

Winter 2013

woman

HAMBURG

in the city



DIE
GROSSE LIEBE
FINDEN
LIFESTYLE-TREND SINGLE

SINNLICH & SCHÖN

Henriette Mielke inszeniert Menschen

DAS PHANTOM KEHRT ZURÜCK

Jetzt exklusive Tickets sichern!

SCHÖNE BESCHERUNG

Unsere Tipps zu Weihnachten

Das perfekte Hideaway



DAS FORSTHAUS
LÜBECK

SOULFOOD - RESTAURANT ♣ LANDHAUS ♣ CAFÉ ♣ WEINGARTEN ♣ BIERGARTEN ♣ EVENTS



Das Forsthaus Waldhusener Weg 30, 23569 Lübeck, Tel. 0451 – 9898 7979, info@das-forsthaus.de
FOLLOW US ON FORSTBOOK: www.facebook.com/www.ForsthausLuebeck.de

ALLES LIEBE

Bitte, lass mich da nie wieder raus in die Wildnis, bat ich in Gedanken meinen Kerl, der warm und fest meine Hand hielt, während ich meinen besten Freund bei seinem „Weiber-Stress“ beobachtete: Frisch getrennt simste er gleichzeitig mit drei Frauen, ärgerte sich über die vierte, die trotz Versprechen nicht zur Party erschien und zog bei der fünften, die gerade als neue Nachbarin über die Türschwelle trat, den Bauch ein und legte seinen Mir-Kann-Keine-Widerstehen-Blick auf. Ich hörte mir Geschichten an. Von Blind Dates. Von Online-Plattformen, auf denen die immer gleichen Mails ihren Lauf nahmen. Von vergeudeten Abenden, weil die große Liebe sich doch nur als kleine Nymphomanin entpuppte, die mehr auf schnellen Sex aus war als auf eine gemeinsame Zukunft. Ich habe meine große Liebe gefunden. Oder sie mich? Unerwartet. Von ganz allein. Und, das habe ich nicht exklusiv, einst bei der Arbeit. Doch was tun all jene, die im Suchen und Finden nicht so viel Glück haben? Wir haben uns einmal umgeschaut in der Single-Hochburg Hamburg und wollten mehr über den Lifestylentrend Single wissen (ab Seite 25). Wie schön oder unschön das Single-Dasein ist, erzählen uns einige von ihnen auf den Seiten 28-29. Und zu guter Letzt haben wir uns auch noch selbst auf die Jagd gewagt: Bei der großen Liebe zählen angeblich die ersten Minuten, kann Speeddating also funktionieren (Seite 30)? Wer nicht allein am Weihnachtsbaum sitzen will, muss sich ohnehin sputen... Schluss ist dann aber noch lange

nicht: Kolumnistin Conni wird viele, viele, tolle Singles um eine Tafel versammeln und versuchen herauszufinden, warum Herzen nicht zueinander finden (Seite 41).



Eine große Liebesgeschichte ist auch in der Neuen Flora endlich wieder zu sehen: Das Phantom der Oper kehrt dorthin zurück und womaninthecity-Leser/innen können sich exklusive Tickets sichern – auch zu Weihnachten eine tolle Idee! Apropos Weihnachten: Weitere Geschenketipps haben wir auf den Seiten 6-12 zusammengestellt.

Für uns geht ein aufregendes Jahr zu Ende: Wir sind umgezogen, haben uns vergrößert und viele neue Fans gewonnen. Auch das ist Liebe: zu unserem Magazin, unseren Kunden, unseren Lesern. Wir sagen Danke! Und wünschen allen ein tolles Jahresende, einen guten Start in die neue Runde und –wer sie noch nicht gefunden hat – die Liebe ihres Lebens!

Sie haben Ideen, Anregungen, konstruktives Feedback? Schreiben Sie uns wie immer gern: witc@wiener-kontor.de Viel Spaß beim Lesen wünscht

Flora duje

**ALTONAER
THEATER**

Wir spielen Bücher!

**DAS
DSCHUNGEL-
BUCH**

**FÜR KINDER
AB 5 JAHREN**

NACH RUDYARD KIPLING

PREMIERE 27. NOVEMBER 2013

VORSTELLUNGEN BIS 20. JANUAR 2014

**ALTONAER
THEATER**

Wir spielen Bücher!

**DIE
REIFE
PRÜFUNG**

**IDEAL ALS
GESCHENK**

NACH DEM ROMAN VON CHARLES WEBB

BÜHNENFASSUNG VON TERRY JOHNSON

DEUTSCH VON BERND SAMLAND

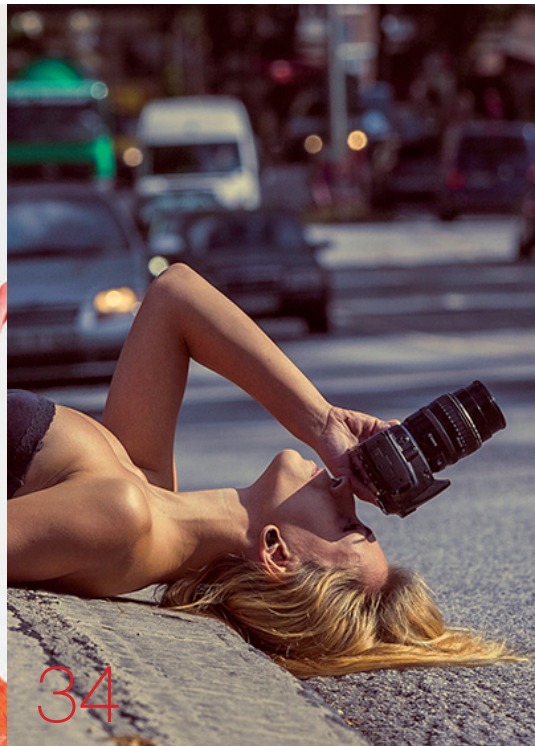
REGIE EVA HOSEMANN AUSSTATTUNG STEPHAN BRUCKMEIER

MIT ISABELL FISCHER ■ HARALD MAACK ■ JOHANNES MERZ ■

HELEN SCHNEIDER u.a.

PREMIERE 12. JANUAR 2014

VORSTELLUNGEN BIS 16. FEBRUAR 2014



Winter 2013

SHOPPING	08	DAS GEHÖRT UNTER DEN WEIHNACHTSBAUM Unsere Geschenketipps
HEALTH & BEAUTY	10	SCHÖNE BESCHERUNG! Diese Geschenke lassen Sie gut aussehen!
FASHION	14	VERLIEBT BIS INS DETAIL Modedesignerin Cornelia Weidner
SPORT	18	SO WIRD DER PO STRAFF! Kleine Tricks für mehr Fitness
GESELLSCHAFT	20	DER RICHTIGE UMGANG MIT GEFAHREN Tipps vom zweifachen Kung-Fu-Weltmeister Tim Otte
KULTUR	22	DAS PHANTOM DER OPER KEHRT ZURÜCK! Jetzt exklusive womaninthecity-Tickets sichern!
STADTLEBEN	25	DIE GROSSE LIEBE FINDEN Lifestyle-Trend Single
REPORTAGE	30	DIE 7-MINUTEN-DATES Speeddating im Selbstversuch
PORTRÄT	34	SINNLICH & SCHÖN! Fotografin Henriette Mielke inszeniert Menschen



6
Connis
Christmas
Tipps



TITEL:
womaninthecity

Model: Giulia Vazzoler
Hauptrolle im Theaterstück „Nilah“ von Denise Stellmann
Foto: Henriette Mielke

- STANDARDS
- 03 EDITORIAL
 - 41 KOLUMNE
 - 42 RÄTSEL
 - 42 IMPRESSUM

VORSCHAU **FEB/MÄRZ 2014**
Die nächste Ausgabe erscheint am 10. Februar 2014

SAISONWECHSEL!

**KEIN PLATZ IM SCHRANK?
WIR KAUFEN
DESIGNERMODE!**

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

 EINFACH ANRUFEN
0800-640 40 20
www.buddyandselly.com 

BUDDY & SELLY
brands only 



jasmin duszynski
RETUSCHEN & COMPOSINGS

bartelsstrasse 65 ♦ 20357 hamburg ♦ tel: 0163/ 510 47 60
mail@jasminduszynski.de

cutstation
by marc grünkemeyer

friseursalon cutstation · fruchtallee 126 · 20259 hamburg
telefon 040 406846

Öffnungszeiten: Di 9 - 18 Uhr · Mi 9 - 20 Uhr
Do 9 - 18 Uhr · Fr 9 - 20 Uhr · Sa 9 - 16 Uhr
Und nach Vereinbarung

**EXCLUSIVES SECONDHAND
& SCHÖNES NEUES**

SECONDPRIMO
EPPENDORFER WEG 78
20259 HAMBURG
T: 040 4018 6666
SECONDPRIMO@ARCOR.DE

*Täglich frische Ware!
Bei Vorlage dieses
Gutscheins gewähren
wir 10% auf nicht
reduzierte Ware!*

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo.-Fr. 11-18.30 UHR, SA. 11-16 UHR

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





connis Geschenketipps

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



DUFTE

Liebe geht durch den Magen.... aber noch lieber geht sie durch die Nase. Und Winterzeit ist Sinnlichkeit - der Düfte. Jene, die der weiblichen Haut so schmeicheln und betörend sein können. Ich selbst benutze diese mandelblumige, sanfte, unaufdringliche Note zur Zeit täglich. Und ein kleines bisschen trage ich damit auch die ibizenkische Lebensfreude.

• **Campos de Ibiza Flor de Almendra** - ab 50ml / 41 EUR,
www.houseofglamour.de



BUCHSTÄBLICH

Initialen als Wandschmuck, als Geschenk, als Liebesbotschaft, als Talisman – das ALPHABETARIO bietet eine Sammlung wundervoller Buchstaben, gefunden in Natur und Formen. Schustert euch euren Namen, ein Wort, einen ganzen Satz oder verschenkt nur einen Anfangsbuchstaben. Die Buchstaben kommen als Foto!

• **5 EUR / Stk**
www.alphabetario.de

IN DIE PFANNE GEHAUEN

Wahrscheinlich bekommt wieder jede 3. Frau vom Weihnachtsmann statt Schmuck ein Haushaltsgerät. Aber wenn dem schon so ist, dann sollte es eine edle, farbig trendige Pfanne sein, in dem ein Gutschein für ein Kochevent liegt – dann hätte Mann 2 Fliegen mit einer Klappe geschlagen! White pan – hätte selbst ich sehr gern, denn die sieht selbst auf schön gedeckten Tafel wie ein edler Teller aus!

• **ELO Premium Pure White - Bratpfanne**

Größe 24 cm 59,90 EUR und
in der Größe 28 cm 69,90 EUR
www.elo.de/de/



AUS DER DOSE

Schmuck – als Akzent, als Highlight, als Betonung. Diese ganz außergewöhnliche Kette des Labels „AfriDiva Fashion“ hat einen kulturellen Hintergrund, ist aus recycelten Coladosen handgefertigt und verkörpert Europa & Afrika. Die Kette wird als Halsband, Haarband, Armband oder Wohnaccessoire geliebt! • **Ab 69 EUR / Puroville Interior Design GmbH**
Eppendorfer Landstraße 64/ 20249 Hamburg

FILZ-FABLE

Es filzt sich gern zur Weihnachtszeit... aber diese XXL-Boxen hauchen nicht nur Wärme und Gemütlichkeit in alle Räume, sie sind so multitasking-fähig wie eine Frau. Aufbewahrung in versch. Farben für Gästebett, Magazine, Wäsche, Krimskrams, Spielzeug...

• Größe: ca. 60 x 32 x 40 cm

Preis: 219 EUR

www.trendxpress.org/daff_wohnen



RING AM GLAS



„Gläschen Gläschen, du musst wandern, von dem einen Mund zum anderen...“ Typische Partyszene: „Wo ist mein Glas schon wieder?!“ Mit diesen süßen Weinglasringen gibt es kein Verwechsellern mehr... Jeder hat sein eigenes kleines Ringlein!

• 6 Ringe / 20 EUR

www.weinglasringe.de

KUSCHEL-SWEATER

„Der vielleicht kuscheligste Sweater, den ich je besaß - und den mir selbst die große Tochter heimlich aus dem Schrank klaut. Und hinter dem Kolibri steht auch noch eine wunderschöne Geschichte, ein Projekt, ein Ehrenamt. Nun fliegt der Vogel vor immer mehr Fan-Brüsten und fühlt sich sichtlich wohl.“

• In Grau / Navy / anthrazit

49 EUR / Hamburg

www.kamalakollektion.de



AUFGEFÜLLT



The skin essence liquid - weil Botox Alternativen hat! Kein punktuellles Falten- und Mimikglätten, viel mehr eine Tinktur für das gesamte Hautbild, über den Stoffwechsel in den Organismus gelangend. Nebenwirkung: wirkt positiv auf Gelenkbeschwerden!

• 500 ml / 89 EUR

www.houseofglamour.de

24-HOURS-BAR



Dose schütteln, in ein Glas voller Crushed Eis gießen und fertig ist der Cocktail! Einfacher geht's nicht. Und: leckerer sicher auch nicht. Denn die Shatler's Cocktails haben's in sich: hochwertige Zutaten, über ein spezielles Verfahren abgefüllt in umweltfreundliche CartoCans und lange haltbar. Mit diesen unkomplizierten Drinks lässt sich im Handumdrehen eine beeindruckende Cocktailparty zaubern. Mai Tai, Sex on the Beach, Caipirinha und Havana Special: Insgesamt zwölf Sorten (alkoholisch und alkoholfrei) stehen zu Auswahl. Und das richtige Zubehör wie Eisbox, Stirrer und Trinkhalme gibt der Cocktailrunde auch gleich den passenden Rahmen. Wohlsein!

Egal, ob nette Abende mit Freunden, Weihnachtsfeiern, Silvesterpartys oder einfach nur so: Müheloser lässt es sich beim abendlichen Zusammensein mit Freunden nicht punkten. Wo es die köstlichen Drinks zu kaufen gibt, verrät der Shopfinder unter www.shatlers.de.

Wer mag, kann die Cocktails auch online bestellen, ebenso schönes Barzubehör.

• www.shatlers.de

Auf meinem Wunschzettel fehlt noch...

Direkt auf dem Beatlesplatz auf der Reeperbahn beginnt jeden Freitag um 20 Uhr eine Bustour rhythmischer Art. Im rollenden Konzertsaal performen Hamburger Szene-Musiker die bekanntesten Beatles-Songs live und hautnah! Der Bus bringt die Gäste zu den Originalschauplätzen dieser besonderen Musikgeschichte. Auf Noten durch die Stadt!

Magical History Tour Hamburg – der BeatlesBus.
28,- Euro zzgl. Gebühren
47,- Euro mit Menü im Herzblut
Buchungen unter www.beatlesbus.de oder
telefonisch unter 040/ 300 33 79 0
buchung@beatlesbus.de



Handgemachte Unikate, die nicht nur warm halten, sondern auch noch gut aussehen: Die Elbfisch Mützen aus 90 Prozent Merinowolle, Lama, Seide, Baumwolle und Kaschmir und 10 Prozent Nylon für den guten Sitz. Der Umwelt und den Menschen zuliebe achtet Elbfisch dabei auf Nachhaltigkeit: die in Deutschland eingefärbte Wolle kommt aus Hamburg. Außer Mützen gibt es bei Elbfisch außerdem handgefertigte Armbänder aus hochwertigem Leder.

Handgefertigte Mützen · 35 - 39 Euro
www.elbfisch.de

THEATER IM SACK: EIN BUCH PLUS ZWEI TICKETS!

In diesem Jahr kommen Theaterfreunde und Bücherwürmer zu gleichen Teilen auf ihre Kosten: Im Altonaer Theater gibt es zwei Theaterkarten und das jeweilige Buch für nur 49,- Euro. So kann sich der Beschenkte in aller Ruhe auf den Theaterbesuch vorbereiten. Nicht umsonst ist der Slogan dort „Wir spielen Bücher!“. Folgende Produktionen sind zu lesen und im Altonaer Theater auf der Bühne zu sehen: „Der talentierte Mr. Ripley“ nach dem Thriller von Patricia Highsmith sowie „Pampa Blues“ nach dem preisgekrönten Roman von Rolf Lappert. Das Geschenk bestehend aus dem Buch und einem Gutschein für zwei Theaterkarten, der für das jeweilige Stück eingelöst werden kann, ist wunderschön in ein Weihnachtssäckchen eingenäht.

Erhältlich im Altonaer Theater, Tel. 040 39 90 58 70 und im Internet!
Weitere Infos unter: www.altonaer-theater.de



Decorate yourself! Mit den außergewöhnlichen Accessoires von NOOSA Amsterdam lassen sich Lederarmbänder, Gürtel, Schal oder Sandalen individuell gestalten. Das Besondere: Jeder Chunk hat seine eigene Herkunft. Erzählen Sie mit den Symbolen aus aller Welt Ihre ganz persönliche Geschichte. Über Druckknöpfe können die Chunks ganz einfach befestigt und immer wieder neu kombiniert werden – je nach Lust, Laune und Outfit. NOOSA Chunks werden von Hand hergestellt und bestehen aus natürlichen Materialien wie Halbedelsteinen, Holz, Kürbis, Muscheln, Knochen und Keramik. Sie sind mit Sorgfalt hergestellt und dadurch gegen äußere Einflüsse gut abgeschirmt. Alle Chunks und die Druckknöpfe sind nickelfrei. Mit Noosa designen Sie nicht nur unvergleichliche Einzelstücke, sondern verschenken auch ein Stück bedeutungsvolle Einzigartigkeit, ganz gleich zu welchem Anlass!



www.decorate-yourself.de



NOOSA
Amsterdam

Die ersten 50 Bestellungen mit dem Code „womaninthecity“ erhalten kostenlos den Original Noosa Chunk „Hinab Ku“ (s. kl. Abb.) dazu.

Dieses Kochcowboys OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA ist ein Olivenöl der Extraklasse! Funky Food – the best you can get! Wir lieben es und mit Sicherheit werden Sie es ebenfalls lieben lernen! Bei optimaler Reife ausschließlich von Hand gepflückt und sofort nach alter toskanischer Tradition verarbeitet. Das Ergebnis können Sie riechen und schmecken. Das goldgelbe bis lindgrüne Olivenöl riecht frisch und angenehm weich. Es schmeckt voll und ganz nach gereiften Oliven. Im Abgang hat es diese angenehme und maßvolle Schärfe, die ein gutes Olivenöl ausmacht. Ölsäure: nur 0,18 %!

Das Kochcowboys Olivenöl ist ein vollkommen natürliches Erzeugnis. Ohne Zusatzstoffe. Dafür stehen neben den Kochcowboys auch deren Freunde Roberto & Egidio Basso mit ihrem Namen.

Kochcowboys Olivenöl OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA · 500ml · 12,90 Euro
www.77food.de



Noch auf der Suche nach einem schönen Weihnachts-Mitbringsel? Oder dem passenden Wein für das Festtagsmenü? Mit seinem magischen Duft nach Schokolade und getrockneten Waldbeeren wickelt der Mavum jeden um den Finger. Das seidige Knistern am Gaumen, wie es nur ein Venezianer kann, macht die Verführung perfekt.

Ganz wunderbar harmoniert der trockene Rote zu Weihnachtsbraten und Käsefondue an Silvester. Seine lässige Mischung aus den Trauben Corvina und Cabernet zeichnete der internationale Weinpreis Mundus Vini 2013 mit einer Goldmedaille aus.

2010 Corvina & Cabernet Sauvignon „Mavum“, Mabis · 0,75 l · 8,75
Rindchen's Weinkontor · www.rindchen.de

UND ES HAT CLIC GEMACHT..

Clic ist eine Kollektion von Sehhilfen, die an der Vorderseite durch einen Magnetverschluss zusammengehalten werden. Durch ihr Halteband bleiben sie fest um den Hals, ohne zu verrutschen. Clic ist ideal für den täglichen Gebrauch und kann auch mit rezeptpflichtigen Gläsern bestückt werden. Um den Hals getragen wird die Brille niemals verlegt und bleibt stets einsatzbereit. Maximaler Tragekomfort, Flexibilität und exklusive Farben. Lieferbar in den Dioptrien +1,5 +2,0 +2,5 + 3,0 +3,5. Einmal Clic - immer Clic!

Clic-Brille · ab 85 Euro · optic and more · Doris Grün-Schulz
Schöne Aussicht 20 · 24944 Flensburg · Fon: (0461)16 09 098
www.optic-and-more.de



SCHÖNE BE

[Verlagspromotion]

„Wer sich zur Pflege und Erhaltung seiner Gesundheit und Schönheit keine Zeit nimmt, hat umso mehr Zeit, vorzeitig zu altern“, sagt Edeltrud Stark. Hamburgs einzige No-Age-Expertin weiß genau, wie sie kleinen Haut-Sünden effektiv zu Leibe rücken und die natürliche Schönheit ihrer Kunden langfristig wahren kann. In ihrem No-Age®-Fachinstitut Bel Etage am Mittelweg setzt sich die Cosmetologin und zertifizierte paramedizinische Hauttherapeutin bereits seit 30 Jahren für die Schönheit ihrer Kundinnen (und Kunden) ein. Und hält für sie immer topaktuelle und innovative Behandlungsmethoden bereit. Zum 30-jährigen Jubiläum hat das Fachinstitut jetzt besondere Weihnachtspäckchen geschnürt.



DIE ANTI-AGING-REVOLUTION AUS DEN USA: *HydraFacial™*



Für einen nachhaltig durchfeuchteten, vitalisierten und strahlenden Teint: sanftes Lifting mit HydraFacial! Für alle Hauttypen. Sofortige Ergebnisse. Hautprobleme lassen sich gezielt behandeln. Und so funktioniert's: Abgestorbene Hautzellen werden entfernt. Ein sanftes Säurepeeling weicht die Ablagerungen in den Poren auf, damit die Haut optimal und schmerzlos ausgereinigt werden kann. Zum Schluss können die Antioxidantien und die Hyaluronsäure in die Haut eingebracht werden. Jugendlich straffe Haut – ganz ohne Risiko und Nebenwirkungen – in nur 60 Minuten.



HydraFacial: 175 bis 230 Euro

**Testbehandlung
150 Euro!**

LIFTING OHNE SKALPELL

Eine echte Alternative zum chirurgischen Eingriff ist die SONO-MATRIX-THERAPIE mit Ultraschall-Bioresonanz und Lichttherapie. Ideal für Damen und Herren, die nicht unterspritzt oder vom Skalpell gezeichnet aussehen möchten und auch auf ein gepflegtes und schönes Hautbild Wert legen. Ein Geschenk mit Langzeiteffekt!

Sonostar MATRIX Therapie
Kur: 6 Behandlungen 1400 Euro
einschließlich Pflegeprodukte

**einmalige
Testbehandlung
zum
Kennenlernen:
150 Euro!**



DER JUNGBRUNNEN FÜR IHRE HAUT!

Anti-Aging-Therapie mit der geballten Pflanzstammzellkraft des Arganbaumes und der Burgundertraube (patentiertes Verfahren). Der innovative zweifache Stammzellkomplex wirkt intensiv der Hautalterung entgegen. Diese Behandlung bietet einen sehr breiten Anti-Aging-Effekt durch die Vitalisierung und Aktivierung der eigenen Hautstammzellen.

**CELL IQ®-STEM CELLS PLUS Binella Medical Beauty
Therapiebehandlung 140,- Euro**

**+ 10ml STEM CELLS
PLUS-Serum
+ Micro-Transfer-
Applicator für die
weitere Behandlung
zu Hause**



SCHERUNG

Verschenken Sie Schönheit
oder lassen Sie sich Schönheit schenken!

Gutschein
ab 30 Euro
bis ...

Mit einem Geschenkgutschein für eine
kosmetische Behandlung oder
außergewöhnliche Pflegeprodukte
machen Sie Ihren Lieben
eine große Freude!



DER FROSTSCHUTZ FÜR IHRE HAUT!

Bereits ab 8 Grad plus leidet unsere Haut. Sie reagiert negativ auf Temperaturveränderung. Dagegen gibt es die Kälteschutzbehandlung BINELLA-dermaGetic®plus

BINELLA-dermaGetic®plus
ab 85,- bis 150,- Euro

+ 30/50 ml
SEASONAL Cream



ULTRASCHALL FÜR ZUHAUSE

Die Anti-Falten-Kur für zu Hause: Ultra Lift Filler Gel mit Hyaluronan5-Supermolekülen Lift Triple Action 24H Cream und Ultra Lift Applicator von BINELLA. Wie alle Binella-Produkte frei von Parabenen, Mineralölen und anderen toxischen oder erbgutverändernden Inhaltsstoffen!

Ultra Lift System
Binella Anti-Falten-Kur
159 statt 224 Euro



BEL ETAGE KOSMETIK No Age® Fachinstitut



„Wir versprechen keine Wunder,
sondern Resultate!“

Ihre Edeltrud Stark,
para.med. Hauttherapeutin

Bel Etage Kosmetik
Fachinstitut für Hautgesundheit und
ganzheitliche Anti-Aging-Therapie

Di. bis Fr. 10 bis 18 Uhr
Termine auch nach 18 Uhr
Mo. und Sa. nur nach Vereinbarung

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

Schenken Sie sich glücklich – mit mehr als 10.000 Geschenkideen bei TK Maxx



Weihnachten rückt immer näher und Sie sind noch auf der Suche nach dem perfekten Geschenk für Ihre Liebsten? Kein Problem – bei TK Maxx warten ab sofort mehr als 10.000 Geschenkideen von vielen verschiedenen Marken und Designer Labels.

Wie wäre es zum Beispiel mit einem schicken Kaschmirpullover für die Schwester, Headphones oder Laptop Cases für den Liebsten, kuschelig weichen Hausschuhen für Mama, hochwertigen Lederhandschuhen für Opa und einem edlen Winterduft aus den TK Maxx Beauty-Departments für die Lieblingsfreundin? Auch das Bruderherz soll nicht leer ausgehen? Ein Tischkicker oder ein ferngesteuertes Auto bringt Männeraugen zum Strahlen.

Alles wird immer bis zu 60 Prozent günstiger als der UVP angeboten und stammt trotzdem zu 90 Prozent aus aktuellen Kollektionen. Viele Stücke gibt es nur in geringer Menge oder als Einzelteil. Einfach vorbeischaun, stöbern und staunen. Zum Beispiel bei TK Maxx in Eppendorf, Bergedorf, Barmbek, Billstedt oder Schenefeld.

Weitere Informationen und alle Filialen auf www.tkmaxx.de



REIMERS & WEBER HAIRSTYLE

ALSTERDORFER STRASSE 84A

22299 HAMBURG

TEL +49 (0)40-38647062

ÖFFNUNGSZEITEN

MO - DO VON 9 - 18 UHR

FR VON 9 - 18:30 UHR

SA VON 9 - 14 UHR

GERN AUCH TERMINE NACH ABSPRACHE!

WWW.REIMERS-WEBER-HAIRSTYLE.DE

INFO@REIMERS-WEBER-HAIRSTYLE.DE

Viel mehr als ein Haarschnitt

DER NEUE MAZDA 3 IN IHREM AUTOHAUS:

[Verlagspromotion]

VOIGTLÄNDER & MEYER

Mazda treibt die Erneuerung seines Modellprogramms mit Nachdruck voran. Als drittes Modell einer neuen Ära ist jetzt ganz frisch der neue Mazda3 an den Start gegangen. Im Autohaus Voigtländer & Meyer wurde der sportliche Flitzer jetzt präsentiert. Er verknüpft die effizienten SKYACTIV Technologien und das dynamische KODO Design zu einem einzigartigen Angebot in der europäischen Kompaktklasse.

Breite Schultern, flacher Bauch, ein eindrucksvolles Profil und ein muskulöses Heck: Die neue Designsprache „KODO – Soul of Motion“ prägt jetzt auch den Auftritt des Mazda3 – und überträgt dabei das Konzept dynamischer, von der Schönheit und Kraft der Natur inspirierter Bewegung auf besonders leidenschaftliche Weise. Charakteristisch für die schon jetzt vielfach



preisgekrönte Formensprache sind die weit nach hinten versetzte Fahrerkabine und das KODO Familiengesicht mit dem konturierten Kühlergrill und dem typischen Flügelmotiv, das sich bis zu den raub-

tierhaft wirkenden Scheinwerfern spannt. Keine Frage: der neue Mazda3 ist ein Typ zum Verlieben!

Und er lenkt nicht ab von dem, was wichtig ist: Das optionale Active Driving Display, eines der ersten Head-up Displays im Segment, verringert die Ablenkung des Fahrers und erhöht Sicherheit und Komfort gleichermaßen. Es ist zentraler Bestandteil des neuen Cockpit-Konzepts und projiziert wichtige Infos wie die aktuelle Geschwindigkeit, Hinweise des Navigationssystems sowie den Status und Warnung der i-ACTIVSENSE Fahrassistenzsysteme direkt in das Blickfeld des Fahrers. Alle weiteren relevanten Informationen werden in der neu gestalteten Instrumenteneinheit angezeigt, während Meldungen des Infotainment- und Kommunikationssystems auf dem neuen 7-Zoll-Touchscreen oben auf der Mittelkonsole dargestellt werden.

Dank des neuen Konnektivitäts-Konzepts kann das Smartphone mit dem Auto verbunden werden, Mails und SMS werden während der Fahrt einfach vorgelesen. Außerdem halten Internet- und Social-Media-Funktionen Einzug – ohne vom Verkehr abzulenken. Dafür sorgt der neue Multi-Commander, der intuitiv durch die Programme führt.

Sicherheit wird mit i-ACTIVSENSE ohnehin ganz großgeschrieben: Pre Crash Safety-System, City-Notbremsassistent und adaptive Geschwindigkeitsregelanlage mit radargestützter Distanzregelung minimieren zum Beispiel die Gefahr von Auffahrunfällen. Spurwechsel- und Spurhalteassistent sowie der Fernlichtassistent helfen zusätzlich dabei, das Auto unfallfrei durch den Straßenverkehr zu lenken. Und der Berganfahrassistent unterstützt einen nicht nur in großen Höhenlagen, sondern auch in besonders kniffligen Parkhaus-Situationen.

Der neue Fünf-Türer von Mazda ist außerdem ein Umweltfreund. Motoren, Getriebe, Fahrwerk, Karosserie: alles ist auf maximale Effizienz getrimmt. Die vier Skyactiv-Motoren gehören zu den sparsamsten ihrer Klasse. Erhältlich ist der Japaner zunächst als fünftürige Schräghecklimousine übrigens ab 16.990 Euro.

Wer den neuen Mazda3 einmal Probe fahren möchte: Anruf



genügt – und zwar bei Voigtländer & Meyer. Bereits seit 1979 begeistert das Autohaus als Mazda- und seit 2012 auch als KIA-Vertragspartner.

■ Tel. 040.6970720 | Steilshooperstraße 200 | 22307 Hamburg
www.autohaus-vm.de



**Ein Bild von einem Auto
Auto Bild Testsieger!**





Der neue Mazda3.
Ein Design, das den Atem raubt. Effizienz und Funktion, die begeistern. Das sagt auch die Auto Bild. Der neue Mazda3 überzeugt auf ganzer Linie und fährt im Vergleichstest mit einem überragenden Sieg an seinen Konkurrenten vorbei auf Platz 1.²⁾ Überzeugen Sie sich selbst bei einer Probefahrt!

Barpreis € **16.990¹⁾**

Kraftstoffverbrauch im Testzyklus: innerorts 6,5 l/100 km, außerorts 4,3 l/100 km, kombiniert 5,1 l/100 km.
CO₂-Emissionen im kombinierten Testzyklus: 119 g/km.

1) Barpreis für einen Mazda3 5-Türer Prime-Line SKYACTIV-G 100 Benzin. Preis inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten. Angebot ist gültig für Privatkunden. 2) www.autobild.de; Heft 39, Ausgabe 27.09.2013. Im Vergleichstest mit Honda Civic und Ford Focus. Abbildung zeigt Fahrzeug mit höherwertiger Ausstattung.

Voigtländer & Meyer G.m.b.H.
Steilshooper Str. 200 • 22307 Hamburg
Tel. 49 40 697072 0
www.autohaus-vm.de



Verliebt bis ins Detail

MODEDESIGNERIN CORNELIA WEIDNER STEHT FÜR QUALITÄT

[Verlagspromotion]

Mode selbst zu machen, ist ihr Lebenstraum. Cornelia Weidner hat sich diesen mit einer kleinen Boutique im Eppendorfer Weg erfüllt. Mit Qualität, ausgefallenen Stoffen und Liebe zum Detail zeigt die Designerin Frauen, wie sie sich weiblich kleiden und trotzdem wohlfühlen können.

Text: Jennifer Meyer | Fotos: Stephanie Richter 

Tolle Frauen, die in keine Schublade passen – das sind meine Kundinnen.“ Mit Gedanken an die letzten Monate schiebt Cornelia Weidner stolz ihre selbstdesignten Kleider und Blazer auf der Kleiderstange zurecht. Im Juni hat die Designerin ihre erste Boutique in Hamburg Eimsbüttel eröffnet und sich seitdem einen großen Kundenkreis aufgebaut. Das Besondere an der Kollektion? Sie stellt die Weiblichkeit wieder in den Mittelpunkt. „Viele Frauen in Deutschland kleiden sich heute eher praktisch. Ich möchte zeigen, dass man



sich feminin kleiden und trotzdem wohlfühlen kann.“

Um das zu erreichen, verwendet die frisch gebackene Boutique-Besitzerin neben außergewöhnlichen Schnitten nur qualitativ hochwertige Stoffe für ihre Kleider. Diese kommen dann schon mal aus klassisch italienischen Familienbetrieben oder von namenhaften Designern. Gefertigt werden die Stücke aber ausschließlich in einer Schneiderwerkstatt in Hamburg. Nadel und Faden? Bei der Fertigung unverzichtbar. „Wenn ich mit einem guten Stoff arbeite, dann widerstrebt es mir, den Saum mit der Maschine zu nähen. Auch wenn es einfacher und wirtschaftlich effektiver wäre“, erklärt die Designerin. Ohnehin kommt es bei Cornelia Weidner auf die Details an. Kontrastreiches Innenfutter. Schräg genähte Knopflöcher. Knopfleisten, die in ihrer ungewöhnlichen Anordnung alles andere sind als Standard. „Frauen wollen wieder individuelle Mode. Sie sind das

doch sehr ähnliche Angebot der verschiedenen Designer einfach müde.“ Völlig losgelöst vom Modetrend designt sie deshalb Stücke, die zeitlos sind, und davon auch nur wenige Teile. „Es gibt jedes Stück in jeder Größe nur ein Mal. Auch auf Anfrage wird es nicht häufiger gefertigt“, stellt Cornelia Weidner klar. „Hamburg ist ein Dorf. Ich möchte nicht, dass so viele Frauen die gleichen Kleider tragen. Das Gefühl der Besonderheit ginge dann für meine Kundinnen verloren.“

Die Inspiration für ihre Mode hat sich die Quereinsteigerin aus ihrem alten Berufsleben geholt. Als ehemalige Fachwirtin für Grundstücks- und Wohnungswirtschaft war sie geschäftlich früher oft auf Reisen. Der Mangel an kombinierbarer Kleidung aus knitterfreien Stoffen brachte sie dazu, Kleidung selbst zu nähen. Und die fiel auf: „Ich wurde permanent auf meine selbst designten und genähten Sachen angesprochen.“

„Frauen wollen wieder individuelle Mode“

Dass viele ihrer Stammkundinnen ebenfalls Geschäftsfrauen sind, verwundert daher nicht wirklich. Eine Kundin der ersten Stunde ist Mirella Fischer, der es nicht nur die ausgefallenen Stoffe angetan haben. „Die starke Persönlichkeit und Kompetenz von Cornelia Weidner zusammen mit ihrer Herzlichkeit und Offenheit sind außergewöhnlich“, schwärmt sie. „Bei ihr und hier im Laden fühlt man sich einfach wohl.“

Zudem wird individuelle Beratung in der Boutique im Eppendorfer Weg groß geschrieben. Ihre Öffnungszeiten passt Cornelia Weidner den Wünschen ihrer Kundinnen an. Diese können bei ihr nach Vereinbarung auch nach 18 Uhr einkaufen – ein Angebot, das vor allem berufstätige Frauen gern annehmen. Wer lieber in Ruhe für sich allein shoppt oder eine ausführliche Beratung wünscht, kann gern einen Einzeltermin vereinbaren. Außerdem lädt Cornelia Weidner regelmäßig zu außergewöhnlichen Events wie Modenschauen oder Candle-Light-Shopping ein.

Dass ihre Kundinnen sich wohl fühlen, liegt der Designerin am Herzen. „Ich sehe häufig tolle Frauen, die sich nicht

optimal kleiden. Sich typgerecht zu kleiden, ist nicht einfach, aber gerade das macht guten Stil aus“, sagt die Designerin. „Es gibt ganz bestimmte Dinge, die ich nicht kann. Aber ich habe ein Auge dafür, was Menschen steht.“

Stücke aus ihrer Kollektion, die aber wohl jede Frau elegant und mondän wirken lassen, sind die Capes in den unterschiedlichsten Variationen – egal ob über Bluse, Blazer oder Pullover. Ihre Vielseitigkeit machen sie für die Designerin zu unverzichtbaren Must-Haves in diesem Winter.

■ **Cornelia Weidner**
Modekreationen
Eppendorfer Weg 161
20253 Hamburg
Tel.: 0174 3470082
Mode@cornelia-weidner.com
www.cornelia-weidner.com





ALLE JAHRE WIEDER...

... ÜBERKOMMT UNS DER WUNSCH NACH BESSERER KÖRPERLICHER VERFASSUNG, FORM UND AUSDAUER: ES IST WIEDER SOWEIT!

Körperlich in Form bleiben oder wieder dorthin zurückkommen! Das sollten wir ganz oben auf unseren Wunschzettel schreiben. Dies wäre etwas ganz Persönliches! Dazu zähle ich allerdings kein Geschenk einer Mitgliedschaft in einem Fitness-Club. Bemerkten Sie nicht auch die vielen Promotion Teams großer Studioketten im Lichterschein der Weihnachtsmärkte und des Weihnachtsshoppings? Diese bemühen sich, uns mit verlockend klingenden Angeboten zur ‚Rundumfitness‘ für sich zu gewinnen. In Deutschland sind allerdings nur sieben (!) Prozent der Bürger Mitglieder in Studios! Und doch denken wir stets, dass irgendwie alle um uns herum in Familie, Bekanntenkreis und Job dort etwas für sich tun, oder? Im Januar und Februar scheinen diese

Fitness-Tempel schier aus den Nähten zu platzen und ab März tritt dort allerdings meist wieder beschauliche Ruhe ein. Warum? Im Studio werden Sie anfangs mit Trainingsplänen versorgt. Dann kommt der Moment, in dem Sie feststellen, dass Sie diese auf Papier fixierten Pläne allein trainieren müssen. Später folgt schnell Enttäuschung darüber, dass sich die gewünschten körperlichen Erfolge nicht schnell genug einstellen.



Größtmögliche Effizienz und somit schnell spürbare Erfolge erreichen wir nur durch regelmäßig professionell begleitetes und motivierendes Personal Training. Dabei formulieren wir nach Ihren Wünschen erreichbare Ziele. Sie erlernen, Ihnen zur Verfügung stehende Zeiträume mit effektiven Übungen und Bewegungen zu nutzen. Sie erlernen diese erfolgreich auszuführen und erlangen durch das Erreichen Ihrer gewünschten Ziele Ihre eigene Bewegungsmotivation zurück! Wenn Sie dann sagen: „Ich genieße diese Zeit für mich, spüre die Erfolge und möchte mehr davon!“, haben Sie Ihren inneren Schweinehund überwunden. Sie werden kein Saisonsportler mehr sein, sondern sich stets wohlfühlen!

Ich lade Sie zu Ihrem kostenlosen Probetraining mit mir persönlich ein! Verschenken Sie dieses persönliche „Sich Erleben“ auch gern als Gutschein – ich motiviere gerne!

Tobias Methmann | info@fitcare-professional-training.de



fitCARE
professional fitness training

powerplate® training
exklusiv im Physio team 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 tele. 040 30639658

VERLOSUNG

Seit dem Sommer gibt es einen neuen w, der alles bietet, „was Frauen wollen“: ManouLenz TV. Die Moderatorin Manou Lenz, die 2009 mit Tipps im „ZDF Fernsehgarten“ startete, bietet auf dem bundesweiten Sender sowie online unter www.manoulentz.tv Mode, Markendüfte, Accessoires, Schmuck sowie alles für Haushalt, Schönheit und Gesundheit an. Unter ihren Initialen entwickelt sie seit einigen Jahren eine eigene Kollektion und verlost in der womaninthecity eine ML Longstepp Weste mit Flügeln auf dem Rücken.

Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff ManouLenz an witc@wiener-kontor.de. Größe nicht vergessen! Der Gewinner wird unter allen Einsendungen gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss ist der 15. Januar 2014.



CUTSTATION BIETET SCHNEIDEKUNST IN PERFEKTION

[Verlagspromotion]

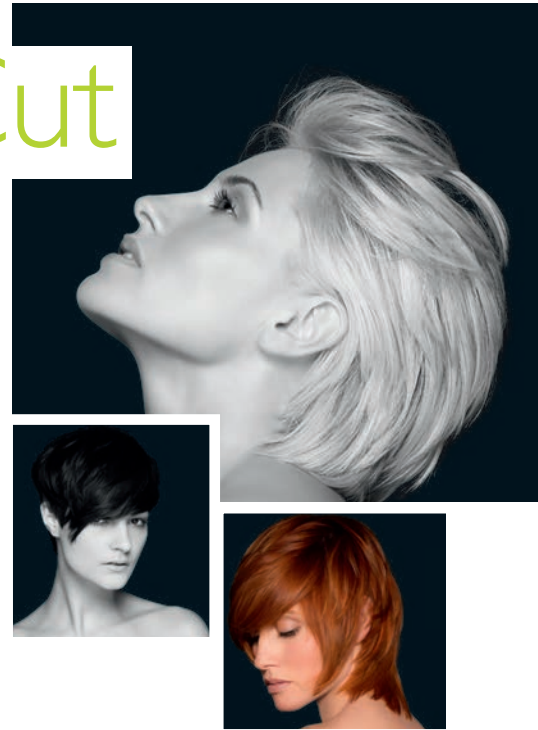
Der Calligraphy Cut

Auf die richtige Schneidetechnik kommt es an: Marc Grünkemeyer und sein Team haben sie darum perfektioniert. Im Friseursalon cutstation in der Fruchttalallee haben sie sich neben typgerechten Colorationen und Strähnen auf exklusive Schneidetechniken spezialisiert. Mit einem CurlSys-Lockenschnitt erhält zum Beispiel das lockige Haar den passenden Schnitt, mehr Volumen und eine perfekte Bewegung.

Und besonders für Frauen, die dünne-

res Haar haben, bietet cutstation eine ganz neue exklusive Schneidetechnik an: den Calligraphy Cut. „Das Haar fühlt sich voller und sinnlicher an, ist spürbar angenehm weich und flexibel form- und frasierbar“, so Marc Grünkemeyer. Im Calligraphy Cut vereinen sich handwerkliche Sorgfalt, kreative Leidenschaft und technische Innovation. Ein spezielles Schneidetool, entwickelt von Frank Brormann, schneidet das Haar in bislang unbekannter Präzision. Cutstation ist eines von nur drei Unternehmen in Hamburg, das diese neue Schnitttechnik anbietet. Abgerundet wird das ganze Leistungsspektrum um Produkte der Firma Glynt, die besonders schonend und hautverträglich sind.

Das cutstation-Team geht noch weiter: einmal monatlich gibt es eine lange Nacht der Haare. Dann können Frauen, die tagsüber stark eingebunden sind oder lange Arbeitstage haben, Termine bis 23 Uhr bekommen und mit einem entspannten Friseurbesuch den Tag abschließen.



cutstation, Fruchttalallee 126, Hamburg-Eimsbüttel
 Tel. (040) 40 68 46
 Di. - Fr. 9 - 20 Uhr, Sa. 9 - 16 Uhr
www.cutstation.de
www.calligraphy-cut.de



DIESE PRÄSENTE FÜHLEN SICH GUT AN!

EIN MUSS UNTERM WEIHNACHTSBAUM: VERWÖHNPAKETE VON MERIDIANS SPA

[Verlagspromotion]

Bevor Sie sich lange den Kopf zerbrechen, was Sie Ihren Liebsten unter den Weihnachtsbaum legen, schenken Sie doch gleich ein MeridianSpa-Verwöhnpaket! Denn Wohlbefinden, Entspannung und neue Energie kann einfach jeder gebrauchen. Und davon steckt in allen Paketen eine Menge. Obendrein tun Sie auch noch etwas Gutes: MeridianSpa spendet von jedem verkauften Weihnachtsgutschein einen Euro an den gemeinnützigen Verein clubkinder e.V., der es sich zur Aufgabe gemacht hat, Spenden für soziale Projekte in Hamburg zu sammeln.

Einzig die Paketauswahl könnte angesichts der Vielfalt schwierig werden: Eine „**Kleine Verführung**“ (51 Euro) verschenken Sie mit einer 25-minütigen Teilkörpermassage. Wer jemanden von einem anstrengenden Alltag entlasten möchte, greift am besten zum Paket „**Ganz entspannt**“ (64 Euro): Eine 40-minütige Ganzkörper- oder Fußreflexzonenmassage lässt schnell Hektik und Stress vergessen. Oder Sie ent-

scheiden sich für jede Menge Wohlbefinden: Der „**Sinneszauber**“ (83 Euro) besteht aus der Abhyanga Massage oder einer Gesichtsbehandlung für sie oder ihn.

Das passende Präsent ist noch nicht dabei? Dann schenken Sie individuell! MeridianSpa bietet zusätzlich – und das an 365 Tagen im Jahr – **Gutscheine** über eine Tageskarte oder ein Angebot aus dem Bodycare-Bereich wie z. B. die 75-minütige Hot Stone Massage (85 Euro) an. Auch Wertgutscheine über einen frei wählbaren Betrag sind erhältlich. Alle Gutscheine lassen sich bequem online bestellen und können sowohl an eine Wunschadresse geschickt als auch am heimischen PC ausgedruckt werden.



ALLE WEIHNACHTSGUTSCHEINE ENTHALTEN ZUSÄTZLICH EINE WELLNESS-TAGESKARTE UND SIND VOM 15. NOVEMBER BIS ZUM 31. DEZEMBER IN JEDEM MERIDIANS SPA ODER IM E-SHOP AUF WWW.MERIDIANS SPA.DE ERHÄLTLICH.



www.nataliezimmermann.de

ICH MACHE SIE WIEDER FIT!

Sich fit, wach und voller Energie zu fühlen – wer träumt nicht davon? Doch viel zu oft bleibt es bei diesem Wunsch. Der innere Schweinehund scheint oft einfach unüberwindbar. „Viele Menschen wissen eigentlich, was ihnen gut tut“, so Natalie Zimmermann. „Was dann fehlt, ist die Tat. Ich helfe ihnen dabei, endlich loszulegen.“ Natalie Zimmermann ist Physiotherapeutin, Personal Fitness Trainerin und aktive Kampfsportlerin. Durch ihren Beruf und ihre private Hingabe zum Sport sammelte sie in den vergangenen zehn Jahren umfassende Erfahrungen. „Wenn der Körper voller Kraft ist, ist der Geist auch ausgeglichener und belastbarer.“ Wer sich im Alltag Zeit für seine körperliche Fitness nimmt, wird schon bald merken, dass er konzentrierter im Job und langfristig leistungsfähiger ist – körperlich und mental. „Bewegung führt zu einem besseren Körpergefühl“ sagt Natalie Zimmermann. „Und langfristig auch zu einem völlig neuen Lebensgefühl!“

Das Problem vieler meiner Patienten und Kunden ist, dass Bewegung im Alltag oft zu kurz kommt. Die meisten sitzen überwiegend am Computer, fahren sitzend zur Arbeit und lümmeln sich abends, geschafft vom stressigen Alltag, auf die Couch. Durch die einseitige Belastung entstehen Muskeldysbalancen, die wiederum zu Beschwerden am Bewegungsapparat führen. Schon kleine Bewegungseinheiten können Abhilfe schaffen. Mein Tipp: Nehmen Sie sich mindestens 4 x pro Woche eine feste Zeit vor, zu der Sie Ihre Übungen absolvieren können. Diese Zeiten müssen, wie Zähneputzen auch, einfach zur Gewohnheit werden. So tricksen Sie Ihren inneren Schweinehund aus.

Ich arbeite gern mit funktionellen Übungen, kombiniert mit der Beckenbodenbauchanspannung wie beim Pilates. Somit wird die

Wirbelsäule stabilisiert und tiefliegende, oft verkümmerte Muskelgruppen werden trainiert. So bekommt man das Gefühl eines muskulären stützenden Korsetts. Durch die neu gewonnene Kraft und Stabilität in seiner Mitte strahlen Sie sofort mehr Persönlichkeit aus.

Wichtig ist, zunächst die Grundspannung zu erlernen: Einatmen, Wirbelsäule lang strecken, ausatmen, Beckenboden anspannen, Bauchnabel nach innen ziehen, durch die Nase ein und durch den Mund einige Male ausatmen.

Als nächstes verbinden Sie die Grundspannung mit instabilen Übungen. Hierzu verwende ich gern einen Overball mit einem Durchmesser von 22-26 cm – je größer, desto besser. Dieser sollte nur halb aufgepumpt sein.

Eine Bewegungseinheit sollte wie folgt aufgebaut sein:

- 2 Minuten Warm up (auf der Stelle joggen, Hampelmann, Seil springen)
- 10 Minuten Training
- 3 Minuten Dehnen

Das Training ist in erster Linie ein Kraftausdauertraining, das heißt 15-30 Wiederholungen bei 2-3 Sätzen. Bei jeder Übung die Grundspannung aufbauen und mit der Ausatmung in die Belastung gehen. Wichtig: Hören Sie auf Ihren Körper und gehen Sie nicht über Ihre Belastungsgrenzen oder gar in einen Schmerz!

In der womaninthecity zeige ich Ihnen ab sofort ein paar Übungen, mit denen Sie sich ganz einfach fit halten können. Wir starten mit einer Bewegungseinheit für die rückseitige Beinmuskulatur, den Po und die untere Rückenmuskulatur.

Übung 1

Ball unter einem Fuß.

Ausatmen, Beckenboden und Bauch anspannen, Po abheben.
Einatmen, Spannung langsam lösen, Po senken.
Seite wechseln.



Übung 2

Übung mit beiden Füßen auf dem Ball wiederholen!



SANFT ZU SCHÖNEN ZÄHNEN

Weißer, gesunde Zähne machen nicht nur sympathisch, sie stärken auch unser Selbstvertrauen und Wohlbefinden. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns für ein unverbindliches Beratungsgespräch.

unsere leistungen:

- :: entspannte betreuung
- :: kompetente behandlung
- :: zahnheilkunde
- :: prophylaxe
- :: zahnästhetik

dr BIRGIT VINKELAU
rathausmarkt 19
20095 hamburg

- t 040 364688
- f 040 364394
- e praxis@birgit-vinkelau.de
- i www.birgit-vinkelau.de

dr BIRGIT VINKELAU
zahnärztin am rathausmarkt

:: zahnästhetik :: zahnheilkunde :: prophylaxe





TÄTER SUCHT OPFER

Gewalt kann jeden treffen. Jederzeit. Und überall. Tim Otte weiß das. Für sein Buch „Stopp! – Gefahrensituationen erkennen und effektiv handeln“ hat der Selbstverteidigungs-Experte mit zahlreichen Opfern über ihre schlimmsten Momente gesprochen. „Man muss wissen, was im Kopf eines Täters vorgeht, wonach er Ausschau hält und wie man ihn letztendlich von seinem Vorhaben abbringen kann“, sagt er. In der womaninthecity gibt Tim Otte regelmäßig Tipps für den richtigen Umgang mit Gefahren.

Sicher sind Ihnen schon die Menschen aufgefallen, die zu Ihnen in den Fahrstuhl steigen und krampfhaft versuchen, jeglichen Blickkontakt mit Ihnen zu vermeiden. Die Zeitungsleser in Bus oder Bahn, die sich hinter ihrer Tageszeitung verstecken oder die junge Generation mit tief heruntergezogener Mütze und überdimensionalen Kopfhörern.

Sie alle bedienen sich der alt bekannten Vogel-Strauß-Technik – sehe ich Dich nicht, siehst Du mich auch nicht – und wenn wir wirklich ehrlich zu uns sind, bedienen wir alle uns mehr oder weniger häufig dieser Methode. Meistens geschieht dies eher aus

dem Wunsch, einfach abzuschalten, einen Augenblick nicht die Umwelt wahrnehmen zu müssen. Oft resultiert unser Verhalten aber auch aus reiner Unsicherheit.

Der Typ glotzt mich schon die ganze Zeit an, hoffentlich spricht der mich nicht an! Ich schaue lieber woanders hin, dann merkt der schon, dass er mich in Ruhe lassen soll. Hoffentlich lässt der mich in Ruhe!

Menschen, die Opfer suchen, haben eine Antenne für solche Unsicherheit.

Studien belegen, dass Täter ihre potenziellen Opfer in der Regel einer entsprechenden Beurteilung unterziehen. Der Entschluss zu einem Überfall kann vom Täter sowohl spontan getroffen oder nach eingehender Beobachtung ihrer Person von langer Hand geplant sein.

PHASE I - DIE VORAUSWAHL

Der Täter sucht sein potenzielles Opfer anhand optischer Eindrücke aus, die Unsicherheit ausstrahlen könnten. Körperhaltung, Gang, Kleidung, Blick, Reaktion bei Blickkontakt etc.

PHASE II – DAS ABCHECKEN

Nachdem der Täter in Phase I sein mögliches Opfer ausgewählt hat, kommt es häufig vor, dass er durch direkten Kontakt Bestätigung für den Eindruck seiner „leichten“ Beute sucht. Im Gegensatz zur Vorauswahl, von der Sie in der Regel nichts bemerken werden, kommt es in Phase II zum direkten Kontakt mit dem Täter. Dieses Abchecken kann auf unterschiedlichste Weise ablaufen. Intensiver Blickkontakt, zufällige oder bewusste Berührungen, direktes Ansprechen, offensichtliche Verfolgung etc.

Um bereits bei der Vorauswahl der Täter durchzufallen, sollten Sie möglichst nicht deren „Beuteraster“ entsprechen. Durch eine positive, selbstbewusste Ausstrahlung brechen sie nicht nur aus der Opferrolle aus, sondern werden auch in Ihrem Alltag erfolgreicher sein. Gruppen, ob bei Kindern oder Erwachsenen, schützen ebenfalls vor Angriffen.

ZUR PERSON



Der zweifache Kung-Fu-Weltmeister Tim Otte begann seine Ausbildung in Kung Fu im Alter von 16 Jahren und reiste dafür auch nach China, um die traditionelle Kampfkunst ganz ursprünglich zu lernen und zu vertiefen. Neben der traditionellen Kampfkunst beschäftigt sich der 44-Jährige seit über 20 Jahren aber auch mit Opfer/Täter-Strukturen und der Umsetzung von entsprechenden Verteidigungsmaßnahmen in Alltagssituationen. 1998 eröffnete er seine Kampfkunstschule „Wan Fu“. www.wanfu.de

Wenn Sie alleine unterwegs sind, gesellen Sie sich zu anderen, vertrauenswürdigen Personen und erwecken Sie zumindest vorübergehend den Anschein einer Gruppe.

Scheuen Sie sich auch nicht, diesen Menschen mitzuteilen, warum Sie sich zu Ihnen gesellen möchten. Wecken Sie in diesen Personen einen Beschützerinstinkt. Durch Ihre offene, ehrliche Art entsteht schnell ein lockeres Gespräch, welches Sie zumindest kurzzeitig zu einer Gruppe werden lässt.

**Lesen Sie in der nächsten Ausgabe:
Phase II: Raus aus der Opferrolle – Klare Ansagen!**

BEINHARTE PARTY

TORFROCK BRETERN NACH HAMBURG: BAGALUTENWIEHNACHT IN DER SPORTHALLE

Das hat bereits Tradition: Der Tannenbaum ist geschlagen, die Gans bestellt, und wir polieren unsere Trinkhörner und feiern noch einmal beinharte Bagalutenweihnacht. Schließlich brettern Torfrock – mittlerweile im 36. Jahr – wieder einmal durch die Lande. In Hamburg folgen wir den Odin-Rufen vom Latten(stramm)kamp bis zur Sporthalle und tauchen kurz vor Heiligabend noch einmal ein in den Torfmoorholmer Kosmos. Da gibt's groovende und rockige Torfrockers auf der Bühne und genug für die Ohren – zum



Feiern, Nachdenken, Engtanzen, Lachen – und auch für die Liebhaber des choreografisch ausgefeilten Bagaluten-Pogo-Tanzes ist immer was dabei. Volle Granate, Renaaaaaaaddddeeeee! Die „Vorwech-Band“ in diesem Jahr: Meyer (www.meyerrock.de).

**Bagalutenweihnacht in Hamburg:
Freitag, 20.12., Sporthalle
Ticktes unter www.torfrock.de**

VERLOSUNG

Wir verlosen 3 x 2 Tickets für die Hamburger Bagalutenweihnacht.

Schicken Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Bagaluten“ an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an woman in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

Einsendeschluss ist der 10.12.2013. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



DIE ALTE UND DIE NEUE CHRISTINE: INTERVIEW
MIT ANNA MARIA KAUFMANN UND VALERIE LINK

DAS PHANTOM DER OPER KEHRT ZURÜCK

Das PHANTOM DER OPER kehrt nach zwölf Jahren nach Hamburg zurück. Wir haben die alte und die neue „Christine“ über ihre gemeinsame Liebe befragt: Zwei starke Frauen reden über die gleiche Rolle und das, was sie voneinander lernen können. Anna Maria Kaufmann (48) und Valerie Link (34): zwei Generationen, eine Leidenschaft.

Was macht Ihrer Meinung nach DAS PHANTOM DER OPER so besonders?

Anna Maria Kaufmann: Es ist perfekt komponiert von Andrew Lloyd Webber. Die Geschichte ist einfach toll – spannend und romantisch. Eine klassische Dreiecksgeschichte. Alles, was auf der Bühne passiert, ist Wahnsinn. Angefangen mit der Orgelszene oder dem Kronleuchter. Es gibt immer etwas, das man noch nicht gesehen hat. Auch beim zehnten Mal.

Valerie Link: Es ist bei mir ganz lange her, dass ich es gesehen habe. Ich lerne es jetzt erst wieder kennen. Aber die Musik ist super und die Geschichte einfach spannend.

Für Sie beide hat Ihre Karriere in der Neuen Flora begonnen. Wie ist es für Sie, jetzt dahin zurückzukehren?

Anna Maria Kaufmann: Ich habe die Flora – damals noch im Rohbau – eröffnet. Mittlerweile ist da so viel gelaufen. Und jetzt kommt DAS PHANTOM DER OPER wieder zurück. Die Rolle der „Christine“ lässt mich nicht los. Für mich ist es eine Ehre, dass ich bei der Rückkehr vom Phantom integriert werde und Valerie als Coach unterstützen darf. Das habe ich nicht erwartet. Wir haben mit Valerie die perfekte Christine gefunden.

Valerie Link: Ich freue mich wahnsinnig darauf, hier zu spielen. Ich hatte in der Neuen Flora ja bereits während „Mozart!“ eine tolle

Zeit und kenne das ganze Haus. Es sind auch noch viele Kollegen da, die damals schon hier gearbeitet haben.

Anna Maria Kaufmann: Es gibt auch noch welche, die von Anfang an mit mir dabei waren und die ich noch kenne...

Was hat sich damals durch die Rolle für Sie in Ihrem Leben verändert?

Anna Maria Kaufmann: Mein Leben. Alles. Ich hatte vorher noch nie einen richtigen Job, und dann durfte ich gleich die erste „Christine“ neben Peter Hofmann spielen, in einem Erfolgsmusical, das dann noch ewig lief. Peter Hofmann war seinerzeit ein gefeierter Heldentenor und es war für mich eine große Ehre und Freude, mit ihm auf der Bühne zu stehen. Wir hatten mit der Aufnahme von DAS PHANTOM DER OPER zwei Millionen verkaufte Schallplatten – das ist heute immer noch eines der erfolgreichsten Musical-Alben. Ich habe die Rolle der „Christine“ gelebt und geliebt. Es war mein Leben. „Christine Daeé“ und ich sind Hand in Hand gegangen. Die Zeit hat mich sehr geprägt.

Valerie Link: Wenn ich das so höre, läuft mir ein Schauer über den Rücken. Das ist schon toll. Ich sehe, wie viel Freude das Anna Maria bereitet hat und wie viel Herz noch dabei ist.

Anna Maria Kaufmann: Ich vergleiche das gern mit einem berühmten Fußballer wie Uwe Seeler zum Beispiel. Der hat mal ein

Kopfball-Tor geschossen. Er hat viele gemacht. Aber das war das Wichtigste. Für mich war das auch so. Ich habe viele Rollen gespielt, aber „Christine“ war etwas Besonderes. Das war einzigartig damals. Auch für dich, Valerie, wird das so: Du hast viele tolle Rollen gespielt, aber diese Rolle ist, ja, magisch.

Wie wird Ihre gemeinsame Arbeit aussehen?

Anna Maria Kaufmann: Ich werde immer wieder mal dabei sein, nicht regelmäßig. Es geht mehr darum, Valerie zu unterstützen und jederzeit für Fragen erreichbar zu sein. Valerie ist sehr liebenswert, nicht abgehoben, und sie leistet wirklich viel.

Valerie Link: Das habe ich auch über dich gehört. Kollegen, die dich kennen, haben mir das erzählt. Da haben wir anscheinend ja noch mehr Gemeinsamkeiten.

Frau Kaufmann, was werden Sie Ihrer Nachfolgerin mit auf den Weg geben?

Anna Maria Kaufmann: Ich unterstütze sie in dem, was sie schon kann. Sie ist ausgesucht worden von Experten, die auf der ganzen Welt die besten Darsteller aussuchen und mit ihnen arbeiten. Und sie kann alles. Ich fliege einfach mit, ich darf dabei sein. Ich sage: Ich schütze sie – wie ein Schutzengel. Ich glaube das Wichtigste ist, dass Valerie so bleibt, wie sie ist. Und sie muss sich in die Rolle hineinversetzen. Musical ist kein Wettbewerb – hier muss jeder strahlen.

Frau Link, was können Sie von Anna Maria Kaufmann lernen?

Valerie Link: Für mich ist es wahnsinnig interessant zu hören, was sie über die Rolle sagt, und zu sehen, was für eine Freude sie damit verbindet und wie die Rolle sie geprägt hat – und einfach auch von ihrer Erfahrung zu lernen. Ich sauge alles auf wie ein Schwamm und höre viel, das mich beeindruckt – und dann schaue ich, was davon ich für mich mitnehmen kann. Ich habe Anna Maria schon zu bestimmten Situationen auf der Bühne befragt und fand das alles sehr

spannend. Ich finde es toll, dass sie mich unterstützt und wir verstehen uns super, würde ich sagen.

Frau Kaufmann, würden Sie die Christine gern noch mal spielen?

Anna Maria Kaufmann: Ich bin der Rolle auf ewig verbunden. Um so mehr habe ich mich gefreut, wieder dabei sein und Valerie unterstützen zu dürfen. Aber noch mal spielen würde ich die Rolle nicht, weil das, was ich an der Seite von Peter Hofmann erlebt habe, einfach nicht zu toppen ist.

Frau Link, wie fühlen Sie sich kurz vor der Premiere?

Valerie Link: Ich bin eigentlich ganz ruhig, aber gerade wenn Anna Maria dann so von der Rolle erzählt, dann kommt doch noch manchmal so ein Flash, der mich durchflutet, und ich merke dann, was diese Rolle wirklich bedeutet.

Überlegen Sie manchmal heimlich, wer von Ihnen beiden die Christine besser spielt und singt?

Anna Maria Kaufmann: Nein, überhaupt nicht. Ich kann die Zeit nicht zurückdrehen, aber das will ich auch gar nicht. Damals war es das erste Mal, dass das Phantom in Deutschland gespielt wurde. Ich war die erste „Christine“. Das kann mir keiner nehmen. Und dafür bin ich sehr dankbar. Ich habe dieser Rolle viel zu verdanken. Es ist eher so, dass ich mich sehr darauf freue, Valerie als „Christine“ zu sehen. Sie ist eine großartige Sängerin und wird fantastisch sein.

Valerie Link: Ich bin sehr beeindruckt von Anna Maria und frage mich schon, ob es ihr gefallen wird, was ich auf der Bühne mache. Und ich freue mich sehr, dass sie ihre Erfahrungen mit mir teilt. Aber ich weiß genau, was ich kann.

Frau Link, was bedeutet es für Sie, in die Fußstapfen von Anna Maria Kaufmann zu treten?

Valerie Link: Das ist unbeschreiblich. Für mich ist es toll, dass ich diese Rolle jetzt spielen darf. Doch für Anna Maria ist es noch etwas viel Größeres gewesen, weil sie die allererste Christine hier in Deutschland war. Ich kann mir nur zum Bruchteil vorstellen, was es für sie bedeutet haben muss.



5% Rabatt* für Musical-Tickets für die ersten Shows in der Premierenwoche! Sichern Sie sich jetzt die besten Plätze für die Shows vom 29.11.2013 – 05.12.2013

Die ersten Shows nach der Premiere!

Seien Sie unter den ersten Gästen!

Andrew Lloyd Webbers DAS PHANTOM DER OPER kehrt zurück nach Hamburg. Mehr als 130 Millionen Besucher weltweit, über 50 internationale Auszeichnungen, das bekannteste Musical der Welt. DAS PHANTOM DER OPER – Das Original mit den berühmten Melodien von Andrew Lloyd Webber kehrt im Dezember 2013 auf die Bühne des Stage Theaters Neue Flora in Hamburg zurück.

Musical-Tickets buchbar unter: www.beste-plaetze.de/woman

*Rabatt auf den reinen Ticketpreis, zzgl. Gebühren.. Gültig in den Preiskategorien 1 – 4 für Vorstellungen vom 29.11.2013 – 05.12.2013. Das Angebot ist buchbar bis zum 05.12.2013. Weitere Termine auf Anfrage mit Nennung des Stichwortes „woman“ unter der Telefonnummer 040-43165-565. Alle Tickets sind von der Rücknahme sowie Umtausch ausgeschlossen. Keine Addition von Ermäßigungen. Karten solange der Vorrat reicht, Änderungen vorbehalten. Kein Einlass für Kinder unter 3 Jahren.

EINE PRODUKTION VON STAGE ENTERTAINMENT
ANDREW LLOYD WEBBERS
ORIGINAL



Das
PHANTOM
der OPER

SINGER/SONGWRITERIN, KATZENSITTERIN, WIRBELWIND:

CATE EVENS

Knallpinkfarbene Haare. Die Augen schwarz umrandet. Ein Katzenblick. „Vor drei Jahren war ich fast berühmt“, sagt Cate Evens und lacht. So arbeitet sie weiter daran. Als Singer/Songwriterin ist sie heute wieder auf Erfolgskurs.

„Geld verdiene ich bis zum Durchbruch einfach weiter als Katzensitterin“, gibt sie unumwunden zu und erzählt von ihrer Leidenschaft: der Musik. Für sie hatte die gebürtige Sauerländerin ihrer konservativen Heimat den Rücken gekehrt und war nach Hamburg gekommen. An der Stage School of Music, Dance and Drama absolvierte sie zwar ihre Ausbildung zur Musicaldarstellerin, fühlte aber: „Hier bin ich nicht zu Hause.“ Nach einem kurzen Abstecher in den Rock „bin ich dann zum Singer/Songwritertum konvertiert“, sagt Cate mit blitzenden Augen.

Sie ist ein Wirbelwind. Wenn sie spricht, kann man kaum schnell genug hören. „Ich war schon immer ein komisches Kind“, sagt sie. Umwege nimmt sie gern in Kauf, um dorthin zu kommen, wo sie sein will. Auf der Titelseite der Bildzeitung zum Beispiel, nach Mailand, wo sie zusammen mit der Amerikanerin Indiana Gregg ein Konzert geben konnte, in der Castingshow X-Faktor, oder auf der Bühne von Karat und Die Happy, auf der sie als Vorband das Publikum anheizen durfte. Insgesamt hat die energiegeliche Sängerin mit ihrer Band in den letzten Jahren mehr als 300 Konzerte



in Deutschland, Dänemark und den Niederlanden gegeben. Bei der Premiere des letzten James-Bond-Filmes „Ein Quantum Trost“ performte sie gemeinsam mit ihrem Gitarristen Torsten Wördemann ihre Single „The Walking Away“.

„Selbst wenn wir nur in einer kleinen Kneipe spielen, gebe ich alles“, sagt Cate Evens. „Vor allem bei kleinerem Publikum bekommt man sofort ein Gefühl dafür, wie man ankommt. Das ist ein Riesenglück für mich“, schwärmt die 30-Jährige, die auch alte Hasen in ihren Bann zieht: Zusammen mit ihrer Tante Birgit Schrowange brachte

Cate Evens Anfang November auch Harald Schmidt zum Lachen. Frech kommt weiter: „Ich war eigentlich ursprünglich nur Gast bei ihm und hatte ihn einfach angequatscht“, erzählt sie ohne viel Aufhebens. „Ein paar Wochen später hatte ich eine Einladung auf dem Schreibtisch liegen...“ Leichtfüßig. Wie ihre Katzen... **W ilo**

■ **Wer Cate Evens live erleben will: Auf der Website stehen alle aktuellen Termine.**
www.cate-evens.de

REIFEPRÜFUNG AUF DER BÜHNE

Die Reifeprüfung war für Dustin Hoffman und Anne Bancroft 1967 der Start in eine Weltkarriere. Nicht zuletzt wegen der Musik von Simon and Garfunkel wurde die Verfilmung des Buchs von Charles Webb zu einem Schlüsselwerk des Kinos der 60er. Jetzt bringt das Altonaer Theater den Bestseller auf die Bühne und zeigt, dass die Satire über das Erwachsenwerden in einer übersättigten Gesellschaft nichts an Aktualität verloren hat.

Und darum geht's: Nach dem College

hat Benjamin Braddock keinen Plan, wie es weitergehen soll. Bis jetzt hat er brav nach den Vorstellungen seiner Eltern gelebt. Mitten in dieser Sinnkrise macht ihm die gelangweilte, verheiratete Mrs. Robinson, eine Freundin seiner Eltern, ein unmissverständliches Angebot. Nach anfänglichem Zögern nimmt Ben die offene Einladung zu einer Affäre an.

Doch dann kehrt Elaine, die Tochter der Robinsons, aus dem College nach Hause zurück. Durch sie erkennt Ben endlich

einen Sinn im Leben, für den es sich zu kämpfen lohnt. Die eifersüchtige Mrs. Robinson versucht mit allen Mitteln, die Liebe zwischen den beiden zu verhindern. Doch niemand rechnet mit Bens Beharrlichkeit und der Macht der Liebe.



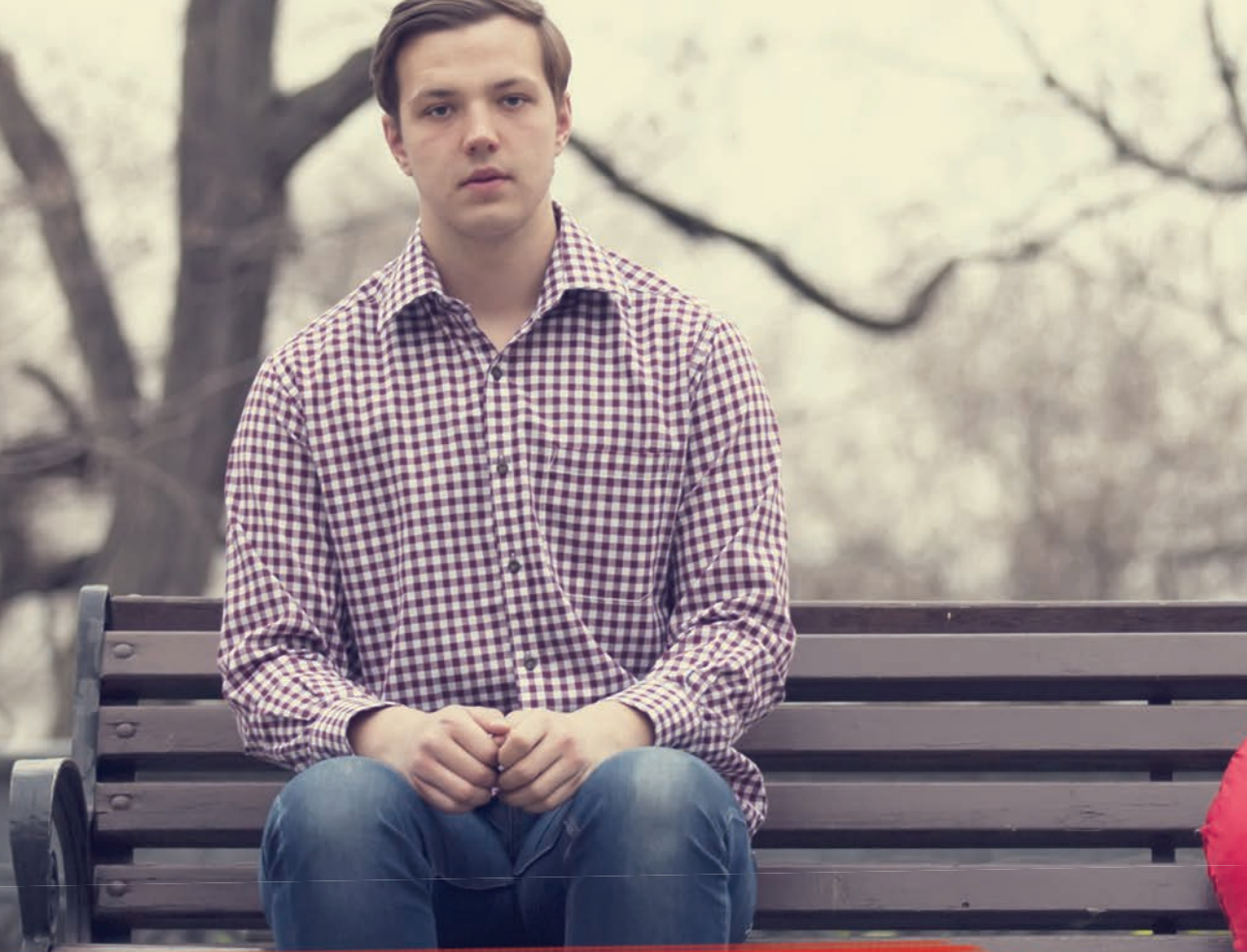
■ **Alle Termine und Tickets unter**
www.altonaer-theater.de

DIE GROSSE LIEBE FINDEN.



Noch nie gab es so viele Singles in Hamburg wie heute. Angebote von Partnerbörsen begegnen einem auf Schritt und Tritt und spricht man mit jungen, beruflich erfolgreichen und vor allem alleinstehende Menschen, schwärmen sie von dem Genuss der Freiheit. – Entwickelt sich das früher so abschätzig betrachtete Single-Dasein zu einem gesellschaftsfähigen Trend, ähnlich dem von Loafers, Leo-Prints und Tote-Bags?

von Jennifer Meyer 



LIFESTYLE-TREND "SINGLE"

Die Anzahl der Einpersonenhaushalte in Deutschland hat sich in den letzten fünfzig Jahren fast verdoppelt. Eine Entwicklung, die vor allem in Großstädten wie Hamburg zu beobachten ist: Die Anzahl der Single-Wohnungen übersteigt weit mehr als die Hälfte aller Haushalte, so dass fast ein Drittel aller Hamburger heute alleine lebt.

Zugegeben, so ein Single-Leben hat gewisse Vorzüge. So müssen Alleinlebende niemandem schmutzige Socken hinterherräumen. Auch über das zehnte Paar schwarzer Riemchen-High-Heels kann sich hemmungslos gefreut werden und die bunt bedruckte Haremshose wird so oft getragen, wie man möchte. – Denn wenn wir mal ehrlich sind: Wie oft haben wir dieses schöne Stück im Sommer im Schrank hängen gelassen, weil unser Schatz uns darin so gar nicht attraktiv fand? – Aber das allein ist wohl kaum der Grund für die veränderten Lebensweisen in Deutschland.

Eine Ursache für die hohe Single-Dichte in Großstädten wie Hamburg liegt in dem Umstand, dass immer mehr Menschen vom Land in die Stadt ziehen – viele

davon allein. Laut Mikrozensus stieg in den vergangenen 20 Jahren der Anteil der Einpersonenhaushalte unter den 18 bis 35-jährigen in Großstädten um 41 Prozent. Die Anonymität der Großstadt macht es dabei oft nicht leichter, seine bessere Hälfte zu finden.

Ein weiterer Grund für mehr Single-Haushalte ist der Wertewandel in unserer Gesellschaft. Die Ehe hat einen viel niedrigeren Stellenwert für die Menschen als noch vor fünfzig Jahren und der Lebensstil einer 35-jährigen Frau, die gerade Beziehung Nummer Sechs beendet hat, gilt heute nicht mehr als – um es nett auszudrücken – moralisch bedenklich. Darüber hinaus können es sich Frauen heute durch bessere Berufsperspektiven auch finanziell

leisten, alleine zu leben. Denn Singles leben nach wie vor teurer als Paare. Da scheint es nur umso besser ins Bild zu passen, dass laut der Elitepartner Singlestudie 53 Prozent der Single-Frauen unter 30 Jahren angeben allein zu sein, weil ihnen der Job wichtiger sei als eine Beziehung. Menschen mit einem hohen Einkommen sind unter Singles zudem stark überrepräsentiert.

Ein noch bedeutenderer Grund ist aber der Wunsch nach Unabhängigkeit. Die Ergebnisse der Elitepartner Singlestudie zeigen, dass es gut zwei Drittel der weiblichen Singles unter 30 Jahren genießen, allein zu sein und das vor allem aufgrund der damit verbundenen Freiheit.

Es scheint fast so als gehöre es zu einem

„Single sein ist in.
Liebesbeziehungen
sind out.“



Foto: fotolia.com

modernen Leben dazu in jungen Jahren ab und an mal Single zu sein und damit Raum zu haben, um sich weiterzuentwickeln, die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen und irgendwie auch mitreden zu können.

Single sein ist in. Liebesbeziehungen sind out. – Ist das tatsächlich so? Ist der Wunsch nach einer stabilen Partnerschaft für unsere heutige Gesellschaft nicht länger zeitgemäß? Ganz so ist es wohl doch nicht.

Dass der gesellschaftliche Trend, vor allem bei den unter 30-jährigen, dahin geht sich zunächst alleine auszuleben und sich um das „Projekt Ich“ zu kümmern, kann kaum bestritten werden. Dieses Handeln liegt womöglich in der simplen Begründung, dass wir heute die Möglichkeit haben, das genauso zu tun. Das heißt aber nicht, dass man für immer auf einen fürsorglichen Partner verzichten möchte. Er kommt bei vielen halt erst später in der Lebensplanung

vor. Denn bei einem sind sich die meisten Experten einig: Kaum einer möchte ewig Single bleiben. Immerhin glauben 69 Prozent aller Singles auch heute noch an die ganz große Liebe, die für immer halten kann – und in der man vielleicht die Art von Freiheit bekommt, die man braucht.

Warum bist du Single?

Ich vergebe mein Herz heute einfach nicht mehr so schnell und gehe, auf Grund meiner Erfahrungen, nicht mehr so unbeschwert an Beziehungen heran.

Außerdem klammern viele Männer oder sie bilden sich ein, ein A... sein zu müssen, damit man sie interessant findet. Das ist totaler Blödsinn! Vielleicht trifft das auf junge Frauen in den 20ern zu, aber nicht auf Frauen in meinem Alter.

Was bedeutet dir dein Single-Leben?

Es bedeutet mir sehr viel. Es bedeutet vor allem Spaß und Freiheit und dass ich niemandem Rechenschaft schulde. Als Paar verfällt man oft in Routine: Arbeiten, abends zusammen essen, Fernsehen gucken. Das ist als Single ganz anders. Man geht mehr unter Leute und lernt auch ständig neue Menschen kennen. Mir fällt es schwer diese Unabhängigkeit aufzugeben. Ich hätte gerne jemanden, bei dem ich beides haben kann: Die Geborgenheit einer Beziehung, aber auch ab und zu getrennt voneinander was zu machen. Eine Beziehung sollte wie Haarspray sein: Halten aber nicht kleben.



Viktorija B. (21)



Studentin
Single seit 2,5 Jahren

„Auf dem Land ergibt sich eine Beziehung viel schneller als in Großstädten wie Hamburg. Dafür ist der Druck eine haben zu müssen hier viel geringer.“

6 Singles



sagen
ihre Meinung



Kevin H. (21)

Auszubildender
Single seit 9 Monaten

„Jetzt, wo es draußen wieder kälter wird, die kurzen Röcke verschwinden und man eher Lust darauf hat etwas Gemütliches zu Hause zu machen, wäre es schon schön in einer Beziehung zu sein.“

Silvia T. (35)

Medizinproduktberaterin
Single seit 9 Jahren

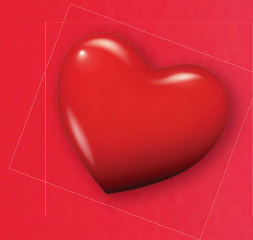


„Ich bin ein paar Mal richtig auf die Schnauze gefallen. Bevor ich wieder jemanden in mein Herz lasse, muss sich der Typ richtig ins Zeug legen und mal zeigen, dass er mich wirklich will.“

Susanne Z. (23)

Studentin
Single seit 1 Jahr

„Ich reise momentan sehr viel und will das auch genießen. Eine Beziehung zu haben passt da grad einfach nicht.“

**Caroline B. (30)**

Marketing Koordinatorin
Single seit 2 Jahren

„Jede Erfahrung mit einem Mann hinterlässt auch immer seine kleinen Spuren. Ich glaube an die Liebe und daran, dass der Traummann irgendwo da draußen ist!“

Stefan S. (39)

Bankfachwirt
Single seit 6 Monaten

„Ehrlich gesagt: Single sein ist ziemlich scheiße. Sich gegenseitig Halt zu geben, voneinander zu lernen, zusammen zu lachen, sich zu ergänzen – das fehlt mir.“

Die Sieben-Minuten-Dates

Speeddating im Selbstversuch

Hamburg, Stadt der Singles. Viele von ihnen auf der Suche nach der großen Liebe. In Kneipen, auf der Arbeit, im Netz. Speeddating soll das Kennenlernen etwas beschleunigen. Findet man hier die Liebe auf den ersten Blick? Sechs Freundinnen wagen den Selbstversuch im Sieben-Minuten-Takt.

hm klebt etwas im Mundwinkel. „Ich bin fly-and-sport“, sagt er und schiebt sich auffallend unauffällig einen Pfefferminz in den Mund. Sein Atem erreicht über den kleinen Tisch hinweg meine Nase. Ich blicke auf das Weiße etwas im Mundwinkel und höre nur noch Wortfetzen. „...Sportflieger...naheliegender Nickname...38... seit längerer Zeit Single...“ Als der Loveangel auf unseren Tisch klopft, atme ich auf, wische mir noch mal kurz mit Zeigefinger und Daumen über meine eigenen Mundwinkel und streiche den Namen fly-and-sport von meiner Liste. Ich sehe noch, wie meine Freundin entgeistert auf den Mundwinkel ihres neuen Gegenübers schaut, als „Liebesrakete“ schon an meinem Tisch Platz nimmt.

Es ist Sonntag Abend, beste Tatort-Zeit, als wir sechs Freundinnen im Café Rendezvous in Winterhude den Mann fürs Leben kennen lernen sollen. Gemeinsam haben wir uns bei Date York für einen Datingabend am Fließband angemeldet. Seit 2010 versucht die Dating-Agentur deutschlandweit Paare zwischen 20 und 56 zu verkuppeln. Das Konzept: Zehn Frauen und zehn Männer haben jeweils sieben Minuten Zeit, um sich gegenseitig auf den Zahn zu fühlen. Am Ende wird per Online-Voting entschieden, wen man gern näher kennenlernen möchte. Erst bei Übereinstimmung werden E-Mail-Adresse und Handynummer ausgetauscht.

Allerdings scheint diese Rechnung ausgerechnet an diesem Abend nicht aufzugehen. Männer sind hier Rarität. Vier

Stück gibt es gerade einmal, die sich bereits um drei andere Frauen scharen. Doch wo ist der Rest? Zehn Jungs zwischen 26 und 39 sollen hier eigentlich auf uns warten. Der „Love-Angel“ ist ein wenig verunsichert, weil man die Location ja kurzfristig verlegt habe. Nach einer halben Stunde Wartezeit, in der der Sportflieger bereits seiner ersten Auserwählten den Mundwinkel präsentiert, ist klar: Sie kommen nicht. Zwei Freundinnen, die nicht zu unserer Clique gehören, verlassen genervt das Café. Wir anderen versprechen Geduld und speeddaten nun also die vier einsamen Junggesellen.

Sie bekommen Verstärkung von Café-Betreiber Timo. Um es vorweg zu nehmen: Er, der gerade vom Love-Angel als Lückenfüller ins kalte Wasser geschmissen wurde und noch dazu vergeben ist, ist der einzig interessante, weil entspannteste Mann. Nachdem er sich die ersten hektischen Schweißperlen von der Stirn getupft hat („Sorry, ich habe gerade eine kleine Panikattacke“, sagt er verlegen lächelnd.), lässt es sich spielend leicht mit ihm plaudern. Über seinen Lebenstraum, die Bar. Seinen Spagat zwischen ihr und dem Job als Pfleger. Seiner Freundin. Vom Suchen und Finden der Liebe, über Eifersucht, enttäuscht werden, glücklich sein.

Sieben Minuten sind verdammt schnell vorbei, stelle ich fest. Hier gab es keine Absicht, kein Ziel, keinen Druck. Doch schon im nächsten Moment nimmt „Mundkäse“ Platz und belehrt mich eines





besseren. Nun sitzt er bei meiner Freundin, „wagt“ ein paar laszive Doppeldeutigkeiten über Sport und Gelenkigkeit. Ich sehe, wie sie erblasst und kurz überlegt, ob sie in diesem Rahmen einen Streit anfangen darf. Sie entscheidet sich dagegen und wirft mir einen Blick zu. „Sind ja nur sieben Minuten“, sagt dieser Blick hoffnungsvoll. Welch Irrglaube! Derweil lacht sich Liebesrakete noch immer über seinen einfallsreichen Namen kaputt. „Ich lache gern“, sagt er und hält sich den Bauch. Bevor seine Hand zärtlich sein Knie streichelt: „Ich habe einen Meniskusschaden, aber eigentlich bin ich Triathlet“, sagt er stolz. Er arbeitet bei einer Krankenkasse. Zu gern würde ich wissen, ob er noch bei Mama wohnt, wage aber nicht zu fragen und bewundere stattdessen seinen Scheitel, den er sich gekonnt über die hohe Stirn gekämmt hat.

Ich frage mich, warum eigentlich immer mehr Singles auf Speeddating setzen, um jemanden kennen zu lernen. Die Zahlen steigen stetig. Heute vermittelt die Agentur bereits mehr als 5000 Treffen pro Jahr, allein in Hamburg sind es rund 900. Auf diese Art die Liebe seines Lebens zu treffen, halte ich für fragwürdig.

Der nächste nimmt Platz. Ein schmales Hemd. Körperbau wie ein Zwölfjähriger. „Ich bin Arzt“, sagt er. Glauben mag ihm das irgendwie niemand, stellt sich am Ende raus. Da wir sechs Freundinnen vorgeben, ihn kennenlernen zu wollen, wissen wir: Viel Mühe gibt er sich mit seinen Auserwählten nicht. Sie erhalten noch am selben Tag per Copy-Paste dieselbe Mail.

Auch der Justizbeamte hat bei allen dieselbe Tour. „Die Polizei fängt die bösen Männer und ich buchte sie ein“, sagt er und schlägt mit seiner rechten Faust in seine linke Hand. Der muskulöse 38-Jährige mit der schnittigen Türsteherfrisur geht nicht gern aus, erfahre ich. „Man lernt dort immer nur arrogante Hanseaten-Tussen ken-

nen“, schnaubt er. Lieber sitzt er darum auf der Couch und schaut fern. Das will er aber nicht mehr allein. Ob er zum ersten Mal beim Speeddating ist? „Nein, ich war schon einmal da. Aber das war ziemlich fies: Allein sechs der Frauen gehörten zu einer Clique. Die wollten niemanden kennenlernen, sondern nur mal schauen, wie das so läuft.“ „Echt?“, frage ich scheinheilig. „Das ist wirklich nicht fein“, füge ich hinzu und schaue in die Runde zu meinen Mädels. Am nächsten Tag haben wir alle dieselbe Mail: „Adde mich bei Facebook! Du findest mich unter ...“

Am Ende sitzen wir Mädels noch beim Hugo zusammen und diskutieren noch ein Weilchen. Nein, der Traummann war für niemanden dabei. „Aber“, sagt die hübsche Blondine mit den langen Locken, die zu spät kam und sich auf der Männerseite mit allen Frauen „gedated“ hat, „ich habe endlich wirklich tolle Frauen hier getroffen.“ Die Liebe fürs Leben – wir haben sie zwar nicht gesucht, weil schon längst gefunden. Aber auch die „echten“ Singlefrauen schütteln die Kopf. „Die findet man doch nicht nach sieben Minuten Fragen abhaken“, sagen sie und stoßen noch einmal an. Sie sind überzeugt: „Die echte Liebe, die findet uns – von ganz allein.“ **Wilo**



Foto: fotolia.com

Fotos: Robin Becker



EDEL. EXQUISIT. EROTISCH.

DIE KLEINE FREIHEIT WEISS, WAS FRAUEN WIRKLICH WOLLEN

Warme Farben. Viel Licht. Ausgesuchte Stücke, die die schönste Nebensache der Welt noch viel wunderbarer machen: Die „Kleine Freiheit“ in Winterhude ist Hamburgs einziges Erotik-Geschäft für Frauen. Jenseits von der sündigen Meile kann sich Frau hier inspirieren und vor allem hintergründig beraten lassen.

Die Kleine Freiheit ist ein Erotikgeschäft für Frauen und für alle, die sie lieben“, erklärt Inhaberin Kathy Mussäus. Seit neun Jahren darf Frau in der kleinen Boutique in Winterhude ihre weibliche Neugier ausleben. In liebevoll gestalteter Atmosphäre kann nach Herzenslust gestöbert, gestaunt und in die Hand genommen werden – und das ganz ohne Hemmungen oder peinlich verstohlene Blicke. Kathy Mussäus, die bereits seit fünf Jahren als Geschäftsführerin im Laden steht und die „Kleine Freiheit“ im Oktober ganz übernommen hat, steht jedem Kunden mit wissendem Rat und einem ermutigendem Lächeln zur Seite. Um noch besser auf ihre

Kunden eingehen zu können und ihnen zu einem lustvollen und befriedigenden Sexualleben zu verhelfen, bildet sich die frischgebackene Geschäftsinhaberin nach dem „Sexocorporel Konzept“ (Canadisch-Französische Ausbildung nach Jean-Yves Desjardins) weiter. Diese umfassende Beratung und die persönliche Betreuung ist das, was die „Kleine Freiheit“ von gewöhnlichen Sexshops unterscheidet. „Und auch das, was meine Kunden von mir erwarten“, ist sich Mussäus sicher.

Genau wie das Erotikgeschäft, fernab von Reeperbahn und Schmuttel-Image, haben auch die Spielzeuge für Erwachsene Stil: Kleine Lustspender wie Vibratoren, die in Form und Farbe so schön sind, dass sie auch als Deko auf dem Nachttisch stehen dürfen. „Unser Spielzeug bleibt der Renner“, bestätigt Mussäus. Auch weil es immer wieder außergewöhnliche Stücke gibt: So unterscheiden sich die neuen Pulsatoren optisch kaum von den bekannten Luststäben, pulsieren aber realitätsnah mit kräftigen Stößen anstatt zu vibrieren. „Dafür sorgen Magnete im Inneren, die sich voneinander lösen und wieder zusammenstoßen“, erklärt die ehemalige Unternehmensberaterin. Die „Kleine Freiheit“ hat aber noch viel mehr zu bieten: Betörende Öle,

UNSERE
SINNLICHE
VERLOSUNG:
SEITE 42

verführerische Dessous und himmlische Korsagen aus wunderbar weichen Stoffen gilt es zu entdecken.

Erotik, Lust und ein befriedigendes Sexualleben haben unendlich viele Facetten, weiß Kathy Mussäus: „Manche Themen verdienen aber einfach ein bisschen mehr Aufmerksamkeit.“ Von Gesprächen mit Kunden inspiriert, organisiert sie hin und wieder Events. Experten und Themen wie „Slow Sex – wie kann uns Sex wirklich glücklich machen?“, „Wie finde ich den perfekten Partner?“ und „Wie werde ich zum Vamp?“ laden zu netten Stunden in die „Kleine Freiheit“ ein.

Das Erotikgeschäft ist zwar spezialisiert auf Frauen. „Das bedeutet aber nicht, dass nicht auch Männer herzlich willkommen sind“, stellt Kathy Mussäus klar. So besuchen Paare die kleine Erotik-Boutique, um sich gemeinsam etwas Aufregendes auszusuchen und auch den Herren der Schöpfung wird auf der Suche nach einem besonderen Geschenk geholfen. „Vor allem zur Weihnachtszeit kaufen viele Männer hier ein“, weiß Mussäus. Kein Wunder: In der „Kleinen Freiheit“ findet jeder etwas Passendes für (be)sinnliche Feiertage. **W JM**

■ Kleine Freiheit
Hudtwalckerstr. 20 | 22299 Hamburg
www.kleinefreiheit.com



Foto: Gerrit Meier

Golf Lounge: So war die womaninthecity LADIES NIGHT

Wow, das war ein wunderbarer Weiberabend: So lässt es sich nur in der coolsten Eventlocation der Stadt feiern. Bei der dritten womaninthecity Ladies Night in der Golf Lounge waren 160 bestgelaunte Frauen dabei. Zu coolen Drinks und leckerem Essen der Meridian Kochschule und der Golf Lounge waren nicht nur vergnügliche Stunden angesagt, sondern unter Anleitung des Golf Lounge Trainerteams auch die ersten Golfversuche. Auch das Programm der Kooperationspartner über die gesamte dritte Ebene der Anlage ließ keine Wünsche offen: Entspannende Kurzmassagen in der MeridianSpa Massagelounge lockerten die müden Büroschultern, Leckereien von BeautySweeties und Cake Pop Dreams versüßten den Damen zusätzlich den Abend. Beim genussvollen Flanieren an der Standmeile mit Mode, Schmuck und Kosmetik sorgten Glacéau vitaminwater, Bios Life Matcha und der Energy Drink CLU24 für die passenden Erfrischungen. Wer's verpasst hat: Die nächste Ladies Night ist nun fürs Frühjahr 2014 geplant. (Fotos Gunnar Meyer)



Sinnlich &

HENRIETTE MIELKE INSZENIERT MENSCHEN

schön

Sie macht nicht viel Aufhebens. Wenn Henriette Mielke zur Kamera greift, dann reicht ihr das auch so. Große Lichttechnik? Visagisten? Stylisten? Überflüssig. Wenn die 40-Jährige auf den Auslöser drückt, dann stimmt einfach alles. Sie ist Perfektionistin. Vielleicht vor allem deshalb, weil sie sich das Fotografieren selbst beigebracht hat und sich behaupten will. Ihre Leidenschaft: Menschen zu inszenieren, ohne sie dabei zu verbiegen. Sie sollen ihre ganz eigene Geschichte erzählen...





» In Deutschland kann ich mich realisieren und zeigen, wie ich wirklich bin. «

Henriette Mielke

H

Henriette Mielke ist eigentlich Modedesignerin. „Das war aber nicht das Richtige für mich“, sagt sie. Sie wollte ihre Kreativität viel mehr ausleben. Sie tauschte die Nähmaschine gegen die Kamera ein. Das Verständnis von Mode hilft ihr heute. „Ich habe ein ganzes Zimmer voller Outfits und Accessoires, damit kann ich jeden perfekt stylen“, sagt sie und streicht ihre langen roten Haare aus dem Gesicht. Sie klingt russisch. „Ich komme aus Kaliningrad“, sagt Henri-



» Ich will irgendwann
auch halb Hollywood
durchfotografieren «

Henriette Mielke



ette Mielke und fügt hinzu: „Aber Hamburg, das ist meine große Liebe.“ 22 war sie, als sie das erste Mal nach Deutschland kam: 20 Tage lang reiste sie damals mit einer Gruppe durch Mecklenburg-Vorpommern, besuchte Berlin und landete am Ende in Hamburg. „Mir war sofort klar, dass ich hier leben will.“ Deutschland, das sei viel emanzipierter, schwärmt sie. „In Deutschland kann man sich besser ausleben und beruflich viel mehr erreichen. Hier leben Frauen einfach selbstbestimmter“, sagt sie.

Das versucht sie auch jeden Tag Tochter Alexandra zu vermitteln. Die Sechsjährige ist Dreh- und Angelpunkt in ihrem Leben. Ihr Ziel darum auch: „Meine Tochter gesund groß zu ziehen“, sagt sie und ergänzt lachend: „Außerdem will ich irgendwann halb Hollywood durchfotografieren.“

WWW.HENRIETTEMIELKE.COM



SO LECKER IST VEGAN!

**LEBENSFREUDE MESSE VOM 22. BIS 24. NOVEMBER
IN DER MESSEHALLE SCHNELSEN**

Köstliche Alternativen zur deutschen Küche, ohne tierische Produkte, erwarten die Besucher der Hamburger Lebensfreude Messe im November. Dass die vegane Küche aus viel mehr als Körnern und Langeweile besteht, wird Björn Moschinski in Hamburg eindrucksvoll beweisen. Der bekannte Küchenchef und Autor kocht vegan aus Überzeugung, ohne dabei belehren zu wollen. Die Vielfalt seiner Rezepte reicht von raffinierten Gourmetgerichten über Klassiker wie Burger und Pasteten bis zur deftigen deutschen Küche – komplett ohne tierische Produkte. Björn Moschinski wird die Messe eröffnen, beim Show-cooking Einblicke in seine kreative Arbeit geben und in einem Workshop den leichten Einstieg in die vegane Küche demonstrieren. Leckereien aus der ayurvedischen



VERLOSUNG
Wir verlosen 5x2 Freikarten. Schicken Sie uns eine E-Mail mit dem Betreff „Lebensfreude Messen“ an witc@wienerkontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg
Einsendeschluss ist der 17.11.2013. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Küche laden außerdem zum Probieren ein. Daneben können sich die Besucher bei zahlreichen Ausstellern über alternative Heilungsmethoden informieren. Immer mehr Menschen vertrauen nicht mehr allein auf die Schulmedizin und suchen nach Alternativen. Auf der Lebensfreude Messe finden sich diesmal daher noch mehr Angebote zu dem Thema: Das Spektrum reicht von geistigen Heilbehandlungen bis zu Shiatsu-Akupressur und spiraldynamischem Ausschwingen von Rücken- und Verspannungsschmerzen.

Ein ausgewähltes Rahmenprogramm mit verschiedenen Fachleuten lädt außerdem zum Zuhören und Mitmachen ein. Entspannung finden die Besucher z. B. in der Klanglounge. Ein Workshop zur Entfaltung der eigenen Kraft möchte Menschen inspirieren, die ihr Leben verändern wollen. Diese und viele weitere Informationen, Aussteller und Aktionen erwarten die Besucher der Lebensfreude Messe Hamburg – dem Forum für ein gesundes und ganzheitliches Leben.

Infos:
www.lebensfreudemessen.de/messe/hamburg-schnelsen-2013

KINDERKAUFHAUS

Secondhand in Hamburg boomt. Vor allem im Grindel bekommen gute Stücke mehr als eine zweite Chance. Vor allem auch im Kinderbereich mehr als sinnvoll. Schließlich wachsen die Kleinen meist schnell aus Kleidung und Spielzeugzeiten heraus. Im Kinderkaufhaus Secondino am Grindel findet man Neues und Gebrauchtes für Mutter und Kind. Der Laden im Souterrain der Grindelallee 184 hat sich mittlerweile zu einem echten Geheimtipp in Hamburg entwickelt. Der Bus hält direkt vor der Tür. Wer lieber erst mal online stöbern möchte:

www.secondino-hamburg.de



80 JAHRE TAPETEN JUNGE

GEWINNÜBERGABE AN WOMANINTHECITY-LESERINNEN

Wer regelmäßig durch die Winterhuder Gertigstraße fährt, kennt ihn: den „Firmenwagen“ des Traditionsunternehmens Tapeten Junge. Trotz seines hohen Alters hat der rote Käfer jetzt Nachwuchs bekommen: eine kleine Velux. Mit ihr ist Mitarbeiter Peter Möller zur großen Geburtstagsparty gekommen: 80 Jahre Tapeten Junge, das ist zwar schon ein bisschen her. Doch seit der Geschäftsübernahme von Inhaber Wilfried Aßmann 2010 blieb bislang keine Zeit zum Feiern. Das wurde jetzt nachgeholt. Bei leckerem Essen und kleinen Drinks begrüßte das Team von Tapeten-Junge auch die womaninthecity-Leserinnen Monika Peper, Gabriele Tomforde und Ewa Kusmirek. Sie waren bei unserem großen Gewinnspiel zur 80-Jahr-Feier auf den ersten drei Plätzen gelandet und erhielten direkt vor Ort ihre Preise. Wer auf Erfahrung und Kompetenz in Sachen Inneneinrichtung setzt, ist bei



Tapeten Junge an der richtigen Adresse. Über 230 Tapetenkollektionen mit weit über 7000 Mustern sowie 600 Stoffmuster für Gardinen, Vorhänge, Kissen und Hussen können direkt vor Ort in der Gertigstraße in Augenschein genommen werden. Während die Baumärkte gerade das Nachsehen haben, freut sich Tapeten Junge über Wachstum. „Wir nehmen uns immer ausreichend Zeit für eine fundierte und ausgiebige Beratung. Unsere Kunden schätzen das“, so Aßmann.

Wie ein einziger Augenblick...

Wie ein einziger Tag? Nein, es ist ein einziger Augenblick, in dem sich das Blatt wenden kann. Eine einzige Entscheidung, aus dem Bauch heraus, ein einziges Wort, intuitiv und wahrhaftig. So viele Scheidewege, unzählige Kreuzungen und Hürden, die wir gehen, überspringen und aus dem Weg räumen müssen. Was wäre wenn – das zählt nicht mehr, es ist jetzt nur noch, was es ist, und nicht, was es sein könnte! Hätten wir anders entschieden, anders entgegnet, wir stünden nicht hier an Ort und Stelle.

Aber was immer ist, es ist WIR! Es ist unser Weg, der sich durch unser Leben pflastert! Ich kenne diese Scheidewege, an denen einmal der Kopf und einmal der Bauch entscheiden will. Und selten sind sich beide einfach einig. Und sie bekriegen sich auch, beide haben Recht und beide sind mal Sieger. Bezogen auf unsere Träume? Wir verlieren jeden Tag wertvolle Zeit – was nehmen wir mit, was haben wir gelernt und erfahren? Im Nachhinein hätten wir dieses oder jenes anders und vielleicht auch besser machen können. Aber vieles wird egal. Und auch wir sind uns manchmal egal. Wir leben doch noch. „Und morgen ist auch noch ein Tag“, entschied sie und war am nächsten Morgen tot.

In diesem Augenblick entscheidet irgendwo ein Mensch sich gegen seinen Partner, gegen seinen Job, und ganz bestimmt auch gegen seinen Traum. Ein Traum, der ganz tief in ihm wohnt, den er sehr gut versteckt. Nur manchmal, wenn es ganz besonders still ist, können wir ihn hören. Und dann holen wir ihn raus aus dem Versteck und schauen ihn uns an. Wie fremd er uns geworden ist, oder doch noch immer sehr vertraut?

Ich hatte eigentlich nur drei Träume. Kinder bekommen, Bücher schreiben, Wohnkosmetik gründen. Und nun? Alles ist gekommen wie ersehnt. Doch die Kinder wachsen, werden unabhängig und brauchen mich nicht mehr in Gänze. Die Bücher sind geschrieben und ich warte mit ihnen darauf, dass sie gelesen werden. Und die Wohnkosmetik werde ich nicht ewig machen können. Welche neuen Träume bauen auf die alten? Ich male Bilder. In einem einzigen Augenblick entschied ich, nach zehn Jahren noch einmal meine neun Finger in Farbeimer zu tauchen. Nur einen Monat später –

ein offenes Wort in einem einzigen Augenblick – finde ich mich in einem Atelier wieder.

Und ich entscheide wieder – aber dieses Mal, da sind sich Bauch und Kopf ganz einig: Künstlerin zu werden! Menschen Bilder zu malen und die Sehnsucht der Wände – nach Kunst – zu stillen. Wird man Kunst oder ist man Kunst? Wann nehmen die Menschen einen ernst? Ich weiß genau: In einem einzigen Augenblick stehen die Menschen vor meinen Bildern und entscheiden sich – aus dem Bauch heraus – für eines der Werke. Der Bauch fühlt sich dem Bild so nah, der Kopf muss nur noch eben kurz mal überlegen, wo und ob es auch den Platz dafür gibt.

In einem einzigen Augenblick entscheiden Frauen, auf eine Datingplattform zu gehen und einen Potenziellen anzusprechen. Und im Ernstfall, nein im Glücksfall, können aus einzelnen Augenblicken gemeinsame Leben werden. Einfach so? Nein, weil wir unseren Arsch bewegt und etwas entschieden haben. Ich selbst bin heute am Scheideweg. Sieben Jahre Wohnkosmetik. Ich habe meinen Traum gelebt, und ich weiß nicht, wie lange noch. Vielleicht gibt es für alles eine Zeit – nämlich, weil ein neuer, ungelebter Traum einen gelebten ungeduldig ablösen will. Aber vielleicht entscheide ich das nicht allein, sondern jene, die an mich glauben, und die mich brauchen – oder eben nicht (mehr). Ich entscheide lediglich, dass ich im Leben nur tun kann, was ich liebe.

Und die Sorgen von morgen? Sie schwingen immer mal ein bisschen mit, solange ich nicht in einer goldenen Wiege erwache. Doch würde ich meine Träume gegen Gold eintauschen wollen? Und jene Menschen mit Gold, würden sie ihren Besitz gegen meine Träume tauschen? Zu ihrem Gold kann ich noch kommen, aber sie doch nie zu meinen Träumen. Im Januar erscheint mein neues Buch. In einem einzigen Augenblick wird entschieden, es zu kaufen und zu lesen. Ein einziger Augenblick... wie ein einziges Leben! Ein Leben, entstehend in einem Augenblick – voller Wunder!

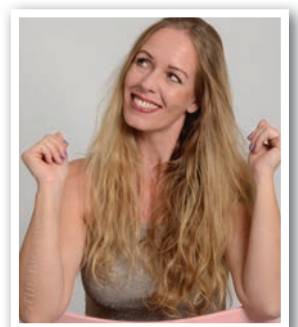
GLÜCK AUF!

Ihre Conni

CONNI & DIE SINGLES

Unsere Kolumnistin Conni Köpp schrieb in der letzten Ausgabe über SINGLES und die Resonanz war – beinahe wie erwartet – hoch! Nun holt sie einige von ihnen an eine Tafel. Sie möchte herausfinden, was in der Singlehochburg Hamburg los bzw. nicht los ist. Warum Herzen nicht zueinander finden oder sich im schlimmsten Falle einfach nicht vertragen und ertragen können. Mehr dazu gibt's in der ersten Ausgabe 2014! Die Kolumne zum Nachhören:

www.witc-verlag.de/kolumne/lost-generation
oder scannen Sie einfach diesen QR-Code:

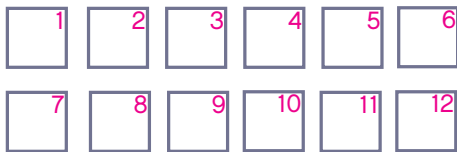
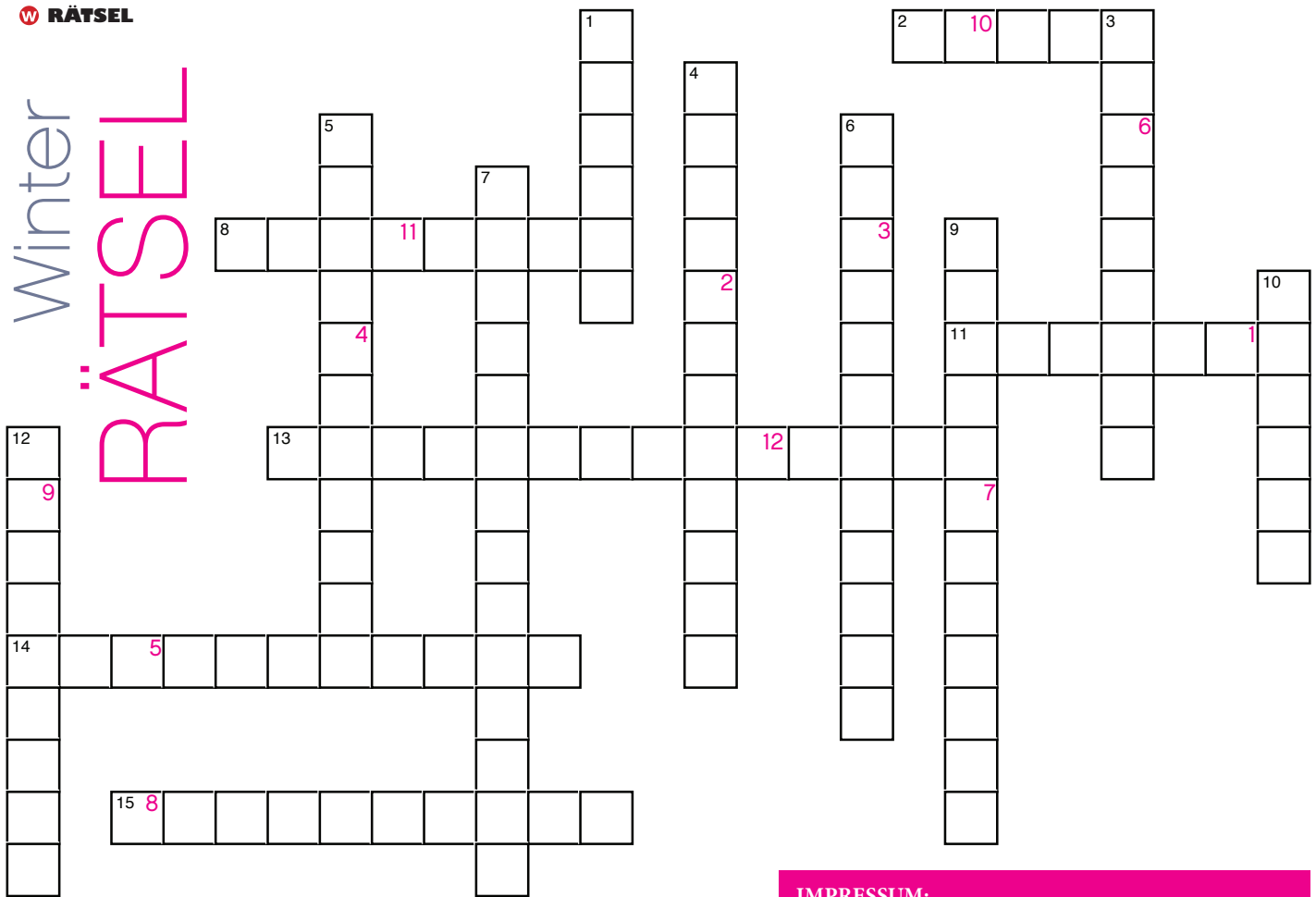


Conni Köpp ist Wohnkosmetikerin und gehört seit 2010 zum WITC-Team. Diese Seite gehört in jeder Ausgabe ihren Kolumnen.

Foto: fotolia.com



Winter RÄTSEL



Waagerecht

- 2. International ausgezeichnete Wein
- 8. Laden zur Bagalutenwiehnacht
- 11. Schadstofffreie Kosmetikserie
- 13. Nebenjob von Cate Evens
- 14. Sieben-Minuten-Dates
- 15. Hat die Schneidetechnik perfektioniert

Senkrecht

- 1. Druckknöpfe auf Armbändern

3. Entertainment-Shopping-Sender

- 4. Reizvolle Unterwäsche
- 5. Ort zum Wohlfühlen und Entspannen
- 6. Roman von Charles Webb und Verfilmung mit Dustin Hoffmann
- 7. Beruf von Cornelia Weidner
- 9. Messe in Schnelsen
- 10. Auto Bild Testsieger
- 12. weibl. Hauptfigur im Phantom der Oper

(BE)SINNLICHE WEIHNACHTEN! IN KOOPERATION MIT DER KLEINEN FREIHEIT VERLOSEN WIR „EROTIK FÜR DIE FRAU“ (SIEHE AUCH SEITE 32). Wer erinnert sich nicht an die Szene aus „Sex and the city“? Der original BRACLI® Perlenstring wurde durch sie berühmt. Und mit ein bisschen Glück können Sie einen gewinnen (passend für Gr. 36-42).

Außerdem verlosen wir ein starkes Toy für intensiveren Lustgenuss: Der Pulsator von Fun Factory hat gerade als Messeneuheit für Aufsehen gesorgt und ist der perfekte Lustbereiter für anspruchsvolle Genießerinnen, für die Intensität keine Frage des Tempos ist, sondern eine Frage der Kraft!



Ein Rätsel der besonderen Art: Wenn Sie unser Magazin gelesen haben, werden Sie viele Antworten sofort parat haben. Schicken Sie uns eine E-Mail mit der richtigen Lösung und Ihren Kontaktdaten an wic@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an woman in the city, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

Einsendeschluss ist der 20.12.2013. Die beiden Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

IMPRESSUM:

Herausgeber:

WKM Wiener Kontor Marketing und Verlag GmbH
Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg

Fon: +49.40.69 64 64 70 | Fax: +49.40.69 64 64 729
wic@wiener-kontor.de | www.wiener-kontor.de

Redaktion: Ilona Lütje (vi.S.d.P.), Anna Trine Berndt-David, Constanze Köpp, Jennifer Meyer, Katja Schormann,

Fotos: Gunnar Meyer (fotograf-hamburg.org)/Fotolia

Anzeigenvertrieb & Marketingberatung: Daniela N. Barth (Ltg.), Robin Becker, Denise Delewski, Kevin Hobe, Malú Schmidt-Carstens, Saskia Zielke

Layout: Stephanie Richter, Ilona Lütje

Litho: Jasmin Duszynski, www.jasminduszynski.de

Druck: Lehmann Offsetdruck GmbH, Norderstedt

Auflage: 25.000

Vertrieb: Eye Catcher, Hamburg



Website:
www.womaninthecity-hamburg.de

Facebook:
www.facebook.com/womaninthecity.hamburg

Twitter:
www.twitter.com/WomanInHamburg

woman in the city erscheint zweimonatlich und wird kostenlos an 350 Orten rund um die Alster verteilt. Ein Abo kostet 25 Euro.

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



22. – 24. Nov. '13

Messehalle

Hamburg-Schnelsen

Mit Vegan-Koch
Björn Moschinski



Jetzt neu mit Veggi Living:
biologisch, vegetarisch, vegan

Öffnungszeiten: Freitag 13 – 19 Uhr · Samstag 10 – 19 Uhr · Sonntag 10 – 18 Uhr

04502 / 788 90 40

Programm unter:



lebensfreudemessen.de

STEIGENBERGER
HOTEL TREUDELBERG
HAMBURG

Weihnachtszeit AUF TREUDELBERG

WEIHNACHTEN & FEIERTAGE.

Genießen Sie Heiligabend in unseren Restaurants. Mittags mit einem 4-Gang-Menü und am Abend mit einem 6-Gang-Menü. Freuen Sie sich auf schöne Momente im Kreise Ihrer Lieben!

ab €47,50

Am 1. und 2. Weihnachtstag von 11 bis 13 Uhr und von 13.30 bis 15 Uhr servieren wir Ihnen unseren Treudelberger Feiertagsbrunch für die ganze Familie in unserem Restaurant Szenario.

€39,-

WIRRNACHTEN & MÄRCHEN.

Am 7. Dezember begrüßen wir Sie um 19 Uhr zu unserer Dinnerlesung „Wirrnachten II“. Ein schöner Abend mit viel schwarzem Humor in Verbindung mit einem 4-Gang-Menü inkl. korrespondierender Getränke wartet auf Sie.

€59,-

Die Puppenbühne Sterntaler gastiert auch in diesem Jahr bei uns. Für die Kleinen bieten wir am 8. und 15.12. (jeweils 16 Uhr) das Märchen „Dornröschen“ an. Wir begrüßen Sie 30 Minuten vor Beginn zu Kakao & Keksen.

€10,-

SILVESTER.

Silvester mit der ganzen Familie: In unserem Bistro bieten wir unsere große Silvester-Gala an. Festliches Buffet mit korrespondierenden Getränken, DJ, Feuerwerk und professionelle Kinderbetreuung für die Kleinen. So lassen Sie das alte Jahr ausklingen und starten mit Schwung in das Neue.

€165,-

Oder reservieren Sie einfach einen schönen Tisch im Restaurant Treudelberg und wählen zwischen 3-Gang-, 4-Gang-, 5-Gang-, 6-Gang- oder 7-Gang-Menü.

ab €45,-

Steigenberger Hotel Treudelberg Hamburg

Lemsahler Landstraße 45 · 22397 Hamburg · Germany · Tel.: +49 40 60822-0
info@treudelberg.com · www.treudelberg.com/weihnachten/


STEIGENBERGER
HOTEL GROUP