FAHRT IN  
RICHTUNG EWIGKEIT. WIR KÖNNEN NUR EIN  
PAAR TROPFEN AM UFER VERSPRITZEN...

Hans Christian Blecke

lich beschließt: „Wir veröffentlichen einen Bildband.“

Seine Fotografien ließ Carlos Kella in dem Buch von 14 Autoren ergänzen, die er gemeinsam mit seiner Lebensgefährtin persönlich auswählte. Ihnen stellte er in einer geschlossenen Facebook-Gruppe seine Fotoauswahl zur Verfügung. „Die Autoren konnten dann die Fotos markieren, zu denen ihnen sofort etwas einfallen würde.“ Mal sind es nur ein paar Worte oder kurze Sätze, ein anderes Mal Kurzgeschichten und Gedichte. Die Texte sind so vielseitig wie die Autoren selbst – erotisch, sinnlich, provokant, inspirierend. „Der Leser kann die Texte als Ergänzung zum Foto sehen, muss es aber nicht“, betont Kella.

Dass der typische Käufer des Buches eher männlich sei, davon haben sich Kella und seine Lebensgefährtin und Geschäftspartnerin Alexandra Steinert längst verabschiedet. „Unglaublich viele Frauen bestellen sich das Buch, weil es einfach ein schöner Bildband zum Haben & Vorzeigen ist“, so Alexandra Steinert. Außerdem spräche das Cover, das bewusst keine Frau sondern eine edle Illustration abbildet, gerade die weibliche Käuferschaft an. In einer exklusiven Geschenk-Edition hat der Verlag Sway Books auch 500 Sonderexemplare herausgebracht. Das nudefarbene Buch ist vom Fotografen handsigniert und mit einer Nummer versehen. Außerdem erhält der Käufer ein kleines Making-Off-Booklet dazu – und ein Paar limitierte Nylons von Ars Vivendi. „Die haben wir exklusiv in Frankreich produzieren lassen“, erzählt Kella, der gerade zu Weihnachten damit vielen eine Freude machen konnte. Er zeigt auf den Stapel gepackter Pakete. „Wir machen hier noch alles selbst. Jedes Buch ist unser Baby“, sagt er stolz. Und das kann er auch sein: Auf 192 Seiten präsentiert er die schönsten Fotos von bekannten Burlesque-Tänzerinnen, unbekanntem Schönen und internationalen Pinup-Models. „Viele Frauen sind Amateur-Models“, erzählt Kella.



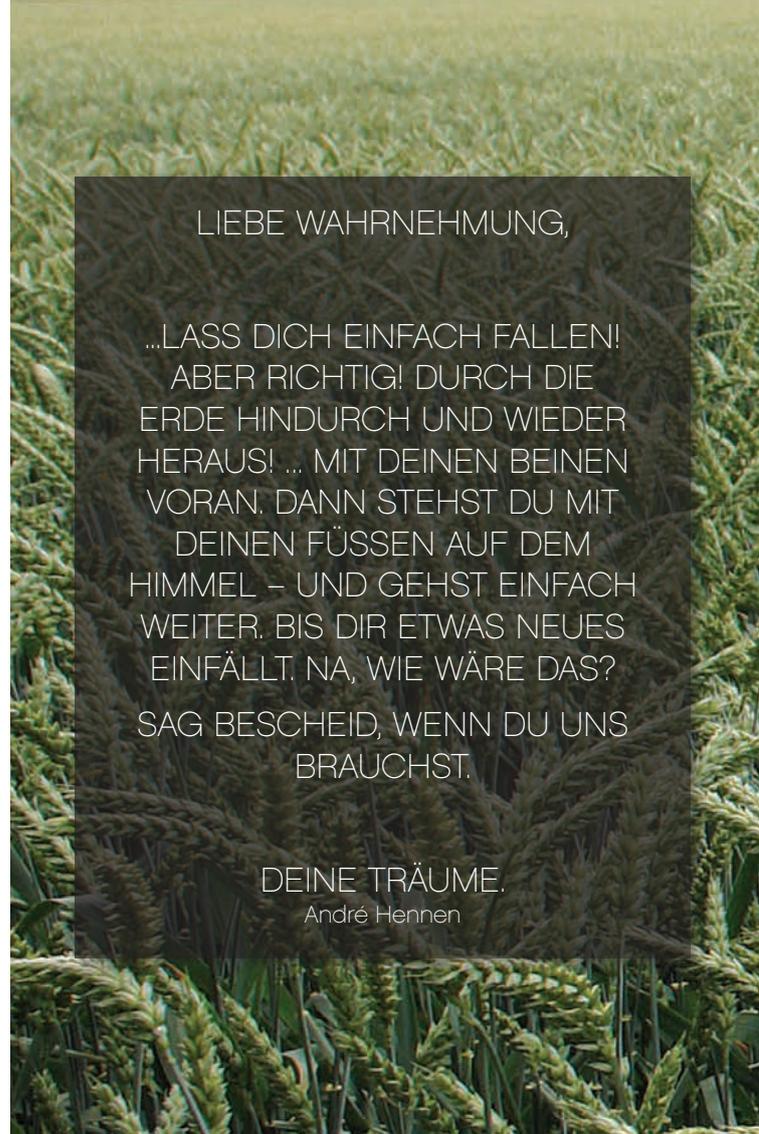
„Sie müssen nicht perfekt sein, sondern das gewisse Etwas ausstrahlen und sich vor der Kamera wohlfühlen.“ Photoshop? Ohne Kella. „Das ist keine Kunst, sondern Handwerk“, sagt er. „Ich will keine Künstlichkeit.“ Darum fotografiert er in der Regel auch nicht im Studio, sondern „on location“. 90 Prozent seiner Arbeiten sind irgendwo in Hamburg entstanden, der Großteil der Modelle kommt ebenfalls von hier.

MOMENTUM 1

BAR. KIPPE. BIER. KERL.  
SCHMUNZELN.

Micha Becker

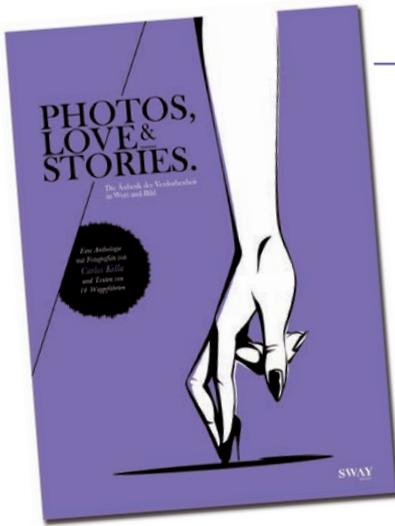




LIEBE WAHRNEHMUNG,

...LASS DICH EINFACH FALLEN!  
ABER RICHTIG! DURCH DIE  
ERDE HINDURCH UND WIEDER  
HERAUS! ... MIT DEINEN BEINEN  
VORAN. DANN STEHST DU MIT  
DEINEN FÜSSEN AUF DEM  
HIMMEL – UND GEHST EINFACH  
WEITER. BIS DIR ETWAS NEUES  
EINFÄLLT. NA, WIE WÄRE DAS?  
SAG BESCHIED, WENN DU UNS  
BRAUCHST.

DEINE TRÄUME.  
André Hennen



## Photos, Love & Stories

### Die Ästhetik der Verdorbenheit in Wort und Bild

Eine Anthologie mit Fotos von Carlos Kella und Texten von 14 Weggefährten

Illustration: Lotsi Kerner | Design/Art Direktion: Malte Schweers

Autoren: Suzette Oh, Micha Becker, Uwe Rehkopf, Christine Graf, André Hennen, Michael Lutz, Hans Christian Blecke, Holger Liedtke, Sebastian Libbert, Daniel Kaesmacher, Alexandra Kaesmacher, Helge Thomsen, Simone Jung, Tina Oelker

Format: 25 x 35 cm | Umfang: 192 Seiten | Abbildungen: 115 Farbfotos  
Hardcover/gebunden | ISBN: 978-3943740028 | Preis: EUR 39,90

[www.sway-books.de](http://www.sway-books.de)





MOMENTUM 4

KLO. KIPPE. HÖSCHEN.  
BÜRSTE. SCHMUNZELN.

Micha Becker

LILY DAHAB BRINGT IHR NEUES JAZZ-ALBUM HUELLAS RAUS

## DIE SPUREN ARGENTINIENS

W o immer sie auftritt, löst sie große Begeisterung aus, und es ist wohl kaum übertrieben, zu sagen, dass die argentinische Sängerin Lily Dahab zu den Shooting-Stars der World Jazz Szene zählt. Für ihr erstes Album Ende 2010 wurde die Künstlerin mit Lob überschüttet: „Großartiges Album! Charismatisch und live eine absolut überzeugende Band.“ (rbb kulturradio) „Musikalische Kraftexplosion, in der die traditionellen Musikformen aus Lily Dahabs Heimat mit der Offenheit und Improvisationsfreudigkeit des Jazz nahtlos zur Einheit verschmelzen. Als hätte es nie Grenzen gegeben.“ (Jazzthetik). Prompt wird die Künstlerin für den „Preis der Deutschen Schallplattenkritik 2011“ nominiert. Im Sommer 2011 ist sie unter anderem zu Gast bei den ersten großen europäischen Jazzfestivals in St. Moritz und Ystad/Schweden, wo sie sich die Bühne mit Größen wie Manhattan Transfer, Al Di Meola oder auch Till Brönner teilt. Und wo sie, wie auch an vielen anderen Orten während ihres unermüdlichen Tourens durch die Republik, schlichtweg gefeiert wird. Im Februar 2013 ist nun Lily Dahabs zweites Album erschienen, das sie „Huellas“ (Spuren) getauft hat – ihnen folgt sie nun, sowohl genetisch als auch emotional und musikalisch. Ausgewählt hat sie eine erstaunliche Palette an Liedern, die alle eine Bedeutung in ihrem Leben haben: „Ob nun Folklore oder Tango – es mögen sehr verschiedene Stile sein, doch sie sind alle Teil der Musik Argentiniens. Und sie haben alle ihre Spuren in mir hinterlassen“, sagt die Sängerin. [www.lilydahab.com](http://www.lilydahab.com)



## VERLOSUNG

Wir verlosen 4 CDs von Lily Dahab. Schicken Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Lily“ an [gewinnen@witc-verlag.de](mailto:gewinnen@witc-verlag.de) oder eine Postkarte an woman in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

Einsendeschluss ist der 30.03.2012. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

## DAS LEBEN ALS GELIEBTE

Ich habe jetzt auch einen Mann!“ „Ehrlich? Wessen denn?“ „Verurteilen Sie mich doch. Zerreißen Sie mich in der Luft und vor allem, vergessen Sie nicht, Ihre Männer festzuhalten. Hier bin ich. Die Männerklauerin. Das Miststück. Die Schlampe. Berechnend und hinterhältig habe ich nichts anderes im Sinn, als Ihren Mann sexuell abhängig zu machen und auszunehmen. Ich werde ihn aussaugen und danach über ihn lachen. Wenn ich alles von ihm bekommen habe, was ich wollte, dann bekommen sie ihn zurück und können den Trümmerhaufen Ihrer Beziehung wieder aufbauen.“

Dieses Bild und schlimmere haben die meisten Frauen im Kopf, wenn sie von der Geliebten hören, der „Schattenfrau“, die im Hintergrund agiert, und das Feindbild einer jeden liebenden Freundin oder Ehefrau ist. Diese „Sorte“ Frau, die gezielt loszieht und mit den Waffen einer Frau zuschlägt. Beziehungen zerstört, Ehen ruiniert. Wenn

der arme, ausgenutzte und zutiefst bereuende Mann irgendwann wieder angekrochen kommt und bettelnd um Verzeihung bittet, wird verziehen, Paartherapiert und die Schuld auf die böse Femme Fatale geschoben. Keiner fragt, wie es tatsächlich in der Geliebten aussieht.

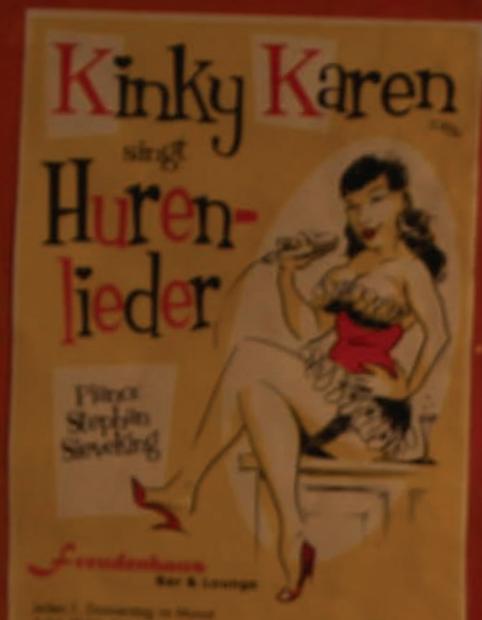
Was ist mit all den unerfüllten Wünschen und zerplatzten Träumen? Hier kommen die Antworten zu all den Fragen, die noch nicht gestellt worden sind! Gnadenlos ehrlich und schockierend offen, in einem Moment unsagbar gefühlvoll und im nächsten wieder machtlos gegenüber der Anziehungskraft dieser verbotenen Liebe, beschreibt die Autorin in ihrem Buch die Geschichte einer Geliebten, die in einen Strudel sexueller Abhängigkeit, Hoffnung und Hilflosigkeit gerät. Sie räumt auf mit dem Klischee der bösen Femme Fatale und zeigt dem Leser, wie schnell eine Frau, die mit beiden Beinen im Leben steht, sich

selber zu verlieren droht.

Ein Buch, welches allen Frauen, die ihr Dasein als Geliebte fristen, Mut macht, aus einer Opferrolle, die sie selber gewählt haben, auszusteigen. Allerdings auch ein Buch, das den betrogenen Ehefrauen die Augen öffnet und den männlichen Lesern bewusst werden lässt, was sie mit ihrem Egoismus anrichten können. Vor allem zeigt dieses Buch eines: Kein Mensch auf der Welt ist es wert, sich für „Ihn“ kaputt zu lieben.



**Seelenband | Stephanie Ubat-Jarren**  
[www.buch-ist-mehr.de/seelenband](http://www.buch-ist-mehr.de/seelenband)  
 12,50 Euro (VVK 9,50 bis 28.2.2013)



# INTERVIEW MIT EINEM Master SOMMELIER

*Sommeliers gibt es viele. Master Sommeliers dagegen sind eher selten. Weltweit gibt es gerade mal 190, drei von ihnen leben in Deutschland. Einer davon ist Hendrik Thoma (45) aus Eppendorf. Zwölf Jahre lang hat er im Hamburger Hotel Louis C. Jacob mit seiner unkonventionellen Art Weinfans aus aller Welt begeistert. Dessen Weinkarte wurde unter ihm vom amerikanischen Weinmagazin Wine Spectator mit dem „Best of Award of Excellence“ ausgezeichnet, Thoma selbst wurde drei Mal als Sommelier des Jahres geehrt und hat bereits mehrere Preise eingeheimst. Wir sprachen mit dem personifizierten „Vinotainment“ über seine erfrischende Art der Kommunikation, edle Tropfen und bewusstes Konsumieren.*

Fotos: Gunnar Meyer | Text: Ilona Lütje 





Hahn im Korb: Beim St. Pauli Weinklub stieß Hendrik Thoma Ende November mit den Winzerinnen aus Franken an.

*Du bist ein Master Sommelier, was genau ist das?*

Sommeliers gibt's heute viele, die sind aber meist auf ein paar Gebiete spezialisiert. Als die Prüfung zum Master Sommelier 1969 ins Leben gerufen wurde, war die Grundidee, einen Fachmann zu haben, der auf der ganzen Welt arbeiten kann, der sich mit allen Weinen der Welt auskennt. Der Titel Master Sommelier ist ein Qualitätssiegel. In Deutschland zum Beispiel ist der Getränkeservice häufig unterer Standard: Die Weine sind nicht richtig temperiert, die Gläser schlecht gewählt, gesundes Halbwissen wird weiter gegeben und korrigierte, fehlerhafte Weine serviert. Der Master Sommelier ist die Instanz, die versucht, da wieder Qualität reinzubringen. Eigentlich ist es ein Serviceberuf. Als Master legst du in London oder den USA eine Prüfung ab.

Und die ist hart. Wer sie schafft, hat den Beweis erbracht, dass er wirklich gut verkosten kann, in der Praxis gut funktioniert und ein fundiertes Wissen hat. Bislang gibt es weltweit 190 Master Sommeliers. Jedes Jahr sind es hunderte von Kandidaten die sich für die Hauptprüfung qualifiziert haben. Trotzdem ist die Durchfallquote extrem hoch. Aber wir sind nicht so ein abgehobener Verein wie man deswegen denken könnte. Die Standards und die Messlatte liegen sehr hoch und nur die besten ihres Faches sollen aufgenommen werden.

*Abgehoben trifft auch dich speziell ja auch eher weniger zu. Du gibst dich eher unkonventionell und begeisterst damit immer mehr Menschen. Woran liegt das?*

Entscheidend ist, dass man versteht, dass Wein ein soziales Schmiermittel ist. Da

sind wir hier auf der Reeperbahn mit dem St. Pauli Weinklub natürlich genau am richtigen Platz. (lacht) Leider wird das Thema Wein häufig schlecht von den Protagonisten selbst verkauft. Was aber nicht heißt, dass man jetzt jede Konvention über Bord schmeißen sollte. Ich finde aber schon, dass die ganze Branche ein wenig gut daran täte, sich auf ihre Kunden und ihre Gäste einzustellen. Dabei muss man aber auch aufpassen, dass es nicht platt wird. Das geht nämlich ganz schnell, gerade, weil Alkohol im Spiel ist. Das ist ein Tanz auf dem Drahtseil, für den ich aufgrund meiner Ausbildung gut geeignet bin. Am Ende zählen Professionalität und Authentizität. Wein trinken hat für mich etwas mit Austausch zu tun. Darum habe ich mich bewusst für die Welt der sozialen Netzwerke entschieden. Ich will zeigen, dass ich dialogfähig bin. Denn das ist selten in unserer Branche.

*Du stellst dich diesem Dialog aber ja vor allem virtuell – über Facebook oder deinen Blog weinamlimit.de. Wie ernst meinst du es da mit dem Austausch?*

Viele halten diese Virtualität für unpersönlich und distanziert. Ich behaupte aber genau das Gegenteil: Sie ist ganz real und funktioniert 1 zu 1. Ich kommentiere, ich diskutiere und ich gehe auf direkte Fragen und Statements ein, für mich ist das sehr persönlich. Für so manchen Prominenten sind Facebook & Co. sicher nur verlängerte Marketingarme. Für mich geht es um viel mehr, denn die Menschen, mit denen ich verbunden bin, haben Interesse an meiner Meinung und meinen Inhalten. Deswegen nehme ich das auch sehr ernst.

## ZUR PERSON

Als Mitbegründer des St. Pauli Weinklubs hat Hendrik Thoma eine Mission: bewusstes Weintrinken. Die Geschichten hinter den Tropfen sind ihm wichtig, die Menschen, die diese Geschichten erzählen. Und er will das Thema Wein aus seiner Abgehobenheit holen. Auf erfrischende Art schafft er das vor allem auf seinem unabhängigen Video-Blog und über seine Social-Media-Kanäle wie Facebook, Twitter und Youtube. Unkonventionell und locker

bringt er Weinfans näher, warum es sich lohnt, die edlen Tropfen in Maßen zu genießen.

[www.facebook.com/HendrikThoma](https://www.facebook.com/HendrikThoma)  
[www.twitter.com/hendrikthoma](https://www.twitter.com/hendrikthoma)  
[www.wein-am-limit.de](http://www.wein-am-limit.de)  
[www.stpauliweinklub.de](http://www.stpauliweinklub.de)





Ihr Fotofachgeschäft  
Kompetent • Freundlich • Leistungsstark

die camera + 

& Cafe du Black

Osterbekstraße 60 • 22083 Hamburg • Tel.: 040-2713351  
www.diecamera.de • post@diecamera.de



Weinlust®

Hamburgs erste Adresse für Geniesser

Mühlenkamp 14 • 22303 Hamburg  
Tel. 040.27 886 886 • Fax 040.27 886 887  
info@weinlust.de • www.weinlust.de

Und das machst du auch selbst? Oder beschäftigst du dafür eine Social-Media-Agentur?

Davon halte ich gar nichts. Wenn man online als Person Erfolg haben will, sollte man sein Profil selbst pflegen. Die Agenturen die versprechen viel und gleich zum Einstand schon mal 1000 Facebookfreunde. So verstehe ich Social Media nicht. Den Erfolg hier muss man sich hart erarbeiten und die Fans selbst überzeugen. Social Media lebt schließlich von der echten Interaktion und gutem Inhalt in Echtzeit. Aber die Leistung, die muss ich an anderer Stelle erbringen – im Weinhandel oder auf einer meiner Veranstaltungen. Für mich ist Facebook meine virtuelle Visitenkarte, mein Branding. Das gibt mir zum einen eine gewisse Relevanz in der Branche. Zum anderen aber auch die Möglichkeit rauszukommen aus den Zwängen, die mir andere Leute stellen. Die meine Geschichte nach ihrer Facon erzählen wollen. Ich möchte sie aber viel lieber selbst erzählen.

Was bringt Social Media dir direkt?

Als Master-Sommelier bist du ja eigentlich immer in so einer Enklave, weit weg von den Leuten, vom wahren Leben. Man wirkt erst mal ein bisschen abgehoben. Für viele bin ich durch meinen Titel erst mal unantastbar. Social Media aber hat mir einen großen Imagewandel beschert. Ich bin anfassbarer geworden. Als Master-Sommelier bist du ja per se schon mal ein totaler Weinspießer. Jetzt aber merken viele: Mensch, der hat ja genauso seine Vorlieben und ist ganz normal.

Was ist denn dein persönlicher Geschmack? Hast du einen Lieblingswein?

(verdreht die Augen) Das ist genauso, als würde man die Mutter von 12 Kindern fragen, welches ihr liebstes ist. Es gibt schon Weine, die mir besonders gut gefallen – und das fern des Preises. Wichtig ist: Sie müssen authentisch sein. Ich habe gerade

erst einen Rotwein aus Kampanien getrunken, ein Aglianico, für 8 oder 9 Euro. Ein toller Wein zu einer Spaghetti Bolognese.

Was ist denn ein authentischer Wein?

Einer, der nach seiner Herkunft schmeckt und eine klare Sprache spricht. Wenn ein Wein nicht nur nach Alkohol und fermentierten Trauben schmeckt. Ich habe eine Tendenz zu anspruchsvolleren Weinen – etwas erdiger, etwas mineralischer. Die imposanten Fruchtbomben langweilen mich schnell, weil sie einfach nur satt machen.

Was verbindest du mit Weintrinken?

Auf jeden Fall mehr als nur trinken. Mich stoßen die gedankenlosen Exesse rund um den Alkohol ab. Das hab ich auch nie so verstanden. Klar ist man irgendwann auch mal lustig. Aber für mich ginge Wein auch ohne den Alkohol. Wein desinfiziert den Gaumen, hilft beim Verdauen, spricht dich an. Hinter jedem Wein stecken Geschichten, Kultur, Menschen und vor allem ihre Passion. Das finde ich viel spannender. Wein ist ein komplexes Gebilde aus allem und hat etwas reines, sogar meditatives Element. Es ist in der Lage Menschen zu verbinden, unabhängig von ihrer Herkunft.

Was empfiehlst du: rot oder weiß?

Leute wollen heute immer alles in eine Schublade stecken, aber wer das macht, läuft Gefahr, dass er sich um das schönste bringt, nämlich um das Erlebnis. Es kommt auf die Gelegenheit und die Gesellschaft an.

Woran kann ich Qualität erkennen? Am Preis?

Leider kann man Qualität nicht über Geld erkennen. Bei einem Stück Fleisch hat man's ja relativ einfach: Kaufst du ein gutes Stück beim Fachmann, bleibt's in Form und saftig. Eines aus dem Discounter schrumpft beim Braten schon mal gleich auf ein Drittel. Bei Wein ist es leider so, dass man seinen Geschmack trainieren und schulen

muss. Viele Leute trinken einfach nur, das hat aber nicht mehr mit Wein und Genuss zu tun. Und das ist ja auch die Idee des St. Pauli Weinklubs: Es geht um bewusstes Konsumieren. Wir möchten, dass sich die Leute damit auseinander setzen. Dass sie die Menschen kennenlernen, die dahinter stecken. Dass sie sehen, dass auch der Winzer nicht mehr entweder der hemdsärmelige Kellermeister oder Graf Koks von der Gasanstalt mit 500 Jahren Familientradition ist. Wir wollen zeigen, dass die Leute sich extrem viel Mühe geben. Und das verdient in unseren Augen eine höhere Wertschätzung. Es muss nicht immer noch billiger sein. Den sinnlosen Konsum wollen wir nicht unterstützen. Unsere Mitglieder sollen natürlich einen netten Abend haben, dürfen auch ein bisschen mehr sein. Aber was wir vor allem wollen: Dass sie das Produkt am Ende besser einordnen können. Leute, die beim Discounter ihren Champagner kaufen, bekomme ich am Ende auch nicht mehr belehrt. Will ich auch nicht mehr.

Wein beim Discounter – ein No-Go?

Also, ich suche mir meinen Händler besser aus. Da geht es um eine Philosophie. Discount – das ist für mich eine Kultur, die ich nicht unterstütze. Da werden Arbeitsplätze vernichtet, alles wird rationalisiert, noch billiger, noch beliebiger. Und die Weine dort sind ja nichts besonderes. Wenn es mal ein Angebot gibt, ist das häufig nichts anderes als geschicktes Marketing, mehr aber auch nicht. Die richtig guten Weine finden sich trotzdem nicht im Discounterregal. Da trage ich mein Geld lieber zu einem guten Fachhändler. Wir sollten hier in Deutschland ohnehin viel mehr darauf achten, wem wir unser Geld geben. Den Wert geben wir dem Geld erst durch sinnvolles Ausgeben. Was isst du, was trinkst du, welche Klamotten ziehst du an? Lieber etwas weniger kaufen, aber dafür was richtig Gutes – darum geht's doch!

## FRAUEN IN DER WISSENSCHAFT

## DIE WELTVERBESSERIN

*Forscherinnen wie Kerstin Jantke müssen hochqualifiziert, ehrgeizig und flexibel sein. Geboten wird ihnen dafür häufig kaum mehr als die Autonomie der Forschung.*

Text: Birk Grüling | Foto: Gunnar Meyer W

Kerstin Jantke lässt ihren Finger über den großen Bildschirm mit der Europakarte fahren, eingezeichnet sind darauf Naturschutz- und Feuchtgebiete. Letztere sind der Forschungsschwerpunkt der Mittdreißigerin. „Ich erforsche die Unterschutstellung von Feuchtgebieten in Europa und habe ein Bewertungsmodell für die Effektivität von Schutzmaßnahmen entwickelt“, erklärt sie. Feuchtgebiete, darunter fallen vor allem Moore, Feuchtwiesen, Auen und Sümpfe, sind stark bedroht. In den letzten 100 Jahren hat sich ihre Fläche halbiert. Für uns Menschen sind sie aber immens wichtig – als Trinkwasserfilter, zum Abfangen von Überschwemmungen und als größter Kohlenstoffspeicher der Erde. Außerdem bieten sie Lebensraum für unzählige Tiere, auch ihre Lage hat die studierte Umweltwissenschaftlerin untersucht. „Ich habe mir verschiedene Arten angesehen und ausgewertet, ob sie im jetzigen System optimal geschützt werden können. Gerade in Osteuropa könnte man am kostengünstigsten weitere Schutzgebiete einrichten“, sagt Jantke.

#### PUBLIKATIONEN SIND EINE WÄHRUNG

Diese Forschungsergebnisse wurden bereits in wichtigen Fachzeitschriften, in der Wissenschaft als „High Ranked Journals“ bezeichnet, veröffentlicht und von Kollegen vielfach zitiert. Selbst bei der Umweltagentur der Europäischen Union hat man ihre Arbeit wahrgenommen und sie in eine Expertenkommission für Schutzgebiete in Europa berufen. „Für mich ist das ein Zeichen dafür, dass

meine Forschung relevant ist und Gehör findet“, erklärt Jantke, die für die Uni Hamburg arbeitet, und gibt gleichzeitig zu: „Natürlich werden meine Vorschläge nicht 1 zu 1 umgesetzt.“ Die Beachtung der Ergebnisse in der Fachwelt ist auch auf einer anderen Ebene wichtig. Gerade junge Forscher müssen für ihre Karriere wissenschaftliche Akzente setzen, Präsenz zeigen, sich international einen Namen machen und erfolgreich netzwerken. Artikel und Publikationen sind dabei die Währung im Wissenschaftsbetrieb. Mindestens ein Fünftel ihrer Arbeitszeit investiert die Umweltwissenschaftlerin in diese Reputationsbildung. Dazu kommt noch das Schreiben von Anträgen für die nächsten Forschungsprojekte und damit auch für ihre Weiterbeschäftigung.

#### KEINE GARANTIE AUF EINE PROFESSUR

Die Beschäftigungsverhältnisse in der Wissenschaft sind alles andere als rosig. Befristete Verträge, geringeres Gehalt und eine nur vage Aussicht auf eine Professur und die Verbeamtung sind Alltag. Eine Garantie auf eine spätere Professur gibt auch der beste Ruf als Forscher nicht. In keinem europäischen Land gibt es so wenig unbefristet angestellte Wissenschaftler wie in Deutschland, Experten sprechen in Sachen Karriere sogar von einem Flaschenhals-Problem. Nach zehn Jahren in der Wissenschaft und mit Mitte vierzig sind die Bewerber für die Wirtschaft kaum interessant und unbefristete Stellen im akademischen Mittelbau sind selten. Professur oder gar nichts ist die Devise. Auf die Frage „Wa-

rum tut man sich so etwas an?“ lächelt Jantke. „Ich kann meine Arbeit und die Themen verhältnismäßig frei und kreativ gestalten. Ich habe die Hoffnung, die Welt etwas besser zu machen und das ist ungemein erfüllend.“ Von einem Sicherheitsdenken habe sie sich außerdem schon im Studium verabschiedet. In ihrer Fachrichtung seien Stellen in der Wirtschaft oder in der Verwaltung rar gesät. Auch ein Wechsel zu einer Umweltorganisation wäre für Jantke vorstellbar, für den Fall, dass es keine Perspektiven in der Wissenschaft mehr gebe.

#### ES GIBT ERSTE POSITIVE ANSÄTZE

Doch es gibt durchaus Verbesserungen zu vermelden. Die Forschungsförderung wurde für 2013 gesteigert, man arbeitet an der Verbesserung der Arbeitsbedingungen und es wurden neue Positionen wie der Nachwuchsgruppenleiter oder die Juniorprofessur geschaffen. Darüber hinaus gibt es zum Beispiel immer mehr Stipendien und Förderprogramme für fertige Doktoranden aus dem In- und Ausland. Von der Realisierung eines eigenen Projekts über drei bis fünf Jahre oder bis zum Aufbau einer kompletten Forschungsgruppe ermöglichen diese stiftungstragen Modelle neue Perspektiven. Trotzdem steht diese Entwicklung noch am Anfang, wie auch Jantke als Mutter von zwei Kindern spürt. „Ich bin als Mutter nicht mehr so flexibel und kann nicht jeden Termin wahrnehmen. Das spüre ich schon. Früher habe ich bei einer 20-Stunden-Stelle oft 40 und mehr Stunden investiert. Heute will und kann ich das nicht mehr.“





DEUTSCHLAND BRAUCHT MEHR KITA-PLÄTZE! BRÜNINGHOFF BAUT SIE. AUCH IN HAMBURG!

[Verlagspromotion]

# Großes für die Kleinsten

---

*Eine optimale Kinderbetreuung gehört zu den wichtigsten Zukunftsaufgaben in Deutschland. Eltern, die einen Betreuungsplatz für ihr Kind suchen, brauchen nämlich gute Nerven. Ab August soll nun alles besser werden. Dann, so ist es bereits beschlossen, haben Einjährige einen Rechtsanspruch auf einen Krippenplatz. In der Theorie eine tolle Sache. In der Praxis allerdings kaum umsetzbar. Schätzungen zufolge fehlen hierzulande 260.000 Krippenplätze.*

---

**N**ot macht erfinderisch. Die einen verlängern ihre Elternzeit, andere ziehen um. Wer einen Krippenplatz sucht, braucht noch immer viel Geduld und eine riesige Portion Organisations-Talent. Denn mehr denn je sind heute viele Familien auf einen Betreuungsplatz angewiesen, um der wirtschaftlichen Not von der Schippe zu springen. Viele Unter-

nehmen haben dies bereits erkannt. Und kümmern sich. Sie wissen, was ihnen ihre Mitarbeiter wert sind und unterstützen sie mit Betriebskindergärten. Vor allem dort, wo die Arbeitnehmer in Schichten arbeiten, ein Geschenk für junge Eltern, die Familie und Beruf unter einen Hut bringen wollen oder müssen. „Die Betreuungsangebote öffentlicher Einrichtungen stimmen

mit den Bedürfnissen der Berufstätigen oft nicht überein“, sagt auch Frank Steffens von der Firma Brüninghoff. Er kennt sich aus. In Zusammenarbeit mit anerkannten Experten ist das Unternehmen bewährter Innovationspartner in der Entwicklung und im Bau von Betriebskindertagesstätten. „Grundsätzlich wird die Vereinbarkeit von Familie und Beruf in Zukunft immer wich-



RWE-KiTa „Lumiland“ in Essen. Auf rund 2200 Quadratmetern haben hier die Kleinen nicht nur genug Platz zum Toben, sondern mit einem 700 Quadratmeter großen Innenhof mit Glasdach auch noch einen Ort, der die Jahreszeiten für sie direkt erlebbar macht. Entwickelt wurde das Konzept in Zusammenarbeit von Brüninghoff mit der bekannten Sozialpädagogin Dr. Ilse Wehrmann.

Die weltweit erste klimaneutrale Kindertagesstätte hat Brüninghoff 2009 nach nur acht Monaten Bauzeit eröffnet: Die Kindertagesstätte „Die Sprösslinge“ des Bayer-Konzerns in Monheim am Rhein. Die dort benötigten Energien werden emissionsfrei selbst erzeugt. In dem Kindergarten werden derzeit 60 Kinder im Alter zwischen sechs Monaten und sechs Jahren betreut.

Laut einer aktuellen Forsa-Umfrage im Auftrag des Versicherers Cosmos Direkt gaben übrigens mehr als die Hälfte der arbeitenden Eltern an, dass ihr Arbeitgeber sie dabei unterstützt, Familie und Beruf miteinander zu vereinen. Allerdings wünscht sich knapp ein Drittel aber auch, dass ihr Arbeitgeber mehr tut. Denn selbst wer einen begehrten

tiger – für Eltern, aber auch besonders für Unternehmen. Denn eine KiTa bringt den Unternehmen neben dem wirtschaftlichen und sozialen Nutzen auch einen spürbaren Image-Gewinn“, betont der Geschäftsführer.

Brüninghoff mit Hauptsitz in Heiden setzt als einer der führenden Hallenbau-Spezialisten in Deutschland seit 1974 hohe Maßstäbe und hat bis heute bereits mehr als 5000 Projekte im Hallenbau realisiert. Für viel Aufsehen sorgte das Unternehmen im KiTa-Bau mit den Projekten für Bayer und RWE. Beide Großkonzerne haben auf die jahrelange Erfahrung des Hallenbau-Spezialisten gesetzt. Sie wissen: Familienfreundlichkeit zahlt sich für Unternehmen aus: Durch die Einrichtung einer eigenen Kindertagesstätte lassen sich aktuellen Studien zufolge nicht



nur weniger Fehlzeiten von Mitarbeitern erzielen, erwerbstätige Eltern arbeiten auch produktiver – wenn sie ihre Kinder gut betreut wissen.

Die neuen KiTas im modularen System bieten räumlich jedenfalls schon einmal beste Voraussetzungen: Die Raumgestaltung ist für unterschiedliche Altersgruppen ausgelegt und bietet dabei nicht nur maximale Bewegungsfreiheit, sondern auch optimale Sicherheit. Vorzeigeprojekt ist die

KiTa-Platz ergattert, muss weiter organisieren: Arbeits- und Öffnungszeiten sind selten kompatibel. Bei RWE ist das kein Problem mehr: Hier ist die Kita täglich fast 10,5 Stunden besetzt.

Hamburger Firmen und Kommunen aus Norddeutschland stehen die Brüninghoff-Experten für ihre Unternehmensentwicklung in diesem Bereich gern zur Verfügung – ganz in der Nähe: In Winterhude hat Brüninghoff eine Dependence eröffnet.



**BRÜNINGHOFF**  
Erfahrung schafft Raum.

Brüninghoff GmbH & Co. KG  
Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg

Tel.: +49 (0) 40 / 696464724

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

NICOLE JAESCHKE IMMOBILIEN FINDET IHRE TRAUMWOHNUNG

# MAKLERINNEN MIT HERZ & VERSTAND

*Sie sind in einer schwierigen Branche unterwegs: Als Makler stehen sie gewöhnlich in der Beliebtheitsskala nicht sehr weit oben. Schon gar nicht bei den Hamburgern. In der Hansestadt ist Wohnraum bekanntlich knapp, die Chance auf gute Immobilien niedrig – viel Mühe muss sich ein Makler oft nicht geben. Nicole Jaeschke und Ulrike Töller beweisen: es geht auch anders. Mit Herz, Leidenschaft und vor allem viel Vertrauen!*

von Ilona Lütje 

Eine weiße Villa in Rotherbaum. Im Obergeschoss stehen lila und rosa Tulpen auf dem weißen, glänzenden Besprechungstisch. Markenzeichen der Immobilienfirma Nicole Jaeschke. „Egal, ob in Hamburg nun die Sonne scheint oder nicht: Tulpen sorgen für gute Laune“, sagt Inhaberin Nicole Jaeschke lachend. „Bei uns und bei unseren Kunden.“ Und die sollen sich wohl fühlen. Ein Grund, warum das Immobilienbüro darum auch mit den Blumen für sich wirbt. „Immobilien zeigen alle. Wir wollen Emotionen wecken – sie spielen beim Immobilienkauf schließlich eine große Rolle“, sagt auch Mitinhaberin Ulrike Töller.

Die beiden Maklerinnen sind ein eingespieltes Team. Bereits seit zehn Jahren arbeiten sie eng zusammen. Für eine große Immobilienfirma verkaufen sie im Team hochwertige Wohnungen und Häuser an Elbe und Alster. Menschlich und fachlich entpuppen sich beide schnell als das Erfolgsteam. „Im Immobilienbereich ist es normal, dass jeder für sich al-

lein arbeitet“, sagt Ulrike Töller. Sie aber kommt aus der Architektur, ist Teamwork gewohnt. „Wir haben das damals bei uns durchgesetzt und immer beibehalten“, sagt sie rückblickend. „Diesen Maklerkrieg, den es oft unter Kollegen gibt, kennen wir gar nicht. Im Gegenteil: Erfolgreich arbeiten klappt nur gemeinsam“, betonen beide. Obwohl sie sich in ihrer Firma sehr wohl fühlen, wagen sie im März 2011 den Schritt raus: Sie gründen eine eigene Firma. „Wenn du merkst, dass du so gut Hand in Hand arbeitest, dann ist es einfach an der Zeit“, sagt Nicole Jaeschke. „Wir haben das bis heute keine Sekunde lang bereut.“

Zahlreiche Wohnungen und Häuser haben sie seitdem unter eigener Regie verkauft. „Vieles läuft über Empfehlungen“, sagt Nicole Jaeschke. „Unsere Kunden sind zufrieden, einige haben uns sogar schon mehrfach ihr Vertrauen geschenkt, wenn sie eine Immobilie zu verkaufen hatten.“  
M i t viel Einfühlungsvermögen, einer angenehmen Zurückhaltung und vor allem viel Fachwissen punkten die beiden Maklerinnen schnell bei Interessenten. „Wenn wir mit der Konkurrenz eingeladen werden, bekommen wir in 95 % der Fälle auch den Auftrag“, sagt Nicole Jaeschke stolz. Eine Sympathiefrage. „Wir nehmen uns immer viel Zeit, bei uns geht es nicht husch-husch. Der Kunde fühlt sich sofort wohl mit uns“, hat sie festgestellt.



Wie viele andere Makler auch ist das Immobilienbüro immer auf der Suche nach guten Objekten, vor allem in Traumlagen – der Markt gibt die Marschroute vor. „Viele Menschen suchen derzeit Immobilien – ob sie nun selbst drin wohnen wollen oder als wertbeständige Anlage.“ Beide wissen: Ein Käufer geht meistens dorthin, wo die bessere Immobilie ist. Ulrike Töller hat dabei allerdings ihre ganz eigenen Erfahrungen gemacht. Auf der Suche nach einem eigenen Zuhause hat sie selbst verschiedene Makler ausprobiert. „Ich war entsetzt“, sagt sie rückblickend. „Und am Ende froh, dass ich meine Courtage der Maklerin geben konnte, die auch tatsächlich am besten gearbeitet hat. Die zahlt man schließlich nur ohne Bauchschmerzen, wenn man sich auch gut aufgehoben gefühlt hat. Bei allen anderen hätte es mir das Herz zerrissen.“ Unfreundlich. Unpünktlich. Schlecht vorbereitet. „Als Verkäufer würde ich mir meinen Makler wirklich ganz gezielt aussuchen.“



## »ALS VERKÄUFER WÜRD E ICH MIR MEINEN MAKLER GANZ GENAU AUSSUCHEN!«

Auch wenn der Markt normalerweise sehr schnelllebig ist: Nicole Jaeschke und Ulrike Töller legen Wert auf eine intensive Betreuung und eine ausführliche Beratung. „Der Kontakt zu unseren Kunden ist recht eng“, sagen sie. „Da wir – vor allem auch mit dem Hintergrund der Architektur – fachlich dazu in der Lage sind, können wir schon im Vorfeld ausführlich beraten. Nach Abschluss gehen wir mit unseren Kunden gemeinsam essen und werden nach deren Einzug in den meisten Fällen auch immer noch einmal eingeladen.“ Wir. Für Nicole Jaeschke und Ulrike Töller gibt es kein „Ich“. „Wir gehen immer im Team zum Kunden“, sagen sie. „Wir zeigen den Kunden so, dass wir selbst ansprechbar sind und sein Ansprechpartner nicht immer wechselt. Wir nehmen uns Zeit, hören zu – das gefällt vielen.“ Und schafft Vertrauen. So wie jüngst, als sie einem Interessenten eine neue Wohnung zeigen wollten. Der Verkäufer kam über eine Empfehlung, es gab einen kurzen Mail-Wechsel und zur Wohnungsbesichtigung bekamen die Maklerinnen von ihm ohne Umschweife nur noch schnell die Schlüssel in die Hand

gedrückt. So viele Vertrauen überraschte selbst die erfahrenen Verkäuferinnen. „Wir erleben so viel, bekommen teilweise tiefste Einblicke in das Privatleben anderer, da könnte man ein Buch drüber schreiben“, sagen sie lachend. Oft sei psychologisches Talent gefragt. „Als Frauen fällt es uns da wahrscheinlich etwas leichter, mit dem richtigen Fingerspitzengefühl an jeden neuen Auftrag heranzugehen.“

Das gilt auch im Umgang mit den Käufern. „Viele Verkäufer sagen: Das kann ich auch selbst. Der ein oder andere kann das sicherlich auch. Aber wir kennen unseren wohnungssuchenden Kunden genau. Wissen, was für ihn wichtig ist. Ist er freiheitsliebend, dann gehen wir detailliert auf die großzügigen Räume und den großen Park nebenan ein. Ist er sicherheitsbedürftig, erzählen wir ihm zuerst von der Alarmanlage und den Sicherheitsfenstern.“ Im Durchschnitt zwei Jahre wird ein wohnungssuchender Kunde von den Maklerinnen begleitet. „Wenn wir ein neues Objekt reinkriegen, dann bekommt er das zuerst angeboten, bevor es in die Werbung geht“, betonen sie.

Dass es den beiden Maklerinnen nicht um das schnelle Geld, sondern bei jedem Auftrag auch um Vertrauen und Persönlichkeit geht, beweist auch dieses Projekt: Seit Monaten arbeiten sie eng mit Senio-

renresidenzen und Pflegeheimen zusammen. Dort bekommt man häufig zu hören: „Hier gefällt’s mir. Wenn ich meine Wohnung verkauft habe, ziehe ich ein.“ Nicole Jaeschke Immobilien hilft. Beide wissen: Dies ist ein sehr zeitintensiver Bereich. Aber sie wissen auch: „Wenn hier der typische Makler kommt und das schnell über die Bühne bringen will, dann kommt das nicht gut an. Die älteren Kunden wollen uns erst mal kennen lernen, einen Kaffee trinken, plaudern. Da helfen wir dann auch schon mal beim Kistenpacken“, sagt Ulrike Töller augenzwinkernd und ergänzt: „Das ist kein Bereich, auf dem man sein gesamtes Geschäft aufbauen kann. Dafür ist es einfach zu langwierig.“ Als Ergänzung sei es aber geradezu perfekt. „Was wir dort an Herzlichkeit und Wärme erfahren, ist ein wundervoller Ausgleich zum hektischen Alltag. Das möchten wir nicht mehr missen.“

[www.nj-immobilien.de](http://www.nj-immobilien.de)

  
**NICOLE JAESCHKE**  
 I M M O B I L I E N



Makler-Duo aus Leidenschaft: Ulrike Töller (links) und Nicole Jaeschke.

NEUE WITC-SERIE: SO LEBEN DIE HAMBURGERINNEN

# SINGLEBUDE ADÉ




---

*Sie. Er. Und zwei Wohnungen. Wenn ein Paar zusammenzieht, gibt es nicht nur Schmetterlinge im Bauch und morgens einen frischen Kaffee ans Bett. Plötzlich wird aus ihm und ihr ein „Wir“. Und aus zwei Singlehaushalten ein gemeinsames Zuhause. Dazu gehört Durchsetzungskraft, Willen und ein gutes Stück Kompromissbereitschaft. Und nicht zuletzt ein Händchen für Einrichtung.*

---

**M**artina Bedford steht in der offenen Küche und schiebt einen Latte Macchiato über die höher gesetzte Arbeitsplatte. „Richtig schön fand ich’s hier damals nicht, mein Freund hatte beim Thema Einrichten eben einen deutlich anderen Geschmack als ich“, sagt sie und zeigt in den großzügigen Raum mit den warm gestrichenen Wänden, die damals „natürlich weiß“ waren. Nein, viel Wert auf Gemütlichkeit habe ihr Freund in seinem Singlehaushalt nicht gelegt. „Er ist geschäftlich viel unterwegs, da hat ihn das hier nie so richtig interessiert“, sagt sie.

Seit sieben Jahren wohnt er schon in der 98 Quadratmeter großen Wohnung in Othmarschen, die für den Außendienstler eher eine Übernachtungsmöglichkeit als ein richtiges Zuhause war. „Für mich war es einfach zu ungemütlich und kühl“, blickt Martina Bedford

zurück. Sie bewohnte damals eine gemütliche Zweizimmer-Wohnung in Eppendorf, pendelte nach Othmarschen, wenn die Sehnsucht groß war. „Irgendwann hatten wir die Nase voll vom ewigen Tasche packen“, erzählt sie und ergänzt: „Ich bin eigentlich kein Freund von Zusammenziehen in einer der beiden Wohnungen. Wenn man als Paar zusammenzieht, sollte man lieber ganz neu in einer neutralen Wohnung anfangen.“ In Hamburg allerdings ein Problem. „Wir haben lange gesucht, konnten aber nichts finden.“

Also stellt sie Bedingungen: „Wenn ich hierher ziehe, dann muss einiges anders werden“, sagt sie im Sommer zu ihrem Freund und greift mit ihm gemeinsam radikal durch. Die 25 Jahre alte Einbauküche findet den Weg zum Sperrmüll, die weißen, schräg verlegten Fliesen in der Küche werden mit dunklem Vinylparkett verdeckt.

„Und dann haben wir erstmal diese Wand hier rausreißen lassen“, sagt Martina Bedford und klopft an den Holzpfeilen, die noch da stehen, wo einst eine Wand den Blick auf die riesige Fensterfront verdeckte. „Wir haben natürlich alles mit der Vermieterin abgestimmt. Sie hat den Umbau übernommen und wir eine neue Küche eingebaut.“

Die Küche. Das Herzstück der Wohnung. Großzügige Stauflächen, weiße Lackfronten, eine dunkle Arbeitsplatte. „Wir kochen gern, da muss das einfach auch perfekt sein“, schwärmt die 48-Jährige, die sich dafür dann auch in Geduld üben musste. „Zwölf Wochen Lieferzeit“, stöhnt sie bei der Erinnerung. Als sie nach der Umbauzeit, die beide „als kleine Probe“ zusammen in der Eppendorfer Wohnung verbrachten, nach Othmarschen zurückkehrten, war sie immer noch nicht da. „Wir sind dann erst mal in den Urlaub gefahren. Danach mussten wir noch fünf Tage überbrücken.“

»WENN MAN ALS PAAR ZUSAMMENZIEHT, SOLLTE MAN EIGENTLICH GANZ NEU ANFANGEN.«

Bei der Wandfarbe hat sich das Paar nach langer Absprache schließlich in der ganzen Wohnung einheitlich für ein warmes, helles Braun entschieden, das helle Parkett ließen sie dunkel beizen. Seit dreieinhalb Monaten wohnen sie nun gemeinsam in der schicken Dachwohnung, die nur fünf Minuten von der Arbeitsstelle der Marketing-Leiterin eines Softwareunternehmens entfernt liegt. Ob alles reibungslos geklappt hat? Martina Bedford lacht. „Das war schon ein Prozess, der sich über mehrere Wochen gezogen hat“, sagt sie. Ein bisschen viel Veränderung auf einmal: „Mein Freund hatte plötzlich nicht mehr so viel Rückzugsorte wie vorher – und das bei dem Chaos, wir leben ja teilweise immer noch aus den Kartons.“ Da kann es schon mal ein wenig Reibung geben. „Wir haben plötzlich viel diskutiert“, sagt Martina Bedford. „Erst hieß es: Du kannst alles machen, wie du willst. Und wenn ich dann etwas dekoriert habe, plötzlich: Ich wusste ja nicht, dass du sooo viele Sachen hast.“ Martina Bedford zeigt in die Wohnung: „Aber das ist ja eigentlich klar. Ich dekoriere die Wohnung natürlich im Sommer anders als im Winter. Ich hatte den ganzen Keller voller Kartons.“

Die Diskussionen liegen mittlerweile hinter dem Paar. Heute fühlen sich beide hier pudelwohl. „Jetzt freu ich mich auf den Sommer, wenn wir auch den riesigen Süd-Balkon richtig nutzen können.“ 



FINANZKOLUMNE

# HEISSE PARTY

Allem Weltuntergangs- und Krisengejammer zum Trotz lief im letzten Jahr (und läuft) eine der heißesten Partys mit Aktien und Unternehmensanleihen. Der deutsche Aktienmarkt konnte sogar ein Plus von 30% verbuchen. Die Gäste standen jedoch überwiegend am Zaun oder mochten gar nicht hingucken, weil sie die Eintrittskarte „sicherheitshalber“ nicht angenommen hatten.

Während der deutsche Staat sich seiner Schulden über die schleichende Enteignung der Bürger in Form von negativen Realrenditen bei Staatsanleihen zu entledigen anschickt, erlebt die Aktie das fast logische Comeback als renditestarker Substanzwert.

Meinen Sie immer noch, der „Milleniumcrash“ und die „Finanzkrise“ seien Indiz/Beweis dafür, dass der Aktienmarkt gefährlich ist? Dann stellen Sie sich folgende Fragen: Wo wäre der DAX heute, wenn wir weder den einen noch den anderen Crash nach 2000 gehabt hätten? Wie wäre Ihre Einstellung zu Aktien dann heute? Wäre die Crashgefahr bei diesem Szenarium heute niedriger oder höher? An der Börse sollte man Eintrittskarten nicht an der Abendkasse kaufen!

**Susanne Kazemieh**  
[www.frauenfinanzgruppe.de](http://www.frauenfinanzgruppe.de)

# EINDRUCK

## HOCHZEIT, GEBURTSTAG, KONFIRMATION: POCKRANDT KÜMMERT SICH UM IHRE DRUCKSACHEN

[Verlagspromotion]

Der erste Eindruck zählt. Das gilt auch für Drucksachen aller Art. „Wenn unsere Kunden mit einer Druckvorlage kommen und unsere Muster sehen, staunen sie nicht schlecht. Und ärgern sich meistens“, weiß Stefanie Naguschewski von der Druckerei Pockrandt aus Erfahrung. Nach dem Motto „Das kann ich auch allein“ wird zu Hause oft schon eine Einladung entworfen – ohne Rücksicht auf die vielfältigen Möglichkeiten, Papierarten und Druckverfahren. Ob Hochzeit, Konfirmation, Geburt oder auch eine personalisierte Schulausstattung für die Erstklässler: Der Weg in die Druckerei nach Bargheide lohnt sich auf jeden Fall schon vor dem ersten Entwurf. Denn hier sitzen erfahrene Mitarbeiter und entwickeln gemeinsam mit dem Kunden die Drucksachen. „Wir haben hier so viele verschiedene Materialien, Veredelungsmöglichkeiten, Musterkarten

und Textvorschläge, das kann ein Laie allein gar nicht berücksichtigen“, sagt die Druckerei-Chefin. „Unsere Möglichkeiten sind so umfangreich, wie es heutige Kreativität und Anforderungen nötig machen. Mit Know-how, modernster Technik und ausgefeilter Logistik erfüllen wir fast jeden Wunsch“, verspricht sie. Ihre Druckerei, die gern auch komplette Geschäftsausstattungen, Kataloge, Kalender, Beilagen und vieles mehr übernimmt, kann auf 100-jährige Erfahrung zurückblicken. „Service und Kundennähe wird bei uns ganz groß geschrieben. Wir stehen gern für eine ausführliche Beratung zur Verfügung.“



[www.druckerei-pockrandt.de](http://www.druckerei-pockrandt.de)

# GESUND UND GLÜCKLICH LEBEN

## LEBENSFREUDE MESSE VOM 05. BIS 07 APRIL IM CCH

Gesundheit und Wohlbefinden jedes Menschen sind ganz eng mit seiner Spiritualität und seinem Bewusstsein verbunden. Heilung ist eines der wichtigsten Themen unserer Zeit. Viele Menschen integrieren alternative Heilungsmöglichkeiten in ihren Genesungsprozess. Und das mit Erfolg. Denn Heilung geschieht vielfältig: körperlich, emotional und seelisch. Deshalb sind die Top-Themen der Lebensfreude Messe im April: Heilung und die Veggi Living. Dr. Masaru Emoto, Forscher, Freund des Dalai Lama, Weiser & Bestsellerautor, wird die Lebensfreude Messe Hamburg eröffnen und einen Vortrag zum Thema „Die Macht des Wassers“ halten. Seine Bücher sind bislang in 47 Sprachen übersetzt und internationale Bestseller. Sein internationaler Durchbruch gelang ihm mit der Erfindung der Wasserkristallfotografie.

Heilpraktiker und praktizierende Heiler zeigen alternative Wege der Heilung und Vorbeugung auf – von Pflanzenkosmetik und Steinheilung über schamanische Heilweisen bis hin zu

Geist- und Quantenheilung. In der Veggi Living tauchen die Besucherinnen ein in die vielfältige und genussvolle Welt der veganen, vegetarischen und rohköstlichen Ernährung.

Die Lebensfreude Messe Hamburg bietet mit über 140 Ausstellern und dem begleitenden Kongressprogramm ein ganzheitliches Informations-Forum und gleichzeitig auch viel Raum zum Ausprobieren und Erleben. Filmvorführungen, Channelings, Workshops, Vorträge und viele Mitmachaktionen geben nachhaltige Anregungen für ein gesundes und glückliches Leben.

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

## VERLOSUNG

Wir verlosen 5x2 Freikarten inkl. je einem Gutschein á 20,- € von Naturfriseurin Kirsten Kelting (z. B. für einen individuellen Haarschnitt oder Naturkosmetik von „Schönes Sein“ / einlösbar an Stand 117).

Schicken Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Lebensfreude Messen“ an [gewinnen@witc-verlag.de](mailto:gewinnen@witc-verlag.de) oder eine Postkarte an woman in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

Einsendeschluss ist der 25.02.2012. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Carina Kahle | [www.stills-online.de](http://www.stills-online.de)

# Lebenslust

Oh Gott, was habe ich für Lust! Lust aufs Leben! Auf die Liebe! Auf die Freundschaft! Auf die Arbeit, meine Wohnkosmetik! Ich habe solche Lust aufs Leben, weil ich viel zu lange nicht mehr daran teil nahm, nicht aus vollen Zügen. Ist doch immer so, wenn doofe Sachen in die Quere kommen und die Balance wie besoffen wirkt. Trennungen und Krankheitsfälle an jeder Ecke, als hätten die sich abgesprochen. Trennungen speziell – sind denn alle feige, zu bleiben?

Nach wie vielen Neuanfängen kann man lechzen, bis man erkennt, dass auch ein Neuanfang nicht lange einer bleibt? Und dann weinen die Frauen mit ihren Freundinnen am Küchentisch und die Männer, die geh'n saufen um die Ecke. Für einen Augenblick verrutscht dir der Alltag, den du ja noch immer und trotz allem meistern musst, aber Freude macht gerade Urlaub. Und immer geht es irgendwie um Liebe, um Beziehungen und um Leidenschaften. Und wir erinnern uns an das, was wir bewegt, als wir noch jung. Wir hatten junge Knochen und junge Herzen. Unser Gehirn hatte noch alle Synapsen beisammen und scheinbar auch alle Zellen. Wir tanzten die Nächte bis zum Frühstück durch und schoben nicht einmal gähmend die Semmeln unter die Ofensonne. Wir probierten das Ausland und jeden neuen Modetrend. Wir lebten, liebten, saugten aus, was das Leben uns vor die Füße warf. Auf die Alten wollten wir nicht hören, und weise Sprüche zogen wir aus der Musik, bloß nicht von den Eltern. Manchmal lebten wir auch schon im Morgen, weil wir alle Kinder haben wollten, einen Mann, der uns begehrt und ein Haus, das wir allein gestalten. Wir dachten, alles wird genau so, wie wir es erträumen. Und wir wurden auch älter, und wir durften sogar Kinder kriegen, aber wir schworen uns ja leider keine Ewigkeit mit jenen Vätern. Und aus dem Häuschen wurde eher eine kleine, aber feine Wohnung. Irgendwas war schief gelaufen.

Und vielleicht hatten wir zuvor auch nur zu viel geträumt. Viele Große haben deshalb Angst, zu träumen, weil es immer anders kommt. Dann doch lieber überraschen lassen wie damals, als man jung gewesen ist? Vielleicht war auch der Fernseher im Schlafzimmer schuld. Immer nur das Leben der anderen beobachten, Schnulzen und Krimis – und dann noch in einem Raum, der nur zum Liebemachen vorgesehen ist. Heute will ich wieder an meinem eigenen Lebensfilm drehen! Kurz nur gehe ich zurück in jene Zeit, in der Entscheidungen getroffen wurden, die vielleicht nicht richtig waren. Aber weder kannst du back in time noch vorwärts, stets gibt es nur das JETZT, den einen Augenblick. Die Lebensuhr, sie tickt und tickt – und der Kuckuck in der Uhr ist auch längst tot. Was bleibt nur kurz im Leben und was auf eine kleine Ewigkeit? Worauf bauen wir denn noch?

Ich schimpfe mit Männern, die ihre Familien verlassen, und Vätern, die ihre Kinder nicht kennen. Du weißt, dass es auch gute Leben gibt, weil du Menschen kennst, die es dir zeigen. Oh ja, ich habe auch so große Lust da drauf! Auf mein schönes Leben! Genau wie meine Freundinnen, mit denen oft zu sehr das Wundern bleibt. Über das, was zwischenmenschlich so passiert und

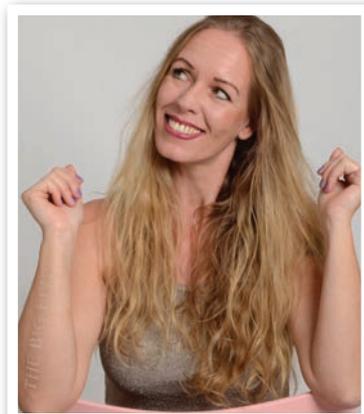
über das, was mit uns passiert, wenn sich immer nur die in uns verlieben, die wir nicht wollen. Ich habe Lust, neue Dinge zu schmecken, neue Länder zu bereisen, alte Menschen zu befragen, schöne Münder zu küssen. Ich will den Hunger nach mehr Leben stillen – doch wo kriegt man das her? Und manchmal will ich auch zurück – in jene Arme, in denen ich vertraut die Ewigkeit überstehen wollte. In denen ich Frau sein durfte, mit oder ohne Lachen und Rouge im Gesicht. In denen ich Stärke und Geborgenheit fand, die ich für keinen Dollar dieser Welt je hergegeben. Aber dann hing da ein Fernseher im Schlafzimmer und die Badewanne wurde nicht mehr eingelassen und das Essen wurde auch nicht mehr gelobt. Alles war irgendwie – doch Leben ist anders!

Lebenshunger – das ist etwas, das gestillt werden muss, bevor man krepirt. Die Welt ist so groß, und eines Tages geht sie vielleicht unter. Aber was vom großen Kuchen haben wir gespeist? Müssen wir immer wieder lernen, uns neu zu begegnen, uns neu zu erkennen, uns neu zu verlieben, neu zu begehren, neu zu vertrauen, neu zu verstehen? Wie viele Trends kennt die Mode, die Musik – und auch die Liebe? Wer ehrlich ist, ist hungrig! Nach Beständigkeit, nach Vertrauen – und verdammt noch mal nach Leben! Aber das sage ich, die 43 ist, die mit Würde ihre kleinen Krähenfüße liebt, die keine Lust auf Wechseljahre hat und nicht auf die ersten Verluste der Eltern ihrer Freunde, geschweige denn der eigenen. Die jetzt, in diesem Augenblick, gern ein paar Dollarscheine in den Händen hielte, um einmal kurz die Welt zu bereisen oder in die schönsten Restaurants der Stadt zu gehen. Mit ihren Freundinnen, an deren Seite kein trügerisches Date aus einer Singlebörse säße, sondern jener Mann, der Lust hat, zu bleiben. Der zwar weiß, wie viel schöne Beine da draußen rumlaufen, der aber deine stets am schönsten finden wird. Und der ein Macher und Entscheider ist. Er macht den Lebenshunger kleiner und entscheidet, zu leben! Zu lieben! Und gerne zu zweit. Lebenshungrig sind wir nach jenen, die uns Fragen stellen, die uns entdecken wollen, die uns verstehen und herausfordern möchten. Die uns die Angst vor Morgen nehmen, weil wir eigentlich ganz kleine Schisser sind mit riesengroßen .... Mäulern. Ticketicketicketacke.... hört ihr, wie der Zeiger die Uhr zerschlägt? „Drum lasst uns leben! Lasst uns lieben, immer mehr!...“ (M.M.-Westernhagen)

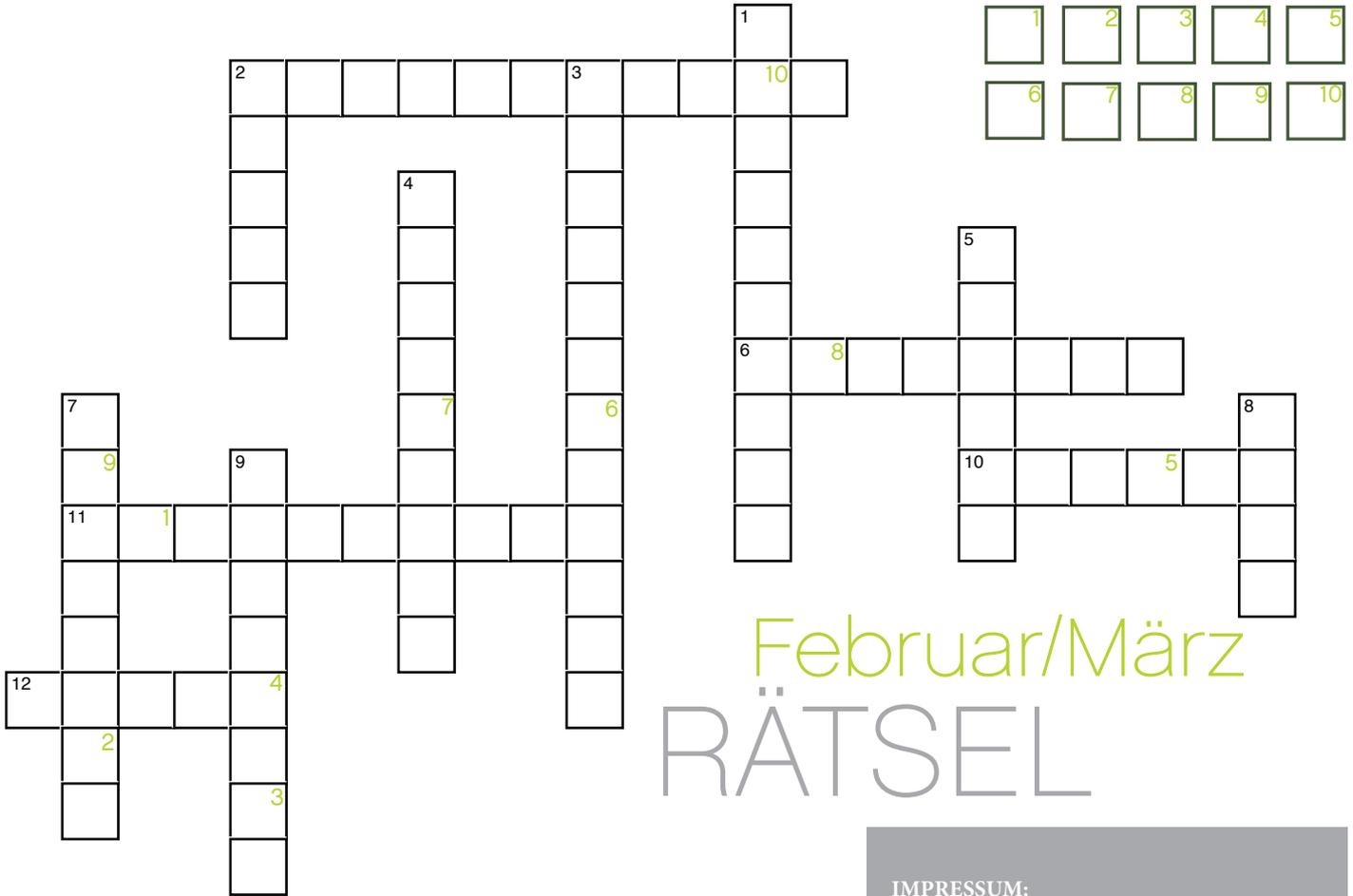
“ Drum lasst uns leben!  
Lasst uns lieben, immer mehr!  
(M.M.-Westernhagen) ”

*Danke, dass Sie mich heute wieder gelesen haben! Wie immer freue ich mich über Nachrichten von Ihnen unter [conni@witc-verlag.de](mailto:conni@witc-verlag.de)*

*Ihre Conni*



Conni Köpp ist Wohnkosmetikerin und gehört seit 2010 zum WITC-Team. Diese Seite gehört jeden Monat ihren Kolumnen.



**Waagerecht**

- 2. Wellnessanlage im Alstertal
- 6. Betriebs-Kita von RWE
- 10. Exklusiver Member-Club für Spa und Sport
- 11. Akkulader für die Haut
- 12. Markenzeichen von Nicole Jaeschke Immobilien

**Senkrecht**

- 1. vorbeugende Zahnpflege
- 2. Mitbegründer des St. Pauli Weinklubs (Nachname)
- 3. Messe für ein gesundes Leben
- 4. Sockrack
- 5. Hamburger Coffeeshop-Kette
- 7. Weingeschäft am Mühlenkamp
- 8. Musikalische Stilrichtung
- 9. Schattenfrau



Ein Rätsel der besonderen Art: Wenn Sie unser Magazin gelesen haben, werden Sie viele Antworten sofort parat haben.

Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit der richtigen Lösung und Ihren Kontaktdaten an [gewinnen@witic-verlag.de](mailto:gewinnen@witic-verlag.de) oder eine Postkarte an woman in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

ZU GEWINNEN GIBT ES 3 x EIN SIXPACK POWERPLATE® TRAINING mit dem Personal Trainer Tobias Methmann (6 Einheiten à 30 Minuten als Personal Training) – siehe auch Seite 6!

Einsendeschluss ist der 15.3.2013. Der Gewinner wird unter allen Teilnehmern gelost und online bekannt gegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



# Februar/März RÄTSEL

**IMPRESSUM:**

**Herausgeber:**  
Redaktionsbüro Ilona Lütje  
Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg

Fon: +49.40.27 8682760 | Fax: +49.40. 27 8682765  
[info@witic-verlag.de](mailto:info@witic-verlag.de) | [www.witic-verlag.de](http://www.witic-verlag.de)

**Redaktion:** Ilona Lütje (v.i.S.d.P.), Anna Trine Berndt-David, Birk Grüling, Constanze Köpp, Gunnar Meyer (Fotos), Katja Schormann

**Anzeigen:** BARTH Werbetechnik & Design GmbH, Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg  
[www.barth-werbetechnik.de](http://www.barth-werbetechnik.de)

**Layout:** Nina Austermeier, Ilona Lütje, Paul Berndt ([www.bueropaul.de](http://www.bueropaul.de))

**Litho:** Jasmin Duszynski, [www.jasminduszynski.de](http://www.jasminduszynski.de)

**Druck:** Lehmann Offsetdruck GmbH, Norderstedt

**Auflage:** 20.000

**Vertrieb:** Eye Catcher, Hamburg



**Facebook:**  
[www.facebook.com/womaninthecity.hamburg](http://www.facebook.com/womaninthecity.hamburg)

**Twitter:**  
[www.twitter.com/WomanInHamburg](http://www.twitter.com/WomanInHamburg)

woman in the city erscheint zweimonatlich und wird kostenlos verteilt.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers, nicht unbedingt die der Redaktion wieder. Die Zeitschrift, alle in ihr enthaltenen Abbildungen und Beiträge sowie vom Verlag gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt. Abdrucke, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

# Lebensfreude Messe

gesund · glücklich · spirituell

## Hamburg

5. – 7. April '13

Congress Center Hamburg

140 Aussteller · 150 Vorträge & Events

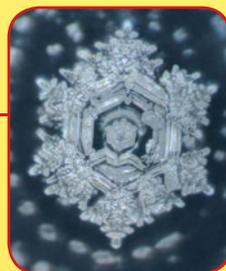


**Jetzt neu mit Veggi Living:**  
*biologisch, vegetarisch, vegan*



**Dr. Masaru Emoto**

Vortrag:  
*„Die Macht des Wassers“*



Öffnungszeiten: Freitag 13 – 19 Uhr · Samstag 10.30 – 19 Uhr · Sonntag 10.30 – 18 Uhr

04502 / 788 90 40

Programm unter:



lebensfreudemessen.de



# ICH BIN DABEI

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir für unsere Standorte DOMICIL Hamburger Straße und Stadtresidenz

## Auszubildende zum exam. Altenpfleger m/w

Wir, die DOMICIL Seniorenresidenzen GmbH, setzen uns mit Freude und Überzeugung für die Lebensqualität pflegebedürftiger Menschen bis ins hohe Alter ein. In unserem mitarbeiterorientierten Unternehmen sorgen unsere Teams täglich für das Wohlbefinden der Bewohner.

### Ihre Perspektiven

- Durchdachte und strukturierte DOMICIL-PFLEGEPROZESSE®
- Qualifizierte Unterstützung durch das DOMICIL-Qualitätsmanagement
- Persönliche Entwicklungsmöglichkeiten in einem mitarbeiterorientierten Unternehmen mit guten, wachsenden Strukturen
- Attraktive Sportangebote zweimal pro Woche
- Übernahme des Schulgeldes

### Ihr Profil

- Sie haben einen Realschulabschluß
- Ihr Auftreten ist offen und positiv
- Sie sind kontaktfreudig und offen für Neues
- Gute EDV-Kenntnisse (MS-Office und Inter-/Intranet) sind für Sie selbstverständlich

### Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Werden auch Sie Teil eines starken Teams und senden Sie uns noch heute Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen.

### Kontakt

DOMICIL-Seniorenpflegeheim,  
Hamburger Straße 20, 22926 Ahrensburg  
[ahrensburg2@domicil-seniorenresidenzen.de](mailto:ahrensburg2@domicil-seniorenresidenzen.de)

Stadtresidenz Ahrensburg,  
Hagener Allee 20 - 24, 22926 Ahrensburg  
[info@stadtresidenz-ahrensburg.de](mailto:info@stadtresidenz-ahrensburg.de)

Einrichtungsleitung: Maren Brickwedel

[www.domicil-seniorenresidenzen.de](http://www.domicil-seniorenresidenzen.de)