

April/Mai 2015

woman

HAMBURG

in the city

BERÜHREND

Dieser Job geht an die Haut

KICKEN MIT HERZ

Promis laufen dem Ball hinterher

DER SOMMER KANN KOMMEN

So verlieren Sie Ihre Pfunde!



KRISTIN KOSSI

Urban Pop Art

Cellulite adé

& entspannt bis zu 2 Kleidergrößen abnehmen



SLIMYONIK®
YOUR BODYSTYLER

Lymphableitende Massage
für ein neues Körpergefühl

- ✓ Cellulite vermindern
- ✓ Abbau von Fettpolstern
- ✓ Umfangreduzierung
- ✓ Glattes u. festeres Hautbild

Wir suchen 50 Probanden!

Testen Sie jetzt bei uns den Bodystyler und erleben Sie den schnellen Erfolg selbst! Sie erhalten 3 Slimyonic-Anwendungen ihrer Wahl zum einmaligen Angebotspreis von nur 59,- Euro. Das Testangebot ist streng limitiert und in den unten genannten Smart Sun Filialen erhältlich.

nur **59,-€**

3 x Slimyonic

SMARTSUN®
SONNENSTUDIO



**Jetzt
NEU**



Besuchen Sie uns auch im Internet
www.smartsun.de



Finden Sie uns auf Facebook
www.facebook.com/smart.sun.sonnenstudio

KEIN FAST FOOD FÜR DIE KÖPFE



Daniela N. Barth & Ilona Lütje

Trübliche Zeiten liegen hinter uns und zugegebenermaßen welche mit vielen Ups and Downs. Rund um uns herum zerbrechen Redaktionen, vor allem bei den wenigen wertvollen wie die FTD und befreundeten kleinen Verlagen aus dem Norden schmerzt das. Andere haben sich seit Jahren bereits selbst kaputt gespart. Während sich auf den oberen Plätzen die (meist) Herren über höhere Renditen freuen, wird unten Qualität eingebüßt, die Abozahlen sinken, die Anzeigenkunden streiken. Gleichzeitig stürzen weitere Magazine mit immer neuen Konzepten auf den Markt – im Fokus vor allem eins: den wegbrechenden Anzeigenkunden neues Futter bieten – und verschwinden kurz darauf wieder. Großverlage kaufen auf, was aufzukaufen geht. Wenn selbst ein Lokalmatador wie das Hamburger Abendblatt plötzlich einem Verlag aus Essen gehört, ist das für viele aus der Branche ein Schlag in die Magengrube.

Und doch ist die Verlockung manchmal groß. Auch wir haben überlegt, dieses Spiel mitzuspielen. Wohl klingend: ein großer und damit vermeintlich starker Partner an der Seite, zwar nicht aus Hamburg, aber eben groß und stark. Wir haben verhandelt, gerechnet, Verträge entworfen, von mehr Geld und weniger Stress geträumt. Und dann gemerkt: Es geht den ganz Großen niemals um Qualität, auch nicht ums Produkt. Nur um Marktanteile. Und das steht uns und der woman nicht!

Unsere Leser und Kunden sind uns in den vergangenen 5 Jahren ans Herz gewachsen. Wir wollen weiter ein Miteinander, von dem alle profitieren und keinen Ausverkauf der lokalen Meinung und Geschichten, kein Fastfood für die Köpfe! Darum bleiben wir, wie wir sind! Versprochen! Als einer der wenigen eigenständigen Verlage sagt uns auch künftig kein Großkonzern, in welche Richtung wir zu laufen haben. Und das ist gut so! An dieser Stelle ein dicker Dank für wertvolle Bekanntschaften, spannende Geschichten und vor allem für 5 Jahre Treue!

Daniela Barth *Ilona Lütje*

Kurse für professionelles Modemachen

Aus- und Weiterbildung
Entwurf · Schnitt & Fertigung
Korsett- & Corsagenbau
Drapieren
Werkstattkurse
Modezeichnen
& Jugendkunstschule




Infos: Tel. 43197606
www.modeschulehamburg-kaw.de

berufsbegleitend

MODESCHULE HAMBURG-KAW

Mensch im Fokus

Körper Seele Geist
Private Physiotherapie

Jessica Schwarz
Bundesstraße 81
20144 Hamburg

Tel. 040/44 40 55 80
Mobil 0177/1599435
mensch-im-fokus.com
Mein Behandlungsangebot finden Sie im Web!

Wenn sich Körper, Seele und Geist nicht im Einklang befinden, entwickeln wir Krankheitssymptome.




KRABAX

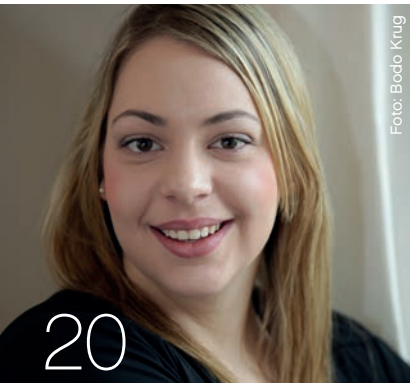
Die Kunstschule

Ferienkurse: Maiferien/ Sommerferien

Montag bis Mittwoch 10-13:00 Uhr
Mittwoch 13:00 Uhr Ausstellung

Sierichstraße 124, 22299 Hamburg
T: 040/33426478 · M: 0176/49030187
Mail: info@kunstschule-krabax.de

Stephanie Freiling
Dipl. Grafik-Designerin
und Kunstlehrerin



20

Foto: Bodo Krug



37



26

Foto: Robert Grischek

April/Mai 2015

**AKTUELLE AUSGABEN
JETZT KOSTENLOS**
im Apple AppStore, bei
Google Play und Amazon
unter womaninthecity

- SHOPPING **08** **DAS WILL ICH AUCH!**
Unsere Shopping-Tipps
- HEALTH & BEAUTY **11** **FRÜHJAHRSPUTZ**
Gönnen Sie Ihrer Haut jetzt was Schönes
- FASHION **16** **MUT ZU STIL UND ELEGANZ**
Ella Deck Couture: elegant, hanseatisch, zeitlos
- INTERVIEW **20** **BERÜHREND**
Edith Arnold über ihre Arbeit als Sexualbegleitung
- BENEFIZ-AKTION **23** **KICKEN MIT HERZ**
Promis gegen Ärzte
- PORTRÄT **26** **KRISTIN KOSSI**
Heavy Metal meets Urban PopArt
- KULTUR **32** **EIN STURM ZIEHT AUF**
Hurricane: Rock´n´Roll aufm Eichenring
- ERNÄHRUNG **39** **ER HATTE DAS DICKSEIN DICKE**
Achim Sam zeigt: So gewinnt jeder den Kilo-Kampf

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



TITEL:
womaninthecity
KRISTIN KOSSI

FOTO:
ROBERT GRISCHEK



Foto: Michaela Plambeck

STANDARDS **03** EDITORIAL
41 CONNI KÖPP TRIFFT
42 RÄTSEL
42 IMPRESSUM

VORSCHAU **JUNI/JULI 2015**

Die nächste Ausgabe
erscheint am 9. Juni 2015

**Malerei · Zeichnen
Illustration**

Atelier- und Meisterkurse
 Mappenvorbereitung
 Akt-Workshops
 Berufsbegleitend
 Altersübergreifend
 & Jugendkunstschule

Infos: Tel. 43197606
www.kunstschulehamburg-kaw.de
einzigartig

KUNSTSCHULE
HAMBURG-KAW

**ALTONAER
THEATER**

**WIE IM
HIMMEL**

SCHAUSPIEL MIT MUSIK
VON **KAY POLLAK**

Von seiner Karriere ausgelaugt, zieht sich der gefeierte Dirigent Daniel Daréus nach einem Zusammenbruch in die Abgeschiedenheit seines kleinen Heimatdorfes zurück und übernimmt dort die Leitung des Kirchenchors. Seine unkonventionellen Methoden erregen großes Misstrauen im Dorf, erwecken aber auch Begeisterung und Liebe in der Chorgemeinschaft.

Wie im Himmel war 2005 als »Bester nicht-englischsprachiger Film« für den Oscar nominiert und wurde von Publikum und Kritikern gleichermaßen gefeiert.

PREMIERE 12. JULI 2015

VORSTELLUNGEN BIS 16. AUGUST 2015

KARTEN 040. 39 90 58 70 ■ WWW.ALTONAER-THEATER.DE

Setpreis
39,90
Statt 69,80*

Funktionelle Eigenschaften

- Feuchtigkeitstransportierendes TCS Air
- Flatlocknähte, die Scheuern verhindern
- Reflektierende Details für eine bessere Sichtbarkeit
- Tasche mit Öffnung für Kopfhörerkabel

SOC W RUN WIND JACKET/TIGHTS.
*Einzelpreise: Oberteil 39,90; Tights 29,90.
Laufjacken auch in Schwarz und Rosa erhältlich.

Die Preise gelten, solange der Vorrat reicht. Unter Vorbehalt eventuell ausverkaufter Artikel.

Ottenser Hauptstraße 2-6, 22765 Hamburg

Öffnungszeiten: Mo, Di, Mi, Sa 10-20, Do, Fr 10-21

Mönckebergstraße 27, Hamburg

Öffnungszeiten: Mo-Sa 10-20 Uhr

Mehr über uns unter stadium.de

ZEIT ZU LAUFEN.

Wir sind Stadium, die schwedische Sportkette. Wir sind Sport und wir sind Mode. Mit anderen Worten: Für uns ist Sport Mode. Darüber hinaus zeigt sich bei uns funktionelles Design von seiner besten Seite.

Laufen ist seit Langem der Lieblingssport der aktiven Schweden. Es ist nämlich das perfekte Training für das typische skandinavische Klima, in dem sich Wärme, Kälte, Licht und Dunkel abwechseln, da du es wann immer, wo immer und so lange du möchtest in deinen Tagesablauf einbauen kannst. Wenn du ein kleines Bisschen Motivation mitbringst - findest du den Rest bei Stadium.



shopping
das
will
ich auch!

SCHÖNER REGEN



Graue Tage werden jetzt nachhaltig bunt: Das schwedische Outdoorlabel Didriksons produziert seine wetterfesten Styles ab sofort PFC-frei. Die neue Didriksons Kollektion steht neben Outdoor-Expertise und skandinavischem Designverständnis vor allem für die Verbundenheit zur Natur. Unter dem Motto „For every rainy day“ geht es im nächsten Frühjahr bunt zu – nicht nur im Kleiderschrank, sondern im ganzen Alltag. www.didriksons.de

PERFORMANCE IN A BOTTLE



2 Milliliter voller Hightech-Wirkstoffe. Das sind die BABOR Ampullen – die einzigartige „performance in a bottle“. 2015 gibt es die Meisterwerke der BABOR Laboratorien in limitierter Edition fürs heimische Badezimmer. Fünf Wirkstoff-Kuren sind auf die unterschiedlichen Hautbedürfnisse abgestimmt.

Die limitierten Fluids sind ab sofort in ausgewählten BABOR Day- und Hotel-SPAs und im Online-Shop erhältlich.

www.babor.de



FRÜHLING FÜRS HAUS



Kollektion Wendt bringt Ihnen den Frühling ins Haus: Die zwei glücklichen Gewinner unseres Preisrätsels (Seite 42) erhalten je ein Kissen aus der anspruchsvollen und hochwertigen Kollektion von Wohnaccessoires aus Seide! Wer mag, kann sich von Kathrin Fedder-Wendt individuelle und exklusive Stücke aus einer Vielzahl von einfarbigen und bestickten Douppion-Seidenstoffen erstellen lassen; jedes Stück von beiden Seiten unterschiedlich gestaltet. Lassen Sie sich inspirieren. www.kollektion-wendt.de

Summer is coming soon!



Nach Eis auf Autoscheiben, Seen und Straßen kommt das Eis jetzt wieder dahin, wo es hingehört: ins Glas! Der Frühling ist da, der Sommer kommt und alles wird endlich wieder frisch und bunt.

Feiern Sie mit Freunden den Beginn der schönsten Jahreszeit – ein Prosit auf das Ende des Winters! Stoßen Sie mit köstlichen Cocktails an, bunt und frisch wie der Frühling. Ready2serve und in bester Barqualität gibt es Cocktails von SHATLER's, einfach auf Crushed Ice serviert. Genießen Sie Ihre Gäste und machen Sie sich keinen Stress mit Einkauf, Rezeptheft und Mixen – das Leben kann so einfach sein! Punkten Sie mit außergewöhnlichen Drinks, die Partysaison ist eröffnet. www.shatlers.de

NATURAL BEAUTY

Das Mineral-Make-up von LuxusLashes sorgt für ein federleichtes Tragegefühl und einen natürlichen Look. Es ist frei von Paraffinen, Mineralölen, Silikonen, Alkoholen und Konservierungsstoffen sowie Duft- und Parfümstoffen. Die Haut kann frei atmen, ohne dass die Poren verstopft werden. Es eignet sich nicht nur für Allergiker, sondern für alle, die ihre Haut verwöhnen möchten, ob mit Mineral Foundation, Mineral Rouge oder Mineral Eyeliner. Für unterwegs und auch zu Hause ist das Mineral-Make-up als Set im praktischen Kosmetik-Täschchen erhältlich. www.luxuslashes.com



GEZIELTE FIGURFORMUNG MIT HYPOXI



In einem Interview erzählt Christiane Schlüter, Inhaberin der Hamburger Hypoxi-Studios, wie die Hypoxi-Methode wirkt.

Warum sollten sich Frauen für HYPOXI interessieren, wenn sie doch schon Sport machen?

Eine attraktive Figur lässt sich weder durch Sport noch durch Hungerkuren erzwingen. Denn der Körper baut Fett immer da ab, wo es leicht und schnell verfügbar ist. Leider nicht an den Stellen, die wir als Problemzonen betrachten. Um die Figur zu formen und die Haut zu straffen, müssen „problematische“ Körperpartien gezielt angesprochen werden. Genau das passiert bei der HYPOXI-Methode, die direkt an den Problemzonen ansetzt.

Wie anstrengend ist HYPOXI und kann Frau schnell mit Erfolgen rechnen?

Mit leichtem Training, gleichzeitiger Stimulierung des Stoffwechsels sowie bewusster Ernährung lässt sich gezielt Fett an den Problemzonen abbauen. Dabei stellt sich der Erfolg mit HYPOXI bereits nach einigen Anwendungen mit sichtbaren Ergebnissen ein.

Hilft HYPOXI auch, wenn man seine Haut straffen und Cellulite reduzieren möchte?

Mit der HYPOXI-Dermo-

logie wird die Haut gestrafft und gefestigt. Die HYPOXI-Dermologie entfaltet ihre optimale Wirkung bereits bei einer Anwendungsdauer von nur 20 Minuten – der Effekt ist einzigartig. Bereits nach einigen Anwendungen in entspannter Position auf der ergonomisch geformten HD-Comfort-Liege werden sichtbare Verbesserungen erzielt.

Gibt es wissenschaftliche Studien über die HYPOXI-Methode?

Eine Studie des Medizinischen Präventionszentrums Hamburg (MPCH) hat nun offiziell die Wirkungsweise von HYPOXI bestätigt. Zitat: „Die Annahme, dass mit der HYPOXI-Methode Körperfett gezielt an Problemzonen abgebaut werden kann, hat sich durch unsere Studie eindeutig bestätigt.“ (Studienleiter Prof. Dr. Bamberger)

Welche Schritte sollten interessierte Damen jetzt gehen?

Vereinbaren sie einen kostenlosen Probe- und Beratungstermin. Mein Team und ich freuen uns auf Sie!



www.hypoxistudios-hamburg.de

GUTSCHEIN

Testen Sie uns!

1 Gratis Doppelbehandlung im Wert von 60 Euro

Gültig bis 30.5.15. Nur für Neukunden

Vereinbaren Sie gleich einen Termin: Mobil: 0160 184 28 13

HYPOXI-STUDIOS IN IHRER NÄHE

Elbchaussee | Elbchaussee 96 | 22763 Hamburg | Tel.: 24 43 92 06
Wandsbek | Wandsbeker Zollstr. 141 - 143 | 22041 Hamburg | Tel.: 68 91 65 53
Alstertal | Stadtbahnstr. 32a | 22393 Hamburg | Tel.: 38 65 07 34

STRAHLEND SCHÖN NACH EINEM LANGEN WINTER

FRÜHJAHRSPUTZ FÜR DIE HAUT

Kaum sind die ersten Sonnenstrahlen da, jubelt der Körper. Endlich lassen sich die Glückshormone wieder spüren. Zeit für den Frühjahrsputz! Und das nicht nur in den eigenen vier Wänden! Fangen Sie am besten mit der Haut an! Runter mit dem Wintermief, nur so strahlen Sie mit der Sonne um die Wette! Und: Je besser die Haut auf den Sommer vorbereitet wird, desto sorgloser lässt sich auch die Sonne genießen.

Die beste Vorbereitung auf den Sommer ist eine reine Haut“, weiß Hamburgs einzige No-Age-Expertin Edeltrud Stark vom Kosmetikinstitut Bel Etage. Gerade nach dem Winter lässt sie nämlich zu wünschen übrig. „Mit der richtigen und vor allem frühzeitigen Pflege altern wir langsamer und bleiben länger frisch und faltenfrei.“ Sie empfiehlt dafür die Reinigungsbürste „Nutritransfer

Brush“ von binella, die eine professionelle Tiefenreinigung nun auch zu Hause möglich macht. Die Bürste überzeugt als wahres Multi-Talent: Sie reinigt nicht nur mit zwei unterschiedlichen Bürstenstärken porentief, sondern begeistert auch als Massagegerät. Dazu wird einfach der Bürstenkopf entfernt. Ideal zum Ausbügeln von Mimikfalten und gegen Muskelverspannungen. Außerdem werden durch die Vibrations-



massage Gesichtsmuskeln und Konturen gefestigt. Die Reinigung mit der Bürste dauert nicht länger als die normale manuelle, ist aber um ein Vielfaches gründlicher. „Falls jemand unsicher ist: In meinen Behandlungen erkläre ich meinen Kunden gern ausführlich, wie sie mit der Bürste umgehen sollten.“

Einen echten Frischekick nach einem dunklen Winter gibt es dank HydraFacial. „HydraFacial ist nicht nur eine der

PORENTIEF SAUBER!



Die professionelle Hautreinigung für zu Hause

Erfahren Sie mehr über die richtige Anwendung während einer intensiven Behandlung inkl. Grundreinigung. Ich zeige Ihnen, wie es geht!

GRUNDREINIGUNG
MIT PEELING

FÜR NUR € 95,-
inkl. Reinigungsbürste
für zu Hause



DIE NR. 1 GEGEN FALTEN



HYDRAFACIAL
FÜR NUR € 110,-*
inkl. einem Individualserum
zum Mitnehmen
*statt € 175,-



Holen Sie sich den
Frische-Kick für
den Sommer

Das Hydrodermabrasionsverfahren kombiniert Reinigung und Peeling und bietet zugleich Extraktion, Hydratation und antioxidativen Schutz.



„Wir versprechen keine Wunder, sondern Resultate“, betont Hamburgs einzige No-Age®-Expertin Edeltrud Stark.

»HYDRAFACIAL IST NICHT NUR EINE DER FORTSCHRITTLICHSTEN NICHT-INVASIVEN BEHANDLUNGSWEISEN AUF DEM GEBIET DER HAUTERNEUERUNG, SONDERN AUCH VITALISIEREND UND EINZIGARTIG FEUCHTIGKEITSSPENDEND«

fortschrittlichsten nicht-invasiven Behandlungsweisen auf dem Gebiet der Hauterneuerung, sondern auch vitalisierend und einzigartig feuchtigkeitsspendend“, betont Edeltrud Stark. Sie verhilft ihren Kundinnen in 60 Minuten zu jugendlich straffer Haut – ganz ohne Risiko und Nebenwirkungen. Ein Grund, warum nicht nur in Hollywood mittlerweile fast jeder darauf schwört, sondern auch in der Hansestadt. Schließlich ist HydraFacial das erste Verfahren, das abgestorbene Hautzellen entfernt, während die neue Haut schon mit nährstoffreichen Feuchtigkeitsseren versorgt wird.

Bei der Wahl des Institutes sollte allerdings genau hingeschaut werden. Während vielerorts die Behandlung am Fließband nach genauem Plan abläuft, kann die Cosmetologin gar nicht anders: Sie schaut genau hin und ergänzt HydraFacial auch mit ganz besonderen Seren oder einer kostenlosen Ultraschallbehandlung. „Ich will, dass sich meine Kunden hinterher wohl in ihrer Haut fühlen und merken, dass sie nicht nur behandelt, sondern auch beraten werden“, betont Edeltrud Stark, die mit Bel Etage seit mehr als 30 Jahren zu den Top-Kosmetikinstituten Deutschlands zählt und sich trotz ihres fundierten Wissens auch heute noch stetig weiterbildet. Kein Trend, der an ihr vorbei geht: Auch wer Vampir-Lifting oder Faden-Lifting (das so genannte Soft-Lifting) wünscht, ist bei Bel Etage Kosmetik an der richtigen Adresse.

FADEN-LIFTING

Vor allem Letzteres entwickelt sich aktuell zum neuen Renner unter den innovativen Behandlungsmethoden. Schließlich lassen sich damit Gesicht und Körper ganz ohne OP straffen. Die erfahrene Heilpraktikerin Birgit Walters, Expertin für TCM und Akkupunktur, setzt statt dessen 100-prozentig resorbierbare Fäden mit Hilfe einer extrem dünnen Führradel unter der Haut wie ein Netzwerk ein. An diesem Netzwerk bildet sich neues Bindegewebe



und fördert so den Wiederaufbau des Collagen-Gerüsts. Dadurch wird die Haut natürlich aussehend gestrafft und angehoben. Die Fäden lösen sich nach 6 bis 8 Monaten vollständig auf, das Lifting hält allerdings mit bis zu zwei Jahren deutlich länger. Vorteil gegenüber Botox und Co.: Die natürlichen Gesichts- und Körperzüge werden nicht verändert“, betont Edeltrud Stark. Die Behandlung ist schmerzfrei, die betroffenen Stellen werden zuvor örtlich betäubt.

Behandelt werden können neben Gesicht, Hals und Dekolleté auch Po, Oberarme und Oberschenkel. Wie viele Fäden eingesetzt werden, richtet sich nach dem zu straffenden Areal und den Kundenwünschen. Eine Beschränkung ist nicht gegeben. Außerdem können auch mehrere Stellen gleichzeitig gestrafft werden. Eine Kombination mit anderen Therapien, z.B. einer Hyaluronsäure-Unterspritzung, ist auch möglich. Nebenwirkungen? „Es können – je nach Anzahl der Fäden – leichte Schwellungen oder blaue Flecken entstehen“, so Edeltrud Stark, die die Behandlung selbst wie alle anderen zunächst selbst getestet hat. „Aber das ist sehr gering und problemlos mit MakeUp abdeckbar.“ Der große Vorteil? „Wer schon mal über ein Lifting nachgedacht hat, findet hier eine sanfte Alternative zu den kostspieligen und riskanten operativen Eingriffen.“

BEL ETAGE KOSMETIK
No Age® Fachinstitut



Bel Etage Kosmetik
Fachinstitut für Hautgesundheit und ganzheitliche Anti-Aging-Therapie
Mittelweg 159 | 20148 Hamburg
Tel.: (040) 44 81 80
Di. bis Fr. 10 bis 18 Uhr und nach Vereinbarung
www.beletage-kosmetik-hamburg.de

CELL IQ® ORTHOMOLEKULAR ESSENCE – DIE VITALSTOFFREICHE SCHÖNHEITSAPOTHEKE FÜR DIE HAUT

LAUFEN SIE DEM ALTER DAVON

BINELLA
OF SWITZERLAND

20 Jahre lang 40 bleiben, die Haut langsamer altern lassen, länger frisch und faltenfrei bleiben – welche Frau träumt nicht davon? Über die Frage, was Menschen langsamer altern lässt, haben Wissenschaftler viele neue Erkenntnisse gewonnen. So weiß man heute, dass vor allem ernährungsspezifische Vitalstoff-Defizite die stoffwechselbedingte Körperchemie verändern und dabei den ganzheitlichen Alterungsprozess bis zu zehn Jahre beschleunigen können. Dieser ist weder mit Faltenunterspritzungen noch mit kostspieligen Lifting-Operationen zu stoppen.

Die chronologische Hautalterung selbst kann man natürlich nicht verhindern“, betont Monika Hönscher, Inhaberin von binella of Switzerland und Urheberin der Orthomolekularen Cosmetologie. „Aber es ist ein großer Unterschied, ob man aufgrund lebens- und umweltbedingter Alterungsvorgänge 10 Jahre älter oder jünger aussieht.“ Sie weiß, wie sich auch ohne operative Eingriffe optimale Erfolge erzielen lassen und hat darum ein individuelles Hautaufbau-Konzept entwickelt, das in seiner orthomolekularen Wirkstoffzusammensetzung zielgenau auf das lebensbedingte Pflegebedürfnis jeder Kundin eingeht.

Dieses innovative Therapieverfahren untersucht zunächst die jeweiligen Ursachen für die vorzeitig einsetzende Hautalterung, statt bloß einzelne Symptome zu bekämpfen. Dabei wird nicht nur der aktuelle Hautzustand analysiert, sondern es werden auch persönliche Belastungen, der momentane Energiestatus und der individuelle Nährstoffbedarf ermittelt. Im Mittelpunkt steht der hochdosierte Einsatz von Mikronährstoffen wie Aminosäuren, Vitamine, Mineralien und Spurenelementen.

„Unsere Haut ist, was sie isst“, betont Monika Hönscher. Und das ist oft nicht das Richtige oder nicht genug. Die Nahrung hält zwar alle nötigen Mikronährstoffe für eine gesunde Hautfunktion bereit, aber wer kann schon von sich behaupten, täglich genug Vitamine und Nährstoffe zu sich zu nehmen? Die meisten Menschen haben keine ausreichende Mikronährstoffaufnahme, was auf Dauer nicht nur einen leeren Vitalstoffspeicher in unserer Haut, sondern auch in unserem Körper zur Folge haben kann – insbesondere immer dann, wenn der Körper seine Selbstheilungskräfte mobilisieren muss und der hierfür benötigte Nährstoffverbrauch höher ist als die eigentliche Nährstoffzufuhr. Jede Hautaufbau-therapie wird darum auch mit orthomolekularen Nährstoffen gezielt begleitet.

In den Instituten, die auf orthomolekulare Hautaufbau-Therapie spezialisiert sind, wird mit Hilfe einer computergestützten und von einem medizinischen Therapiezentrum ausgewerteten Nährstoffbedarfs-Analyse ein individuelles Behandlungskonzept

**Individual-Seren
nach eingehender
Hautanalyse für
Sie/Ihn exklusiv in
Hamburg bei Bel
Etagé Kosmetik
(siehe Seite 10)**



erstellt. Die Kunden erhalten dann ein für sie perfekt abgestimmtes Nährstoff-Serum, welches darauf abzielt, sowohl den Funktionskreislauf zu stärken, als auch dem Alterungsprozess aus der Zelle heraus gegenzusteuern. Nährstoff- und Energiedefizite werden so in der Haut ganzheitlich, individuell und zielgenau ausgeglichen! Der Behandlungserfolg ist schon nach kurzer Zeit sichtbar – selbst bisher schwer zu behandelnde Hautzustände erzielen dadurch außergewöhnliche und nebenwirkungsfreie Erfolge. Bei allen CELL IQ® ORTHOMOLEKULAR ESSENZEN handelt es sich ausschließlich um orthomolekulare Vitalstoffe, die einen wichtigen Beitrag zur Wiederherstellung geschwächter Funktionsbereiche der Haut in jedem Lebensalter leisten. Sie sind selbstverständlich frei von allen hautbelastenden Zusatzstoffen und auch als therapiebegleitendes Nährstoffkonzentrat für Psoriatiker und Neurodermitiker sowie zur Vor- und Nachbehandlung bei allen Schönheitseingriffen anwendbar.

[Anzeige]

DIE SPORTLICHEN VORSÄTZE IM FRÜHLING DURCHHALTEN

BEZWINGT IHN!

Da ist er wieder, der innere Schweinehund. Überwunden glaubte man ihn mit den guten Vorsätzen für das neue Jahr: Da wurden Mitgliedschaften in Fitnessstudios abgeschlossen, da wurde gepumpt, da wurde gejoggt und geworkoutet, was das Zeug hält. So zwei Wochen lang. Dann die Ernüchterung: das ist anstrengend, das nimmt viel Zeit in Anspruch, die selbstgesteckten Ziele à la „in vier Wochen muss es doch möglich sein, 15 Kilo abzunehmen“ sind doch irgendwie schwer zu erreichen. Und schon macht man es sich wieder mit dem Schweinehund auf der Couch gemütlich. Mit Chips. Und Bockwurst.

Ein paar Tipps, wie man die Bestie in den Griff bekommt, hat Tobias Block, Sportmediziner und Personal Trainer von fitcare professional training: „Das Training muss in den Alltag passen, zeitlich, aber auch von den Zielen. Ich rate da zum Minimalbausteinprinzip. Am Anfang können auch 15 Minuten Training schon aus-

reichen“, versichert er. Hauptsache, man findet wieder Spaß an der Bewegung. Das ist auch das Konzept des Personal Trainers: Er steht nicht nur daneben, sondern unterstützt aktiv die Übungen, korrigiert, intensiviert, motiviert. Er achtet aber genauso darauf, dass man sich nicht zu viel vornimmt und dass Ziele erreichbar sind: „Sonst geht es einem schnell wie den Joggern, die massenweise bei den ersten Sonnenstrahlen mit hochrotem Kopf um die Alster laufen. Nach ein paar Tagen sieht man die nicht mehr. Viele wollen einfach zu viel, sind dann frustriert und geben auf.“

Das vermeidet Tobias Block, indem jedes Training individuell gestaltet wird. Man braucht nicht mal unbedingt eine Sporttasche, wenn man zu ihm kommt, der Zeitaufwand von 30 Minuten ist überschaubar. „Das ist alltagstaugliches Trainieren. Es wird ganzheitlich trainiert, Muskelgruppen kombiniert, in kurzen Zeitfenstern effektiv gearbeitet“, beschreibt Tobias Block den Ablauf des Trainings. Entscheidend



Tobias Block lädt Sie zu Ihrem kostenlosen Probetraining mit ihm persönlich ein! Sein Motto ist: „Bewegung ist die beste Medizin!“

sei nicht, dass man lange trainiert: „Kleine Übungen sind oft sinnvoller. Die sind nämlich, richtig ausgeführt, genau so effektiv wie langwierige Trainings in Fitnessstudios“, verspricht er. Das bedeutet: Schnelle Erfolgserlebnisse, motivierende Begegnungen mit einem persönlichen Trainer und das gute Gefühl, das Richtige für sich zu tun, gepaart mit überschaubarem Aufwand. Diese Möglichkeiten kann jede(r) im persönlichen kostenlosen Probetraining bei fitcare professional training selbst erspüren. Und so kann man ihn endlich bezwingen: seinen inneren Schweinehund.

■ www.fitcare-professional-training.de
www.facebook.com/fitcare



SHATLER'S

Cocktails

Perfekte Zutaten. Perfekter Mix.
 Perfekte Cocktails im Handumdrehen ...

Home, sweet home! Für den Genuss perfekter Cocktails muss man nicht unbedingt in die angesagten Bars der Stadt gehen. Mit SHATLER'S Cocktails holen Sie sich das Barfeeling nach Hause. Einfach auf Crushed Ice servieren und genießen. Machen Sie Ihre nächste Party zu etwas Besonderem – get shatlerized!

Einfach auf Crushed Ice genießen!



SHATLER'S in Ihrer Nähe: shatlers.de/shopfinder

[Anzeige]

ELEKTRISCHE MUSKELSTIMULATION FÜR EFFEKTIVE WORKOUTS BEI 25 MINUTES

IMPULSIVES TRAINING



Ein umfassendes Workout in nur 25 Minuten? Möglich wird das durch das sogenannte EMS-Training – das ist elektrische Muskelstimulation. Dabei werden die Muskeln nicht, wie sonst üblich, über elektrische Signale vom Gehirn in die Nerven gesteuert, sondern durch elektrische Impulse von außen. Durch die Kontraktion verschiedener und zum Teil schwer erreichbarer Muskelgruppen wird ein Ganzkörpertraining erreicht, welches besonders effektiv beim Beckenboden und Rücken ist. Somit wird, laut Studie der Universität Bayreuth, bei rund 90 Prozent der Probanden eine deutliche Reduzierung von

Rückenbeschwerden erreicht, und das bereits nach 10 Trainingseinheiten! Nebenbei sorgt der Muskelaufbau auch noch für eine gute Figur, wie Studiobetreiberin Tatjana Frage weiß: „Die Ergebnisse sind schnell sichtbar und spürbar.“ Sie muss es wissen, denn die ehemalige Leistungssportlerin, die als Kapitänin der israelischen Volleyball Nationalmannschaft sportliche Höchstleistungen erzielte, will selbst auch weiterhin in Form bleiben: „Dazu ist EMS-Training die schnellste und effektivste Methode. Das möchte ich gern mit anderen Menschen teilen“, erklärt sie. Neben den Effekten für Körper und Gesundheit spielt natürlich der Faktor Zeit für viele beruflich eingespannte oder familiengebundene Kunden eine große Rolle. Im neuen 25MINUTES-Studio werden alle Muskelgruppen trainiert und Ziele wie Gewichtsreduktion, Shaping, Rückenstärkung oder Muskelaufbau werden erreichbar. Auch das Bindegewebe wird gestrafft und somit die unschöne Cellu-

lite sichtbar reduziert. Die Angst, dass die elektronische Stimulation gefährlich sein könnte, kann Tatjana Frage allen Kundinnen und Kunden nehmen – der niederefrequente Puls aktiviert ausschließlich die Skelettmuskulatur. Organe und das Herz werden nicht erreicht! Seit Februar ist die erfolgreiche EMS-Methode nun auch in Eimsbüttel vertreten. Tatjana Frage freut sich darauf, Kundinnen im modernen Ambiente des neuen Studios zu begrüßen und mit persönlicher und professioneller Betreuung vom erfolgreichen Konzept des EMS-Trainings überzeugen zu dürfen.



25 MINUTES
 Schulweg 47 | 20259 Hamburg
www.25minutes.de
 Facebook: www.facebook.com/25minuteshamburgschulweg

[Anzeige]

GENUSS FÜR KÖRPER UND SEELE

WELLNESS-REISE IN DEN EIGENEN VIER WÄNDEN

Der Duft von Sand und Meer, von exotischen Früchten und Pflanzen, das Gefühl von Urlaub und Entspannung: all das ist das Inselgefühl von LAISLA für die eigenen vier Wände. Mit einer neuartigen Kombination aus hochwertigen Körperpflegeprodukten und sinnlichen Raumdüften schickt LAISLA LUXURY SPA by SPABOX die Kunden auf kleine Fantasiereisen nach Bali, Curacao, Mauritius oder Ibiza. Die mit viel Liebe und in Deutschland von Hand gefertigten Produkte spenden luxuriöse Pflege- und Wohlfühlmomente. Beste Rohstoffe, ausgewählte Rezepturen und meisterliches Handwerk stehen dabei für Qualität und Wertigkeit.

In den Insel-Sets, die SPABOX schnürt, warten eine edle Wellness-Duftkerze, ein feines Duftpäckchen für indirekte Raumbefugung kleiner Lebensräume, ein luxuriöses Bath & Body Oil sowie ein erfrischen-

des und harmonisierendes Body Splash darauf, ausprobiert zu werden. Dann kann die Reise ja losgehen!

■ www.spabox.de



LAISLA
 LUXURY SPA



[Anzeige]

**INNOVATIVE GRÜNDUNGSEIDEN
VON FRAUEN GESUCHT!**

MUT ZUR IDEE

Alle zwei Jahre wird der renommierte Darboven IDEE-Förderpreis vergeben – so auch dieses Jahr. Noch bis zum 31. Juli können sich innovative Gründerinnen und Jungunternehmerinnen, die seit weniger als drei Jahren selbstständig sind, um diesen Preis bewerben.

**DARBOVEN
IDEE-FÖRDERPREIS**

Die drei besten Ideen werden ausgezeichnet, die Erstplatzierte darf sich über 50 000 Euro freuen, die folgenden über 10 000 und 5000 Euro. Das lohnt sich nicht nur finanziell, auch die damit verbundene Öffentlichkeit ist ein großer Ansporn. Albert Darboven, Inhaber des Hamburger Kaffeeunternehmens J.J. Darboven und Stifter des seit 1997 vergebenen Preises will Gründerinnen unterstützen: „Ich möchte das Engagement von Unternehmerinnen fördern und ihnen Mut zur eigenen Existenzgrün-

dung machen.“ Fünf Bewerberinnen bekommen die Möglichkeit, ihre Idee vor der hochkarätig besetzten Jury zu präsentieren. Die Preisverleihung findet im November 2015 in Hamburg statt.

Bewerbungsunterlagen gibt es unter www.darboven.com oder können unter 040/73335-408 (Ute Lund) angefordert werden. Bewerbungsschluss ist der 31. Juli 2015.

**EXKLUSIV
FÜR WITC-LESER/INNEN**

Noch bis zum 15.5.2015 gibt es 50 % Nachlass für die erste Coaching-Sitzung. Wagen Sie den ersten Schritt und probieren Sie aus, wie wirksam Coaching sein kann!

BUSINESS-COACH STEFANIE HOOPS

WIRKUNG & WANDEL

Es muss sich etwas ändern! Dieser Gedanke beschäftigt Menschen immer wieder einmal im Leben. Doch die Frage, „was genau“ und „wie genau“ es sein soll, ist oft nicht leicht zu beantworten. Coaching ist eine

wirksame Methode, die Sie ermutigt, sich Wünsche zu erlauben und Strategien zu entwickeln, um Ihre Ziele zu erreichen. Und dann bedarf es nur noch etwas Mut, um die Veränderung zu wagen und das Neue zuzulassen.

Wirkung & Wandel
STEFANIE HOOPS  coaching
imageberatung
positionierung

■ **Wirkung & Wandel – Coaching
– Imageberatung – Positionierung**
Stefanie Hoops | Tel.: 350 85 177
info@wirkung-wandel.de
www.wirkung-wandel.de



MASSGESCHNEIDERTE BUSINESSMODE VON ELLA DECK COUTURE

ELEGANT, HANSEATISCH, ZEITLOS

Ella Deck kreiert großartige Kollektionen für Frauen. Besonders Geschäftsfrauen mit Mut zu Stil und Eleganz finden im Atelier der Designerin edle Businesskleidung für jeden Anlass. Das Besondere: Die Designerin zeichnet vor Ort das gewünschte Outfit für die Kundinnen, die Auftraggeberinnen gehen direkt mit einer Zeichnung aus dem Laden.

Die Maßanfertigungen werden im Atelier von Ella Deck hergestellt und das bereits seit 13 Jahren. Dabei spielt das geübte Auge der Designerin eine genau so große Rolle wie die Wünsche der Kundin. „Ich mische gern verschiedene Stilepochen und arbeite Designs unterschiedlicher Kulturen ein“, beschreibt Ella Deck ihr Design. „So entsteht hanseatischer Glamour und Ausstrahlung.“

In der Kollektion finden sich neben Businesskleidern und Businessanzügen auch Abendmode und Cocktailkleider. Dass diese schick und innovativ sind, dafür garantiert die langjährige Erfahrung der Designerin, die auch Hochzeitskleider maßschneidert. Im Showroom steht eine große Auswahl von Modellen, von klassisch hanseatisch bis märchenhaft verspielt zur Inspiration bereit.

Edel, weiblich und vor allem einzigartig sind die Stücke, die auf den Leib der Damen geschneidert werden. Die Designerin bricht mit den klassischen Business-Looks, denn dass der Herr im Anzug und Frau im Kostüm sein muss, das war gestern! Ella Deck bietet Kostüme und Hosenanzüge für die anspruchsvolle Geschäftsfrau mit neuartigen Schnittführungen und raffinierten Detaillösungen: feminin, aber immer angezogen.

Interessierte können sich am 24. April ab 16 Uhr selbst einen Eindruck von den Stücken und dem Angebot des Ateliers machen. Beim Ladies Day werden neben einem Glas Sekt eine Typ- und Stilberatung mit exklusiven Kooperationspartnern und natürlich dem Atelier Ella Deck geboten.



ELLA DECK
COUTURE · HAMBURG

■ Ella Deck Couture Hamburg
Lehmweg 54 | 20251 Hamburg
Tel.: 040 41287818
info@elladeck.de | www.elladeck.de



Modedesignerin Ella Deck

[Anzeige]

LEICHTE FRUCHTLIKÖRE MIT ECHTEM GOLDSCHIMMER

SOMMER IM GLAS

Sommerabend. Die Sonne steht in einem dunklen Gelb über dem Horizont, es ist warm. Man trifft sich mit Freunden auf der Terrasse, der Grill ist entstaubt und brutzelt vor sich hin. Perfektes Ambiente für einen Sommerdrink.

Der Spirituosenhersteller Hardenberg-Wilthen bietet dafür den passenden Likör mit besonderem Accessoire: MIAMÉE mit echtem Blattgold und in zwei fruchtigen Geschmacksrichtungen. Ob zur Grillparty im Freien oder zum gemütlichen Frauenabend: Leichte Drinks sind für jede Veranstaltung mit Freundinnen ein Muss.

MIAMÉE ORANGE fasziniert mit Geschmacksnoten von Orange, Holunderbeere und Hibiskus. Das prickelt auf der Zunge, das funkelt im Glas. MIAMÉE ROUGE erfrischt mit leckerer Waldbeere, Quitte und einem Hauch Hibiskus. Beide Liköre sind die spritzige Basis für leichte und lockere Sommerdrinks – am besten gemixt mit Sekt, Prosecco, Weißwein oder mit verschiedenen Fruchtschorlen. Besonderer Hingucker: die Goldplättchen machen die Drinks zum exklusiven Szenetrunk dieses Sommers! Dabei ist das Getränk, welches sich mit Orangenzesten oder in Zucker gewälzten Waldfrüchten besonders schick und fruchtig präsentiert, für den Abend auf dem Balkon genau so gut geeignet wie für die Cocktailparty im Freien. Mit einem Alkoholgehalt von 15 % Vol. ist der Likör unbeschwert und leicht zu genießen. Viele Rezepte und Informationen rund um MIAMÉE gibt es zusätzlich auf der Webseite. Hier können Sie sich auch als Produkttesterinnen bewerben oder praktische Lifestyle-Tipps bekommen, zum Beispiel, wie sich schnell ein Blumen-Pompon basteln lässt. Vielleicht zusammen mit ein paar Freundinnen und einem leckeren MIAMÉE-Drink, der im Online-Shop erhältlich ist. So kommt der Sommer ins Glas. In diesem Sinne: Prost, Mädels!





DER MOMENT,
DEIN MOMENT,
UNSER MOMENT
MIT MIAMÉE.



MIX MÉE!
1/3 MIAMÉE
2/3 PROSECCO








 www.miamée.de

Freust du dich auch schon auf Sommer, Sonne und die ersten schönen Abende auf dem Balkon? Was passt dazu besser als ein erfrischender Drink? Der neue fruchtige Likör MIAMÉE, verfeinert mit echtem Blattgold, macht die täglichen Momente der Lebensfreude zu etwas ganz Besonderem. Mixen Sie MIAMÉE mit Sekt, Prosecco, Weißwein oder mit verschiedenen Fruchtschorlen und erleben Sie ein erfrischend-fruchtiges Geschmackserlebnis.

Rezepte und vieles mehr unter www.MIAMÉE.de 

RAUS INS GRÜNE

Der Herzapfelhof Lühs ist ein beliebtes Ausflugsziel im Alten Land. Bei Führungen über den Obsthof wird den Besuchern ein Gefühl für die einzigartige Kulturlandschaft „Altes Land“ vermittelt. Das Alte Land bietet ideale Bedingungen für den Obstanbau. Davon profitiert Familie Lühs, die auf 25 Hektar wohlschmeckendes Obst wie Äpfel, Birnen, Kirschen, Pflaumen und Zwetschen anbaut.

Ab Mitte April werden die vielen Obstbäume in voller Blüte stehen und das Alte Land in ein wahres Blütenmeer verzaubern. Ein ganz besonderer Blütenduft liegt jedoch nur an einem Ort im Alten Land in der Luft: im Herz-Apfel-Garten auf dem Herzapfelhof. Der Herz-Apfel-Garten besteht aus über 250 historischen Apfelsorten in liebevoller Herzapfel-Anordnung. Bei der Vielzahl an Apfelsorten und Blüten lassen sich sogar sortentypische Details hinsichtlich Größe und Farbigkeit erkennen. Das bringt viele Besucher zum Staunen. Obstbauer Hein Lühs auch, denn was im Frühling so schön blüht, kann bis zum Herbst noch zu etwas sehr Wohlschmeckendem heranwachsen!

Die Besucher stöbern und shoppen ebenso gern im täglich geöffneten Hofladen. Dort gibt es neben den einzigartigen Herzäpfeln und Obst auch viele schmackhafte Obsterzeugnisse wie z. B. Apfelsecco, sortenreine Apfelsäfte, Apfelchips, Konfitüren und Gelees sowie Fruchtsaftbären. Bei so einer enormen Vielfalt an Obstsorten und so einer riesigen Bandbreite an Obsterzeugnissen fällt es oft schwer, die richtige Auswahl zu treffen. Hier kam Obstbauer Hein Lühs auf die Idee, seinen Kunden und Hofbesuchern Kostproben des Herzapfelhofes anzubieten. Von allen Obsterzeugnissen ein bisschen, dafür aber so vielseitig und abwechslungsreich wie möglich lautet sein Motto. Während der Saison von April



Der Herz-Apfel-Garten ist einmalig in seiner Form. Aus der Vogelperspektive lässt sich das Markenzeichen des Herzapfelhofes erkennen: der Herzapfel.

bis Oktober finden im ein- bis zweiwöchigen Rhythmus immer sonntags von 10.30 bis 12 Uhr öffentliche „Kostproben“ statt. Die Veranstaltung kann spontan besucht werden, da keine Anmeldung erforderlich ist.

Wer gern noch mehr über den Herzapfelhof erfahren möchte, kann an einer Freitags-Führung teilnehmen. Bei einem Rundgang über den Hof immer freitags um 18 Uhr (April bis Oktober) zeigt und erklärt Hein Lühs Wissenswertes über den Obstbau, das Alte Land und den Herzapfelhof im Speziellen. Auch dieser Führung können sich Besucher ohne Anmeldung anschließen.

■ www.herzapfelhof.de

NEU



KOSTPROBEN



GENUSS, VIelfALT & INFOS: AUF ZUR
 GESCHMACKSPROBE INS ALTE LAND!




Herzapfelhof®

ALTES LAND

Gehen Sie mit dem Obstbauern Hein Lühs bei der neuen Veranstaltungsreihe „Kostproben“ auf genussvolle Erlebnistour. In 90 Minuten dürfen Sie nach Herzenslust und auf verschiedene Arten probieren. Abgestimmt auf die Jahreszeit und aktuelle Themen stellen wir Ihnen die Kostproben aus Obst und Obsterzeugnissen zusammen.

Herzapfelhof Lühs
 Osterjork 102 · 21635 Jork
 Telefon: 04162 254820-0
www.herzapfelhof.de

DAS NEUE STÜCK IN DER KOMÖDIE WINTERHUDER FÄHRHAUS

HEITER BIS WOLKIG



Das Winterhuder Fährhaus wartet mit einem tollen Stück auf: „Anderthalb Stunden zu spät“ ist unterhaltsam, anrührend – und aus dem Leben gegriffen.

Anderthalb Stunden zu spät“ ist der Titel der Beziehungskomödie. Pierre und Laurence, die beiden Protagonisten des Stücks, sind zum Abendessen bei Freunden eingeladen. Während Pierre auf seine Frau wartet, um endlich loszufahren, beschließt diese im letzten Moment, dass sie gar keine Lust mehr hat mitzukommen. Laurence will nämlich endlich mal mit ihrem Mann reden: über sich, über ihn, über ihre Beziehung.

Frau von Collande, Sie spielen zurzeit in der Komödie Winterhuder Fährhaus zusammen mit Herbert Herrmann das Stück „Anderthalb Stunden zu spät“. Was macht den Reiz des Stückes Ihrer Meinung nach aus?

Ich denke, es sind vor allem die intelligenten und sehr humorvollen Dialoge, die diese beiden Personen miteinander führen. Sie ersparen sich wirklich nichts, sprechen jedes Thema an. Ehrlich, intensiv, originell, witzig, laut und leise, manchmal auch ein bisschen scharf und böse, aber immer mit Respekt und auf der Basis einer großen gegenseitigen Liebe.

Herr Herrmann und Sie sind ja nicht nur auf der Bühne ein Paar, sondern auch im richtigen Leben. Zufall, dass Sie nun gemeinsam ein Stück spielen, in dem es um

ein langjährig verheiratetes Paar geht? Oder geht es im Stück ganz und gar um Sie und Herrn Herrmann, nur mit Decknamen?

Nix ist bei uns Zufall, aber wenn's so aussieht, ist es ja fast ein Kompliment! Wir sind oft in Paris und gehen dort jeden Abend ins Theater. Wir haben dieses Stück in Paris entdeckt und es für uns nach Deutschland geholt. Also: kein Zufall, sondern ganz viel Glück! Am richtigen Abend, im richtigen Theater! Das wunderbare an diesem Stück ist, dass es nicht nur um das Paar „von Collande/Herrmann“ geht, sondern um alle verheirateten Paare dieser Welt.

Haben Sie eine Szene aus dem Stück auch im eigenen Leben schon mal erlebt? Welche?

Wir alle kennen doch die Situation, dass ein ganz entspanntes, harmloses Gespräch, plötzlich in ungeahnte Richtungen abdriftet. Aus heiterem Himmel, völlig ungeplant. So ist es doch manchmal im Leben, und so ist es pausenlos in diesem Stück.

Welche ist Ihre Lieblingsszene im Stück und warum?

Das ganze Stück ist meine Lieblingsszene, denn das ganze Stück ist „EINE Szene“, ohne Zeitsprung, anderthalb Stunden lang.

Sie traten als Schauspielerin auch im TV auf: Tatort, Marienhof, Forsthaus Falkenau und viele Filme. Was ist der größte



Nora von Collande und Herbert Herrmann in „Anderthalb Stunden zu spät“.

Unterschied von der Theaterbühne gegenüber TV- und Filmproduktionen?

Neben einer ganzen Reihe von „handwerklichen“ Unterschieden, ist wohl der größte Unterschied zwischen Bühne und TV: Theater ist live!

Sie engagieren sich als Botschafterin für den „Weissen Ring“. Wie sieht diese Tätigkeit konkret aus?

In diesem Stück spiele ich eine Malerin. Jeden Abend entsteht auf der Bühne ein Bild. Um diese vielen Bilder nicht einfach nur wegzuschmeißen, kam ich auf die Idee, sie zu verkaufen, gegen eine kleine Spende an den „Weissen Ring“. Durch unsere Arbeit, haben wir die Möglichkeit, in kürzester Zeit sehr viele Menschen auf das Thema Opferhilfe aufmerksam zu machen. Neben den Geldspenden ist die öffentliche Aufmerksamkeit der größte Gewinn für diesen großartigen Verein.


■ „Anderthalb Stunden zu spät“
20. März bis 17. Mai 2015
www.komoedie-hamburg.de



TESTPILOTIN: EDITH ARNOLD
BEGLEITET MENSCHEN MIT
BEHINDERUNG BEI IHREN ERSTEN
SEXUELLEN SCHRITTEN

Berührend

Behinderte und Sex? Eigentlich ganz natürlich, trotzdem wird Menschen mit geistigen oder körperlichen Einschränkungen oftmals ihre Sexualität abgesprochen. Edith Arnold (26) ist Berührerin und verhilft zu ersten intimen Erfahrungen.

Interview: Alexander Schmelzer | Fotos: Bodo Krug 

Fotos: Bodo Krug

**Was ist eigentlich eine Sexualbegleiterin?
Wie weit geht das?**

Das ist nicht „Einmal-streicheln-für-Behinderte“ – so wird das leider oft verstanden. Die meisten kommen zu mir und haben aufgrund einer körperlichen oder geistigen Behinderung noch keine sexuellen Erfahrungen gemacht. Wenn man Schwimmen lernt, werden auch nicht nur Bilder gezeigt und Trockenübungen gemacht. Man muss das tatsächlich üben, ganz pragmatisch. Wie weit es geht, das entscheidet jede Sexualbegleiterin – es sind schon hauptsächlich Frauen – für sich selbst. Für einige sind Küsse auf den Mund oder der aktive Geschlechtsverkehr tabu. Ich distanziere mich aber nicht von der sexuellen Dienstleistung.

Ich habe keine klare körperliche Grenze und biete keinen bestimmten Service an. Bei einer klassischen Prostituierten wäre das wahrscheinlich anders.

Ich möchte aber auch noch einmal betonen, dass Sexualbegleitung nicht nur ein Angebot für Menschen mit Behinderung ist. Sie ist auch für sehr schüchterne Menschen gedacht, Menschen mit Missbrauchserfahrungen oder Menschen, die ihre Sexualität neu entdecken möchten.

Hat das mehr mit Gefühlen und Zärtlichkeit zu tun?

Viele glauben, dass es eine Art Sex „light“ oder Kuschelsex sei. Darum geht es aber nicht, sondern um ein authentisches Feedback. Die Klienten sollen wissen, was ihnen gefällt und wie sie Zärtlichkeit richtig ausüben können.

Sind deine Klienten eher jünger? Oder ist das bunt gemischt?

An mich wenden sich sehr viele junge Klienten – hauptsächlich Männer. Sie wollen wissen, was sexuell mit ihrer Behinderung möglich ist oder wie es vielleicht auch

anders funktionieren würde. So gehen sie vorbereitet in eine eigenständige Sexualität.

Es geht auch um Sicherheit, oder?

Es geht darum, das eigene Selbstbewusstsein zu entdecken. Und Selbstbewusstsein entsteht vor allem durch Erfahrung. Klar bekommt man auch von den Eltern oder Betreuern in den Einrichtungen Zärtlichkeit, aber man erfährt da ja Berührungen ohne romantischen Hintergrund. Die Intention ist dann nicht die erotische Zärtlichkeit. Meine Intention ist, gemeinsam herauszufinden, wie sich Sexualität anfühlt: Wie mag ich es gestreichelt zu werden? Wie berühre ich andere gern?

Wie bist Du auf den Beruf gekommen?

Ich hatte vor vier Jahren einen Bericht im Fernsehen über das Thema gesehen. Das blieb bei mir im Hinterkopf und hat mich beschäftigt. Ich war in einem integrativen Kindergarten und hatte deswegen zumindest schon Begegnungen mit Behinderten, außerdem hat meine Tante Trisomie 21. Vielleicht war es mir deswegen nicht so fremd. Ich glaube, dass ganz oft die „gesunden“ Menschen einfach Berührungsgangst haben.

Es ist aber schon ein ungewöhnlicher Berufswunsch.

Es war nicht so, dass ich seit frühester Kindheit Sexualbegleiterin werden wollte. Ich fand es einfach spannend, diese Begegnung mit jemandem zu haben. Und ich bin auch immer noch selbst aufgeregt.

Das Thema Sexualität von Behinderten ist insgesamt sehr tabuisiert. Welche Erfahrungen hast du?

Tatsächlich habe ich das Gefühl, dass die Gesellschaft eigentlich gar nicht so ein



DER SEX IST ANDERS, KANN ABER FÜR BEIDE PARTNER TOTAL ERFÜLLEND SEIN.



Problem mit dem Thema hat. Aber es ist immer noch nicht geläufig. Zum Beispiel können sich viele Leute immer noch nicht vorstellen, dass ein Mensch im Rollstuhl einen nichtbehinderten Partner haben kann. Sie glauben, dass Menschen mit Behinderung nicht so eine Sexualität haben können wie Menschen ohne Behinderung. Und das stimmt einfach nicht. Der Sex ist anders, kann aber für beide Partner total erfüllend sein. Man muss auf nichts verzichten. Ich glaube sogar, dass Beziehungen von Menschen mit Behinderung gegenüber Menschen ohne Behinderung auf lange Sicht erfüllter sind, weil man viel mehr über Sexualität redet. Man muss sich als körperlich oder kognitiv beeinträchtigter Mensch immer wieder mit dem Thema auseinandersetzen.

Wie geht eigentlich deine Familie mit deinem Job um?

Die haben die Entwicklung natürlich mitverfolgt. Es war ja nicht so, dass ich von einem Tag auf den anderen sagte, „ich bin jetzt Sexualbegleiterin“. Zuerst haben meine



Geschwister mitbekommen, dass ich mich mit dem Thema beschäftige, dann auch meine Mutter. Natürlich gab es ab und zu Fragen. Die erste war: Kannst du das überhaupt persönlich? Geht dir das nicht zu nahe und wenn ja, wie gehst du damit um?

Was hast du geantwortet?

Es geht mir nahe, natürlich. Aber ich kann mit dieser Nähe umgehen, ich kann mit der Vertrautheit umgehen. Und als sie dann merkten, dass das in Ordnung ist, dass mir nichts passiert und dass ich nicht angefeindet werde, hat ihnen das die Sorge genommen.

Wie kommt dein Freund damit klar?

Eine klassische Frage (lacht). Bei uns ist es sehr aufgeräumt, was die Sache mit dem Beruf betrifft. Für mich war klar, dass ich diese Arbeit machen möchte. Als ich ihn kennenlernte, habe ich ihm das auch sehr schnell erzählt. Er war von Anfang an sehr offen und hatte keine moralischen oder persönlichen Bedenken.

Hat sich schon mal einer deiner Klienten in dich verliebt?

Es gab mal eine Anfrage von jemandem, der sich dann doch nicht mit mir treffen wollte, weil er Angst hatte, er könnte sich in mich verlieben. De facto glaube ich aber, dass sich bisher niemand in mich verliebt hat. Männer trennen das relativ klar. Zwar entsteht natürlich eine Sympathie und Vertrautheit, die einfach dazu gehört – aber es ist immer klar, dass ich nur die Testpilotin bin, bei der man schaut, wie es geht.

Wie geht es bei dir weiter?

Ich will mich hauptberuflich selbständig machen und eine Praxis eröffnen. Das ist allerdings nicht so leicht, weil mein Job unter sexuelle Dienstleistungen fällt und das nicht überall erlaubt ist. Außerdem will ich auch Seminare für Einrichtungen und Familienangehörige anbieten, um den Umgang mit Sexualität behinderter Menschen zu vermitteln.

■ **Edith Arnold:**
www.sexualbegleitung-hamburg.de

Supervision/Coaching:
www.ninadevries.com

**Infos rund um Behinderung
und Sexualität:** www.kissability.de





BENEFIZ-FUSSBALLTURNIER AM 14. JUNI: HAMBURG ALLSTARS GEGEN PLACEBO KICKERS

PROMIS KICKEN MIT HERZ

Alle guten Dinge sind ... acht! Deshalb stehen sich im Juni zum achten Mal in Folge Promis und Ärzte beim Benefiz-Fußballspiel Kicken mit Herz gegenüber. Auch dieses Mal wird für den guten Zweck gestürmt, geflankt und geköpft: Alle Einnahmen kommen der Kinder-Herz-Station des UKE zugute.

Mehr als 30 Prominente und 5000 Fans werden das Stadion Hoheluft in Eppendorf wieder zum Beben bringen. Angekündigt haben sich u.a. Steffen Hallaschka, Tim Mälzer, Bjarne Mädel, Felix Magath, Peter Lohmeyer und Ex-Pauli-Kapitän Fabian Boll. Neben treuen Unterstützern werden auch wieder zahlreiche prominente Überraschungsgäste erwartet.

Das Erfolgsrezept des Benefiz-Kicks: Promis gegen Ärzte – Hamburg Allstars gegen Placebo Kickers. Im letzten Jahr konn-

ten die Hamburg Allstars einen furiosen 8:2-Sieg einfahren und so das Match nach zwei Niederlagen endlich wieder für sich entscheiden. Aber: „Fußballrevanche hin oder her, im Grunde steht ein Sieger von Kicken mit Herz bereits fest: die Kinder-Herz-Station“, so Prof. Dr. Thomas Mir, Initiator von Kicken mit Herz und leitender Oberarzt der Kinderkardiologie am UKE. „Für mich ist es einfach grandios, wie viele Menschen sich in dieser großartigen Stadt für diese originelle Form der Spendenakquise begeistern.“

Zahlreiche Aktivitäten rund um den Platz wie Kinderschminken, Torwandschießen und Tombola machen den Benefiz-Kick zum Fest für die ganze Familie.



Fotos: Oliver Reetz, Marcus Barthel

WANN? Sonntag,
14. Juni 2015.
Einlass ab 11.30 Uhr
WO? Stadion Hoheluft,
Lokstedter Steindamm 87,
22529 Hamburg
TICKETS und INFOS?
www.kickenmitherz.de





VON BLINDEN KICKERN UND VIEL LEIDENSCHAFT

Blindenfußball im professionellen Sinne ist in Deutschland noch recht jung. Seit 2008 gibt es die Blindenfußball Bundesliga, immerhin einzigartig in Europa. Der FC St. Pauli gehört von Anfang an dazu – schon seit 2006 trainieren unter dem Dach des Hamburger Kultklubs die blinden Kicker und Kickerinnen. Ich habe ein Training begleitet. Es war arschkalt.

Text: Alexander Schmelzer **W**

Es ist knapp unter Null Grad, fühlt sich aber an wie minus 100. Der Wind bläst eisig über den Platz. Es knistert unter den Sohlen, der Platz ist gefroren am Bildungszentrum für Blinde und Sehbehinderte am Borgweg. Coach Wolf Schmidt lässt sich davon nicht stören, steht an der Seite, macht klare Ansagen: „Philipp, zur Bande!“ Der hört aber nicht hin, konzentriert sich nur auf das Rasseln des Balls, den Serdi eng am Fuß führt. „¡Voy!, ¡Voy!“ ruft

Michael, damit Serdi, sein Gegenspieler weiß, wo er steht. „Voy“ ist spanisch und heißt „ich komme“. Die Spieler und Gegenspieler müssen die ganze Zeit rufen, um zu verhindern, dass man ineinander läuft. Denn alle auf dem Platz sind blind. Dass die Lichtbedingungen an diesem Abend übel sind, stört sie darum auch gar nicht. Eine weitere Besonderheit: Hier gibt es weder Geschlechter- noch Alterstrennung, alle spielen in einer Mannschaft.

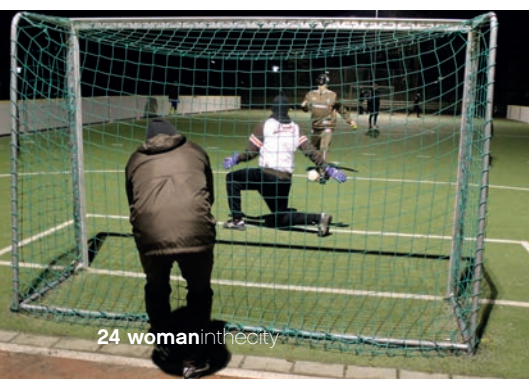
„Zehn, acht, sechs – heiß!“ ruft Maximilian. Als Guide hinter dem Tor sagt er den Spielern an, wie viele Meter sie vom Tor entfernt sind und ab wann sie schießen können. An seiner Stimme orientieren sie sich, um den Torwart – einziger Sehender in der Mannschaft – zu überwinden. Ihre Trefferquote: überraschend hoch – was aber auch ein bisschen am Torwart liegt.

Außer den Guides hinter den Toren gibt es noch Guides an der Seitenlinie. Sie sind die Augen der Spieler. Das Spielfeld und die Tore sind ähnlich groß wie beim Handball, an den Seitenlinien sind Bänder, die ins Spiel einbezogen sind und den Spielern auch zur Orientierung helfen. Überraschend ist, mit welcher Sicherheit die Spieler auf dem Platz agieren. „Es braucht jahrelanges Training, um den Ball über längere Strecken zu führen und zuver-

lässige Pässe zu spielen“, erklärt Maximilian – klappt aber richtig gut bei den Jungs. Bei Serdi scheint es, als könne er den Ball doch irgendwie sehen – so zielsicher und selbstbewusst, wie er unterwegs ist. Wohl deswegen war er auch Spieler der Deutschen Nationalmannschaft im vergangenen November bei der Blindenfußball-WM in Japan. Unser Team erreichte gleich bei der ersten WM-Teilnahme direkt das Achtelfinale. Gewonnen hat die WM am Ende übrigens – Überraschung – Brasilien.

Doch zurück auf das Spielfeld am Borgweg: Leidenschaft und Energie stecken alle Betreuer und Spieler in die ganze Sache. Es wird viel gerufen, angewiesen – und nicht zuletzt auch geschimpft. Gehört beim Fußball eben dazu. Plötzlich ist das Spiel unterbrochen. Micha hat den Ball an den Kopf gekriegt. Zwar ist seine Augenpartie durch Eye-Pads geschützt – Sportbrillen mit Polsterung vorn – aber wenn man den harten Ball ins gefrorene Gesicht bekommt, zwiebelt das eben trotzdem ordentlich. Entnervt reißt er sich die Eye-Pads von den Augen und geht vom Spielfeld.

Schluss für heute! Coach Wolf Schmidt pfeift das Trainingsspiel ab, es wären eh nur noch ein paar Minuten gewesen. Veröhnlich geht es dann aber doch zu Ende: Die Spieler und Betreuer treffen sich noch einmal im Kreis, bevor sie in die Kabine gehen. Die warme Dusche lockt. Micha erklärt, dass nicht die anderen Schuld sind an seinem Wutausbruch. War einfach kein guter Tag heute. Kennt jeder, der selbst schon mal gekickt hat. Aber am Freitag ist wieder Training, da kann die Welt schon ganz anders aussehen. Am 11. und 12. April gibt es kleine Turniere von 15 bis 18 Uhr am Borgweg 17a (Bildungszentrum für Blinde und Sehbehinderte BZBS).



UNSERE BENEFIZ-AKTION: EIN SEGWAY FÜR CHRIS

DANKE



Alexander Pach, Betreiber des Move Artistic Domes in Köln, hat das Event zugunsten von Chris organisiert.

Wir sind begeistert! Auf diesem Weg sagen wir DANKE für die tolle Unterstützung unserer Leser, Kunden und Partner, die uns in unserer Benefiz-Aktion für Chris so tatkräftig unterstützen. Knapp 9000 Euro sind bereits zusammen gekommen und auch der Hersteller hat sein Entgegenkommen bereits signalisiert. Unterstützung fand unsere Aktion auch bei Deutschlands größter Eventsporthalle Move in Köln. Dort wurde Ende März ein Tag der offenen Tür organisiert, bei dem Kinder, Jugendliche und Erwachsene Chris' Lieblingssportart Parcour ausprobieren und artistische Moves der Profis bewundern konnten. Der Verein behindert-barrierefrei e.V. bot vor Ort einen Parcours mit den umgebauten Segways der frankie GmbH an und freute sich über den Ansturm darauf. Gemeinsam mit Chris stellte Unterstützer Thorsten Pütger, der selbst wegen MS im Rollstuhl sitzt, das Gerät und die Möglichkeiten für Menschen mit Behinderungen vor. Die Einnahmen kamen ebenfalls unserer Aktion zugute. Insgesamt waren 710 Euro zusammen gekommen. Damit haben wir die Mittellinie jetzt bereits überschritten.



Rauschen hoffentlich bald gemeinsam mit ihren Segways durch die Gegend: Thorsten Pütger und Chris Calm.

JETZT SPENDEN

Jeder Euro zählt!

**Wer auch helfen möchte, kann dies unter folgendem Spenden-Konto:
Spendenkonto**

Kontoinhaber: ETSV Glückstadt e.V.

**IBAN: DE6322 2500 2000 9400 4850 bei der Sparkasse Westholstein
NOLADE21WHO**

Betreff: Ein Segway für Chris

■ www.myfrankie.de
www.behindert-barrierefrei.de
www.move-artistic.com

WIR VERSTEIGERN EIN ST. PAULI TRIKOT

Sie sind die Kiezhelden! Schon im vergangenen Jahr ist der FC St. Pauli in einem Benefizspiel gegen den ETSV Glückstadt angetreten, Heimatverein von Chris. **Jetzt versteigern wir auf ebay.de ein handsigniertes Trikot von Andrej Startsev**

vom 26. Spieltag der 2. Bundesliga. Es war der Integrationsspieltag der DFL. An diesem Wochenende hat St. Pauli auswärts beim 1. FC Union Berlin gespielt. Das Trikot ist Matchvorbereitet und mit einem Sonderbadge auf dem rechten Ärmel versehen. Andrej Startsev wurde kürzlich in die kasachische U21 berufen und stand im Kader beim EM-Qualifikationsspiel gegen Island am 28.03.2015.

Den genauen ebay-Link finden Sie unter www.witc-magazin.de



KRISTIN KOSSI MACHT

Urban Pop Art



All Stars Marilyn, 200 x 180 cm

Wer Kristin Kossi zum ersten Mal sieht, mag sich schnell in die Irre führen lassen. Die zierliche Künstlerin vermutet man eher in schönen Kleidern still vor der Kamera, als mit farbbeleckter Jeans selbstbewusst vor einer Leinwand. Und doch gehört es zu ihrem Leben. Damals, nach dem Studium, verdiente sie mit dem Modeln Geld. Doch so ganz gehörte es nie dazu. Ein Shootingstar allerdings ist sie geblieben – nur sorgt sie heute mit ihren Bildern für Aufsehen.

Rückblick: Als Tochter einer Ukrainerin und eines afrikanischen Kultur-Attachés wuchs die 37-Jährige in Moskau auf. Kein leichtes Leben für ein farbiges Mädchen, das als Exotin galt und die Blicke auf sich zog. Der Vater verließ die Familie früh. Mit dem neuen Mann an der Seite ihrer Mutter zog die Familie 1990 nach Deutschland – ein Umbruch in Kossis Leben, aber hier, in Hamburg, war sie nicht mehr so außergewöhnlich wie in Moskau. Kossi lebte sich schnell ein, die Malerei geriet ein wenig in den Hintergrund.

Sie studierte Mode-Design, begann zu modeln – international, weil ihre „Hautfarbe in Europa nicht zur Zielgruppe passte“. In Südafrika fasste sie Fuß. Und merkte schnell: In dieser Branche, in der Fotografen und Stylisten nur in der dritten Person vom Model

Laute Heavy-Metal-Musik schallt durchs 250 Quadratmeter-Loft. Kristin Kossi setzt ihre Atemmaske auf, greift zur Spraydose und tritt energisch an die Leinwand. Hier hat sie bereits mit Farbe gespritzt, gekratzt, geklebt. Die Wand dahinter ist längst nicht mehr weiß. Ihr ist das egal. Sie will nur eines: ein Kunstwerk schaffen. Kristin Kossi. Laut. Schön. Und auf dem besten Weg an die Spitze der Kunstszene.

Text: Ilona Lütje
Bilder/Kunst: Kristin Kossi
Fotos: Robert Grischek 



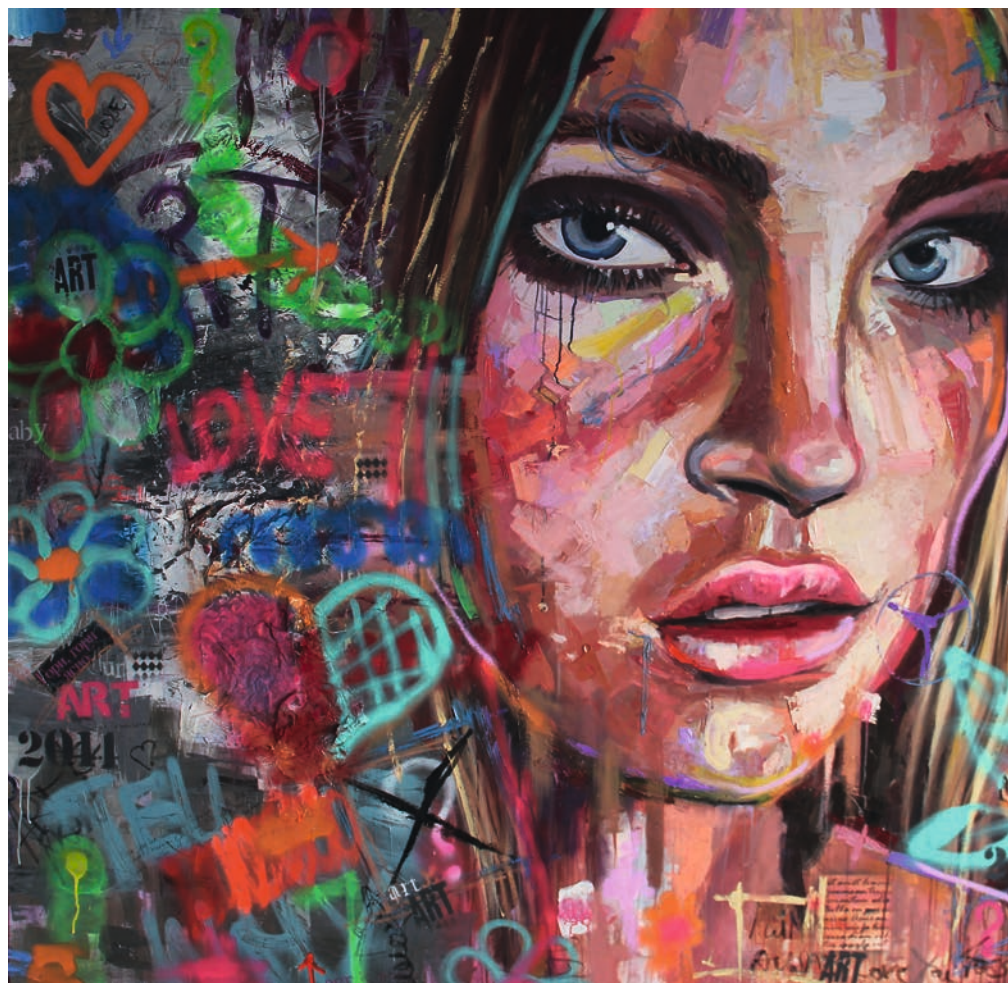
Ask for Answers, Acryl, Mixed Media auf Leinwand, 40 x 40 cm

sprechen, ist Mitdenken nicht gefragt. Kein guter Rahmen für einen klugen Kopf. Als Ausgleich malte Kossi: Stift und Zeichenblock waren ständige Begleiter zu den Shootings. Doch dann hängte sie kurzerhand Abendkleider und High Heels an den Nagel und widmete sich zu Hause verstärkt der Malerei. Ihr Freund, Ex-HSV-Trainer Thomas Doll, war es, der sie motivierte, aus der Berufung einen Beruf zu machen. Ihr wurde klar: „Die Kunst ist mein Leben!“

»HIER KANN ICH SO LAUT SEIN, WIE ICH WILL, UND SO WILD SEIN, WIE ICH WILL!«

Das Zuhause ist längst zu klein geworden für Kossis expressives Arbeiten und die XL-formatigen Kunstwerke, die sich manchmal über Wochen hinweg weiter entwickeln. Vor fast zwei Jahren zog sie darum in das große Garagen-Loft in Norderstedt. „Hier kann ich so laut sein, wie ich will, und so wild sein, wie ich will“, sagt sie lachend.

Ihre Kunst: ein Mix aus Realismus und abstrakter Pop-Art – auch wenn sie den Begriff dafür eigentlich gar nicht so richtig mag. „Ich nenne es urban Art“, sagt die Hamburgerin, „das passt zu den Graf-



Forest Girl, Öl & Graffiti auf Leinwand

fiti-Einflüssen und den Collagen.“ Ein zunächst realistisches Bild – Porträts wie Marilyn Monroe oder Luxus-Marken – wird von Kossi anschließend mit viel Farbe, Zeitungsausschnitten und einem energischen Pinselstrich abstrakt vollendet. Typisch für

die großformatigen Bilder: sie erzählen ihre ganz eigenen Geschichten, werfen einen kritischen Blick auf die moderne Gesellschaft. Gearbeitet wird mit Öl, Acryl, Spray – und für ein edleres Finish auch gern mal mit Autolack.



Death in Lipstick, Acryl auf Leinwand, 170 x 170 cm





„Chanel“, Acryl
auf Leinwand,
160 x 120 cm





Vintage of playboy, Acryl, Graffiti, Collage auf Leinwand, 170 x 170 cm

„Man braucht viel Mut für diese Kunst“, weiß Kossi, die sich immer mal wieder darüber ärgert, dass der 78-jährige Künstler Georg Baselitz einst in einem Spiegel-Interview betonte, Frauen könnten von Natur aus nicht malen. Ihnen fehle nicht das Talent, sondern die Brutalität, die große Kunst brauche. Kristin Kossi hat damit kein Problem: Wenn sie an der Leinwand steht, dann ist der Raum voller Energie. Sie malt inbrünstig, zerstörerisch. „Ich will keine Blümchen malen“, sagt sie. Ihr Traum: „Dass Frauen sich in der Kunst genauso etablieren können wie Männer.“ Kristin Kossi gehört bereits dazu. Ihre Kunstwerke sind mittlerweile international gefragt. Gerade ist ein Werk auf dem Weg nach Australien.


Mehr Infos unter: www.kristinkossi.com



Hippie Lover, Acryl und Aerospray auf Leinwand, 120 x 120 cm

.. KRÄHEN KREISEN UBERM KUHDORF

HURRICANE 2015: DIE COUNTING CROWS, PLACEBO UND JAN DELAY SPIELEN
AUF DEM EICHENRING IN SCHEESEL

Text: Andreas Daebeler 

Es ist Juni 2003. Ein verdammt heißer Tag. Adam Duritz betritt mit seinen Counting Crows die Bühne des Hurricane-Festivals. Die Sonne steht hoch. Die Bands mit den großen Namen kommen später. An diesem Tag ist es bereits neun Jahre her, dass Duritz in einem kleinen Studio an der amerikanischen Westküste „Mr. Jones“ eingespielt hat. Einen Song, der es nach Veröffentlichung gerade mal für zwei Wochen in die Charts schaffte. Und den trotzdem noch heute jeder kennt. Nein, in die Liga von Coldplay & Co. haben es die Kalifornier nie geschafft. Obwohl ihnen zu Recht grandiose Livepräsenz bescheinigt wird. Mitte Juni 2015 schließt sich der Kreis. Dann kehrt Adam mit seinen „Krähen“ zurück ins zwischen Hamburg und Bremen gelegene Kuhdorf. Nach Scheeßel. Der Gitarrist mit dem wunderbaren Namen David Immerglück wird diesen ersten Akkord anschlagen. A-Moll. Und der etwas rundlicher gewordene Adam wird singen. Diesmal vielleicht am frühen Abend. Noch immer kein Festival-Headliner. Aber längst ein Stück Musikgeschichte.

Das Hurricane 2015 – für Festival-Jünger im Norden ein Pflichttermin. Jahr für Jahr stopfen sie Gummistiefel, Gaskocher und Schlafsäcke in ihre Bollerwagen. Quälen sich über von Treckerreifen zerfurchte Äcker und Wiesen. Drei Tage lang Ausnahmezustand, wo sich sonst Fuchs und Hase gute Nacht sagen. Vom 19. bis 21. Juni. Auf dem Eichenring.

Klar ist schon jetzt, dass nicht nur blutjunge Fans das Gelände bevölkern werden. Schließlich sind neben den Counting Crows jede Menge Bands am Start, deren Songs schon in den 90ern aus den damals noch riesigen, von Eichenholz eingerahmten Boxen dröhnten. Placebo etwa. Die Combo um den stets bleichen Brian Molko, die 1996 auf der Bildfläche erschien, vom begeisterten David Bowie gleich mal mit auf Tour genommen wurde – um ein Jahr später mit dem Meister höchstselbst das wundervolle „Without You I’m Nothing“ einzuspielen. Placebo kommen mit neuem Drummer. Matt Lunn ersetzt Steve Forrest, der bislang die Sticks schwang.

HURRICANE

FESTIVAL 2015



Jan Delay



Counting Crows

Apropos 1996. Kein schlechtes Jahr auch für Noel Gallagher, dessen „Don't Look Back In Anger“ zum Soundtrack eines fuballberauschten Sommers wurde. Gut, Oasis sind ebenso Geschichte wie Berti Vogts, der seinerzeit den EM-Pokal aus England nach Deutschland entfuhrte. Egal. Gallagher spielt in Scheeßel. Und er spielt immer noch erste Liga. Jetzt mit den High Flying Birds. Einer Band, von der nicht wenige behaupten, sie sei den Britpop-Legenden Oasis musikalisch um Lichtjahre voraus.

The Notwist sind gar schon seit 1990 prsent – zumindest für Eingeweihte. Spätestens seit 2002 dürfen sich die Jungs um Frontmann Markus Acher zum Premiumsegment des deutschen Independent zählen. Seinerzeit erschien „Neon Golden“, noch immer Maßstab für eine Phalanx einheimischer Musiker.

Hurricane 2015 – so eine Art Seniorenentreeffen? Nein. Die Macher des Veranstalters fkp scorpio um Festival-Daddy Folkert Koopmanns haben das Zeitgenössische keineswegs vergessen. Marteria darf seine Reime bers Feld schleudern. Florence + The Machine haben sich ebenso angesagt wie Angus & Julia Stone, Jan Delay, die Alternative-Abramer von Alt-J – und Alligatoah.

70 000 Rockfans werden am Eichenring erwartet. Wer dabei sein will, der zahlt für das Kombiticket 149 Euro. Karten gibt es an bekannten Vorverkaufsstellen, im Internet unter www.hurricane.de sowie beim Anbieter Eventim.



Placebo



Nofx

MAGICAL MYSTERY: URAUFFÜHRUNG IM
ALTONAER THEATER

KARL SCHMIDT IST ZURÜCK!

Der Mann, dem einige der wichtigsten Zitate der Trinkerszene zu verdanken sind, ist zurück: Karl Schmidt. Der warnte mit Vorliebe seinen besten Freund „Herrn Lehmann“ – und eigentlich auch jeden anderen, der grad an der Bar saß: „Die Dehydrierung ist der größte Feind des Trinkers.“ Deshalb sollten auch immer alle an die Elektrolyte denken. Wer das Buch oder den Film „Herr Lehmann“ kennt, kennt Karl Schmidt. Von der Nebenfigur wird er nun endlich zum Hauptdarsteller im neuen Theaterstück „Magical Mystery oder: Die Rückkehr des Karl Schmidt“.

Eigentlich berühmt für seine Skulpturen, sitzt der Künstler seit der Maueröffnung in psychiatrischer Behandlung. Drogen und Partys in Kreuzberg hatten Karl aus der Bahn geworfen. Nach Jahren in einer Ex-Junkie-Wohngruppe, Hausmeisterjob und einem Leben in der Versenkung in Hamburg Altona, trifft er zufällig seine



alten Kumpels wieder. Die sind mit einem Techno-Plattenlabel zu Ruhm und Reichtum gelangt und wollen Karl engagieren als den Typen, der immer nüchtern ist, den Tourbus steuert und den Überblick behält. So beginnt eine verrückte Reise quer durch das Land, mit fetten Beats, skurrilen Dialogen, liebenswert verschrobene Technofreaks und: Karl Schmidt.

Das Theaterstück basiert auf dem 2013 erschienenen, gleichnamigen Roman von Sven Regner, der sich schon mit seinen Büchern „Herr Lehmann“, „Neue Vahr Süd“ und „Der kleine Bruder“ monatlang in den Bestsellerlisten festsetzen konnte.

Auch dieses Buch wird von der Kritik gefeiert als „große Satire“ (Süddeutsche Zeitung) mit brillanten und umwerfend komischen Dialogen (Deutschlandradio).

Das verspricht beste Unterhaltung auf der Bühne des Altonaer Theaters, welches mit diesem Stück in der Uraufführung am 3. Mai Premiere feiert. Bis zum 14. Juni haben dann die Besucher und Fans von Karl Schmidt die Möglichkeit, neuen Weisheiten dieses sympathischen und verdrehten Genies zu lauschen.

■ 3. Mai (Premiere) bis 14. Juni 2015
www.altonaer-theater.de



WORKSHOPS IN DER KUNSTSCHULE KRABAX

KREATIVE MAI-FERIEN

Eltern aufgepasst! Die Kunstschule KRABAX bietet spannende Workshops in den Maiferien. Vom 11. bis zum 13. Mai entwickeln Kids und Jugendliche tolle Geschichten und Bilder, entdecken ihr Talent und erleben, mit wie viel Spaß und Leidenschaft sie kreativ sein können. Das ist nicht so trocken wie in der Schule, sondern da werden mit den Kleineren Fantasiewelten aus 3 D gebastelt, mit den Größeren werden Poster und Illustrationen gestaltet und Modedesign selbst gemacht – vom Zeichnen über Nähen bis hin

zur kompletten Kollektion. Und das Beste: am dritten Tag gibt es eine große Ausstellung, wo die Kunstwerke gezeigt werden. Also schnell anmelden! Der dreitägige Workshop kostet jetzt 95 € statt 145 €, inklusive Material, Obst und Getränke.

■ Die Kunstschule Krabax
Sierichstraße 124

Mehr Infos gibt's auf
www.kunstschule-krabax.de oder unter
040-33426478



FOTOAUSSTELLUNG IM
MUSEUM FÜR VÖLKERKUNDE

LEBENDIGE KETTEN



Es ist eine Hommage an Afrika und seine Ketten: Für diesen Kontinent schlägt das Herz des Hamburger Fotografen Jérôme Kouadio. Er wuchs an der Elfenbeinküste auf, kam Ende der 90er in die Hansestadt. Im Völkerkundemuseum zeigt er jetzt seine Ausstellung „Lebendige Ketten“. Die Bilder vermitteln nicht nur ein positives Bild Afrikas; Kouadio hat auch eine Botschaft: Er bearbeitet darin die heutige Situation Afrikas und die Nachwirkungen der Kolonisation künstlerisch. „Frauen und Kinder sind die Leidtragenden der Misere in Afrika“, sagt er und bedauert, dass die wichti-

ge Rolle der Frauen für das Wohlbefinden der afrikanischen Gesellschaften noch immer nicht respektiert und anerkannt wird. Und: „Bildung darf für die Kinder kein Luxus bleiben, sondern muss Priorität haben – als Gewissheit für das Glück und den Wohlstand des Afrikas der Zukunft.“ Jérôme Kouadio präsentiert seine Bilder auf internationalen Messen (u.a. „Festival des Migrations, des Cultures et de la Citoyenneté“ in Luxemburg) und zahlreiche nationale und internationale Ausstellungen. „Lebendige Ketten“ ist bis zum 31. Mai zu sehen.

■ Museum für Völkerkunde
Rothenbaumchaussee 64 | 20148 Hamburg



WIR VERLOSEN KARTEN!

Gewinnen Sie mit uns
2 x 2 Tickets für die Premiere
von Dirty Dancing am 28. Mai.
Schreiben Sie uns einfach eine Mail
mit dem Betreff „Dirty Dancing“
und Ihren Kontaktdaten an
wto@wiener-kontor.de oder eine
Postkarte an womaninthecity,
Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.
Einsendeschluss ist der 13.5.15.

Die Gewinner werden unter allen
Einsendungen gelost, der Rechtsweg
ist ausgeschlossen.

EINER DER AUFREGENDSTEN TANZFILME KOMMT AUF DIE BÜHNE

DIRTY DANCING



Gerade erst wurde das neue Mehr! Theater am Großmarkt in Hamburg eröffnet und schon feiert es große Erfolge. Als erste Eigenproduktion von Mehr! Entertainment kommt dort jetzt einer der aufregendsten Tanzfilme aller Zeiten auf die Bühne. Die Neuinszenierung von „DIRTY DANCING – Das Original Live On Tour“ ist dort vom 27. Mai bis zum 19. Juni 2015 zu sehen.

Diese Produktion – bestehend aus einem hochkarätigen und international besetzten, 28-köpfigen Ensemble und einer Live-Band mit neun handverlesenen Musikern – wird garantiert Erinnerungen an den ersten

Tanz, die erste Liebe, die beste Zeit ihres Lebens wecken. Am Großmarkt, wo jährlich rund 1,5 Mio. Tonnen Obst und Gemüse umgeschlagen werden, bekommt Babys berühmter Satz „Ich habe eine Wassermelone getragen“ einen ganz anderen Klang. Neben den Original-Filmsongs „Time Of My Life“, „Hungry Eyes“ und „Do You Love Me“ untermalen viele zusätzliche Titel die weltbekannte Geschichte vom charismatischen Tänzer Johnny Castle und der naiven Teenagerin Frances „Baby“ Houseman. Momente voller Herzschlag-Musik machen DIRTY DANCING – Das Original Live On Tour zu einem einmaligen Live-Erlebnis.

Infos und Tickets: www.mehr.de

WENN HANS ALBERS AUF GRIECHISCHE MELODIEN TRIFFT, SIND DIE FLITZPIEPEN AM WERK

SEEMANNSGARN & HAFENLIEDER

Seemannslieder gehören zu Hamburg wie Arsch auf Eimer. Fast jeder Hamburger kann die Gassenhauer von Hans Albers und Freddy Quinn mitsingen. Nun endlich gibt es eine junge Hamburger Band, die aus den alten Klassikern modernen Poprock macht. Ich habe mich mit den Flitzpiepen stilecht in der Hafenkneipe Schellfischposten in der Nähe des Fischmarkts getroffen.

Text: Alexander Schmelzer **W**



Die Flitzpiepen, das sind Johnny, Käpt'n Bay Bay und Hein Mück. Eigentlich sind das nicht die richtigen Namen der drei Crewmitglieder – sie stammen aus Liedern von Hans Albers. Ich bleibe bei den Namen, denn die passen zu dem Seemanns-Mythos, den die drei auf der Bühne um sich aufbauen. Ich habe sie Anfang des Jahres live im Grünen Jäger gehört und war sofort von der eingängigen und extrem unterhaltsamen Musik angetan. Zeit, sie zu mal persönlich kennen zu lernen.

Zum Bierchen, welches wir uns genüsslich in der urgemütlichen Spelunke in den Hals stellen, konnte Käpt'n Bay Bay nicht



dazukommen. „Der ist gerade in Boston. Dort lernt er von einem Netzflicker im Hafen ein paar neue Basszupftechniken“, erklärt mir Johnny. Ich lache los, so ein Quatsch! „Nein, das stimmt wirklich“, sagt Hein Mück im Brustton der Überzeugung. Wer hier wem Seemannsgarn erzählt oder ob das am Ende sogar wahr ist – ich weiß es nicht.

Die Jungs, deren Heimathafen Hamburg ist, kennen sich vom früheren Musikstudium. Sie sind von der lokalen Seemannsmusik angetan: Hans Albers, Freddy Quinn, Shantys. Deshalb kamen sie 2012 zusammen, um den Liedern neues Leben einzuhauchen. Sie covern die Lieder nicht einfach, sie arrangieren sie komplett neu und modern mit Gitarre, Bass und Cajón. Sogar eine Melodika – ein Kinderblasinstrument aus Plastik – kommt im Programm vor: „Käpt'n Bay Bay raucht immer Pfeife auf der Bühne. Und da hat es schon ein Brandloch in der Melodika gegeben. Jetzt

pfeift der Käpt'n zwar aus dem letzten Loch, aber sie funktioniert dadurch noch besser“, bildet sich Johnny zumindest ein. Überhaupt ist auf der Bühne richtig was los. Nicht nur, dass die drei Leichtmatrosen ihre Instrumente ständig untereinander tauschen, auch der amtliche Seemanns-Schnack,

den sie sich um die Ohren hauen, ist extrem unterhaltsam.

Die Band hat auch eigene Seemannslieder im Repertoire. „In denen geht es natürlich um die typischen Themen wie Sehnsucht, Fernweh, Liebe und das Meer“, sagt Hein Mück, der Trommler der Truppe. Er spielt übrigens auf einer Kiste, die laut Aussage der Flitzpiepen aus der originalen Kajütentür von Klaus Störtebeker gezimmert wurde. Inspiration für die Lieder kommt dabei aus aller Welt: „Ich war letztes Jahr ein paar Wochen in Griechenland“, beginnt Johnny seine Geschichte, „in einem kleinen Café spielte eine Band Rembetikomusik, das wird als griechischer Blues bezeichnet, sehr rhythmisch. Sie luden mich ein, wir haben zusammen gejammt.“

Diese Musik blieb Johnny im Kopf und fand den Weg in die Lieder der Flitzpiepen: „Und so trifft Hans Albers auf griechische Melodien.“ Schnell fand das Anklang, zunächst im Freundeskreis. Durch Empfehlungen folgten kleinere und größere Auftritte. Der Spaß steht aber noch immer im Vordergrund, wie Hein Mück noch mal betont: „Wenn das Wetter im Sommer schön ist, dann setzen wir uns auch einfach irgendwo an den Hafen und legen los.“ Im Sommer ist eine Tour geplant: „Es soll eine Kneipen- und Campingplatztour an der Ostsee entlang werden, hier und da spielen wir vielleicht einfach aus dem Bully raus“, sagt Johnny grinsend. Und dann werden die Segel gesetzt, mit Rückenwind und immer einer Handbreit Wasser unterm Kiel.



FETTES LINEUP AN DER NORDSEE

DEICHBRAND

Petrus feierte beim 10. „Deichbrand“-Geburtstag kräftig mit: Sonne pur, mehr als 30 Grad und ein grandioses LineUp machten das Rockfestival an der Nordsee zu einem echten Sommerhit. Auch in diesem Jahr sind fette Acts geplant: Rund 80 Bands, Djs und Slammer stehen vom 16.-19.Juli am Seeflughafen Cuxhaven auf der Bühne.

In den vergangenen Jahren hat sich das Festival kräftig gemausert und kann mit echten Highlights auftrumpfen. Schon die ersten Band-Bestätigungen konnten sich mit Beatsteaks, Fettes Brot, Kraftclub, Deichkind und Mando Diao sehen lassen. Doch mit

The Kooks und The Subways haben die Veranstalter noch einmal internationale Größen nachgelegt. Clueso, Bosse, The Wombats, Fritz Kalkbrenner, Donots, Tocotronic, Thees Uhlmann, Jennifer Rostock, Schandmaul, Montreal und viele mehr sind ebenfalls mit von der Partie. Erwartet werden auch in diesem Jahr wieder und 40.000 Festivalfans.

Fast schon Ausnahmeerscheinung: Mit 112 Euro ist das Kombiticket inkl. 10 Euro Müllpfand für alle Tage sogar überschaubar. Tagestickets sind ebenfalls erhältlich. www.deichbrand.de/tickets

KOMÖDIE  WINTERHUDER FÄHRHAUS

22.5. bis 12.7.2015

Der Kurschattenmann

Eine Lachkur von René Heinersdorff / Regie: Horst Johanning



Foto: Oliver Fantisch

mit
**Jochen Busse,
Simone Rethel,
Christiane Rücker,
Christine Schild
und Ingrid Steeger**



Foto: picture alliance - dpa - Horst Ossinger



Gastronom
Danilo Del Favero
mit Love Newkirk



Saxophonspieler Inusa Dawuda
www.inusadawuda.com

NEUES GASTRO-HIGHLIGHT IM MÜHLENKAMPER FÄHRHAUS

HENNY'S

Die weiße Villa im Hans-Henny-Jahnn-Weg / Ecke Mühlenkamp erstrahlt in neuem Glanz: Mit einem rauschenden Fest hat Erfolgs-Gastronom Danilo Del Favero im Mühlenkamper Fährhaus ein neues Highlight am Hamburger Gastro-Himmel eröffnet. Mehr als 500 Gäste feierten das neue Restaurant, darunter die Schauspieler Nina Bott, Jimi Blue Ochsenknecht und Dustin Semmelrogge, Hausmeister Rudi alias Thorsten Laussch, Profiboxer Ismail Özen, HSV-U19-Trainer Otto Addo und viele mehr.

Um die Villa aus dem 18. Jahrhundert auf Vordermann zu bringen, hat Inhaber Del Favero rund eine Million Euro investiert. Ein Highlight: der verglaste Veranstaltungsraum in der ersten Etage mit dazugehöriger Terrasse, der sich vor allem für Meetings und Events eignet.

Inhaber und Küchenchef Del Favero, Kennern bestens bekannt für das „Dante“ in Großhansdorf, setzt auf deutsche Küche mit internationalem Flair. Kulinarisch verschmelzen Welten und Geschmäcker – von der traditionellen Rinderroulade über Pasta mit Trüffel bis hin zu hochwertigem Sushi. Gehobene Küche, aber bezahlbar ist das Motto. Mittagstisch gibt's für unter zehn Euro.



38 womaninthecity



■ Henny's
Hans-Henny-Jahnn-Weg 1 | 22085 Hamburg
Tel.: 040 20 76 99 50
www.hennys-hamburg.de



6-WOCHEN-PROGRAMM MIT 12 EINFACHEN REGELN:

CLEAN YOUR LIFE



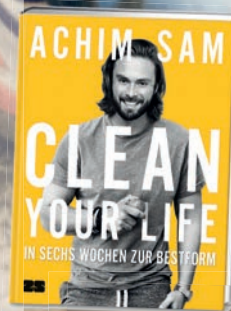
Diäten und Detox-Programme haben vor der Bikinisaison Hochkonjunktur – und ein Problem gemeinsam: Man respektive frau verliert vor allem Wasser und Muskelmasse, mit dem Start der normalen Ernährung ist die Gewichtszunahme programmiert und der Jo-Jo-Effekt lässt grüßen. Achim Sam kennt das. Lange Zeit litt er unter Gewichtsproblemen. Dann hatte er das Dicksein dicke und speckte mit einem besonderen Mix aus Bewegung und Ernährung mehr als 20 Kilo ab.

Achim Sam ist ein Mann, dem man gern einen Blick hinterher wirft. Typ Surfer. Umwerfendes Aussehen. Und vor allem: eine Ausstrahlung, die von Energie und Lebensfreude pur erzählt. Das war nicht immer so. Denn der 34-Jährige wuchs mit vollen Tellern auf – und das sah man ihm auch an. Schon als Jugendlicher hatte er mit Gewichtsproblemen zu kämpfen. Die Umstände machten es später nicht viel besser: Morgens schnell duschen, Coffee to go, schnell zum Job. Zwischendurch einen Fastfood-Happen essen, nebenbei Mails und Facebook checken. Abends kurz einkaufen, mit Freunden treffen oder auf die Couch, schnell ins Bett, morgen mit Vollgas weiter. Der ganz normale Wahnsinn.

Bei Achim Sam kam der Kollaps an einem Montagmorgen: kalter Schweiß, Atemnot, Herz-Kreislauf-Zusammenbruch, Defibrillator, Krankenhaus. Er

nahm den Warnschuss ernst und entschied sich sein Leben zu ändern – mit allem, was Körper, Geist und Gesundheit gut tut. Nach kurzer Zeit fühlte er sich wie neu geboren: Heute sind seine Blutwerte ein Träumchen, der Körperfettanteil hat sich stark reduziert, während die Kraft sich immer weiter steigerte. Achim Sam fühlt sich heute so fit und gesund wie nie zuvor. Aus diesem Erfolgs-Konzept entstand das 6-Wochen-Programm Clean Your Life mit 12 einfachen Regeln, einem hocheffektiven Workout ohne Geräte und wertvollen Eat-Clean-Rezepten.

Der Ernährungsexperte und Bestsellerautor hat mit CLEAN YOUR LIFE ein ganzheitliches Programm entwickelt, in dem es um mehr als ums besser Essen geht: Natürlich essen und trainieren, aus Fett Muskeln machen und im Alltag entspannter werden. In den USA ist die cleane Ernährungsweise



VERLOSUNG

Wir verlosen 3 x 1 Buch CLEAN YOUR LIFE. Schreiben Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Clean your life“ und Ihren Kontaktdaten an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg. Einsendeschluss ist der 10. Mai 2015. Der Gewinner wird unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

bereits ein Megatrend. Clean Your Life ist genau richtig für alle, die ihr Leben aufräumen möchten, für Noch-Nicht-Sportler und Aktive jedes Leistungslevels und für alle, die Fettpolster verlieren, Muskeln gewinnen, ihren Arzt mit Top-Werten überraschen und ein strahlendes Aussehen möchten. (ilo)



Happy 826

DER HAFEN FEIERT GEBURTSTAG

Der größte Seehafen Deutschlands und, laut Umfrage hier in unserer Hamburger Redaktion, auch der schönste Hafen der Welt hat Geburtstag. Das bedeutet neben völlig überfüllten Plätzen und Wegen und Unmengen von Touristen auch eine der schönsten Veranstaltungen Hamburgs.

Mit 200 Veranstaltungen für mehr als eine Million Besuchern an drei Tagen trumpft der Hafengeburtstag in Hamburg auf. Vom 8. bis zum 10. Mai herrscht wieder Ausnahmezustand und Feierlaune beim größten Hafenfest der Welt. Klassischerweise geht es los mit der Einlaufparade, bei der vom Holzdrachenboot über Barkassen und Windjammer bis hin zu Kreuzfahrtschiffen auf der Elbe so viel los ist, wie sonst nur auf der A7 im Berufsverkehr. Angeführt wird die Parade

diesmal von der „Gorch Fock“, dem Segelschulschiff der Marine. Von der Hafency bis über den Fischmarkt hinaus gibt es auf haufenweise Bühnen Live-Musik. Rock und Pop, Folk und Punk sollen dabei die Beine des feierwütigen Volks zum Wippen bringen, die Stars Mark Forster und Laith al-Deen zeichnen sich verantwortlich für die Hymnen zum Mitsingen. Der gern gesehene Geburtstagsgast ist dieses Jahr Niederlande-Groningen und präsentiert sich an der Kehrwiederspitze mit Kulina-

rischem und Kulturellem aus dem Nachbarland. Klassiker des Hafengeburtstages, wie das Schlepperballett, werden natürlich genau so wenig fehlen, wie die Fischbrötchen und 1000 weitere Imbisspezialitäten von nah und fern. Kleiner Tipp: Auf der gegenüberliegenden Seite der Elbe, an den Musicaltheatern, lassen sich die Paraden auf der Elbe oft entspannter betrachten, als an den meist sehr gut besuchten Landungsbrücken.

■ 8. bis 10. Mai 2015

Besuchen Sie auch:



entdecken • erleben • mitmachen
CHOCOVERSUM
by HACHEZ

Meßberg 1 | 20095 Hamburg | www.chocoversum.de



Auch die deutsche Süßwarenindustrie schaut auf Hamburg, denn über den Hafen kommt der wichtigste Bestandteil der Schokolade ins Land: der Kakao. Wie aus den bitteren Bohnen feine Schokolade wird, kann man hautnah im Chocoversum by Hachez erleben. Täglich von 10-18 Uhr geöffnet.

INTERESSENGEMEINSCHAFT ST. PAULI UND HAFENMEILE E.V.

GEMEINSAM FÜR ST. PAULI

www.igstpauli.de



Conni trifft

den Professor für Spuren
– Rechtsmediziner Klaus Püschel



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



Nicht im Leben rechnete ich damit, ihm zu begegnen, denn wer ihn trifft, ist in der Regel tot. Das grausame Germanwings-Unglück trieb mich zu ihm, ich wollte Antworten auf Fragen. Ich werde bereits abgeholt und hinein geleitet in sein Büro. Ein herrliches Chaos – es türmt sich, was sich türmen lässt: Ordner, Bücher, Notizen, Akten, meine Augen fahren Looping. Da oben der Schädel im Regal (ich erfahre später, es ist die Plastik seines eigenen!), eine Horde an Büchern, auf vielen steht sein Name. Hier ist alles voll, und ich weiß, hier wird gesammelt, sortiert, aufgearbeitet, was alles andere als mit „natürlichem Ableben“ zu tun hat.

An der langen Schrankwand ein wunderschönes Sammelsurium persönlicher Fotos und Notizen. Dann ist er da! Er, der berühmte Professor für Rechtsmedizin, Bekanntheitsgrad: weltweit! Seit 40 Jahren in Hamburg zu Hause – am UKE. Ich weiß, er ist noch so viel mehr, aber heute bleibt nur Zeit für eine Handvoll Fragen. KLAUS PÜSCHEL, Jahrgang 1962, 3 Kinder, 5 Enkel, verheiratet seit 38 Jahren, geboren im Osten, zu Hause in HH. Ich reiche ihm die Hand und bilde mir ein, sie habe eben noch mit einem Werkzeug menschliche Gebeine abgetrennt oder zusammengeknüpft, auf der Suche nach Wahrheit.

Bevor ich meine erste Frage stellen kann, fühlt sich der Raum plötzlich und ich bin Zeuge einer dort natürlich alltäglichen Konversation. Willkommen im Leben! Professor Püschel ist ein charismatischer Mensch, hoch gewachsen und stolz in der Haltung. Er wirkt so klar und geerdet, reißt so viele Geschichten an, nennt so viele Beispiele, Transparenz statt Schweigepflicht! Es fallen Fälle und Namen, die selbst mir Begriffe sind: Pinzner, Barschel, Säurmörder. Einsätze in Indonesien, in Eschede etc..

Wie reift so ein Berufswunsch bzw. die medizinische Richtung? Püschel spricht von einem Schlüsselerlebnis: die Vorlesung beim Hochschullehrer Prof. Brinkmann in Hannover. Derart beeindruckend und toll – das sollte auch sein Weg sein! Ich will wissen, ob es einen Unterschied macht, Kinder oder Alte zu sezieren. „Nein!“ Innerlich protestiere ich fast, weil doch das eine Menschenwesen kaum nach vorn schauen durfte, während das andere bereits zurückschauen kann.

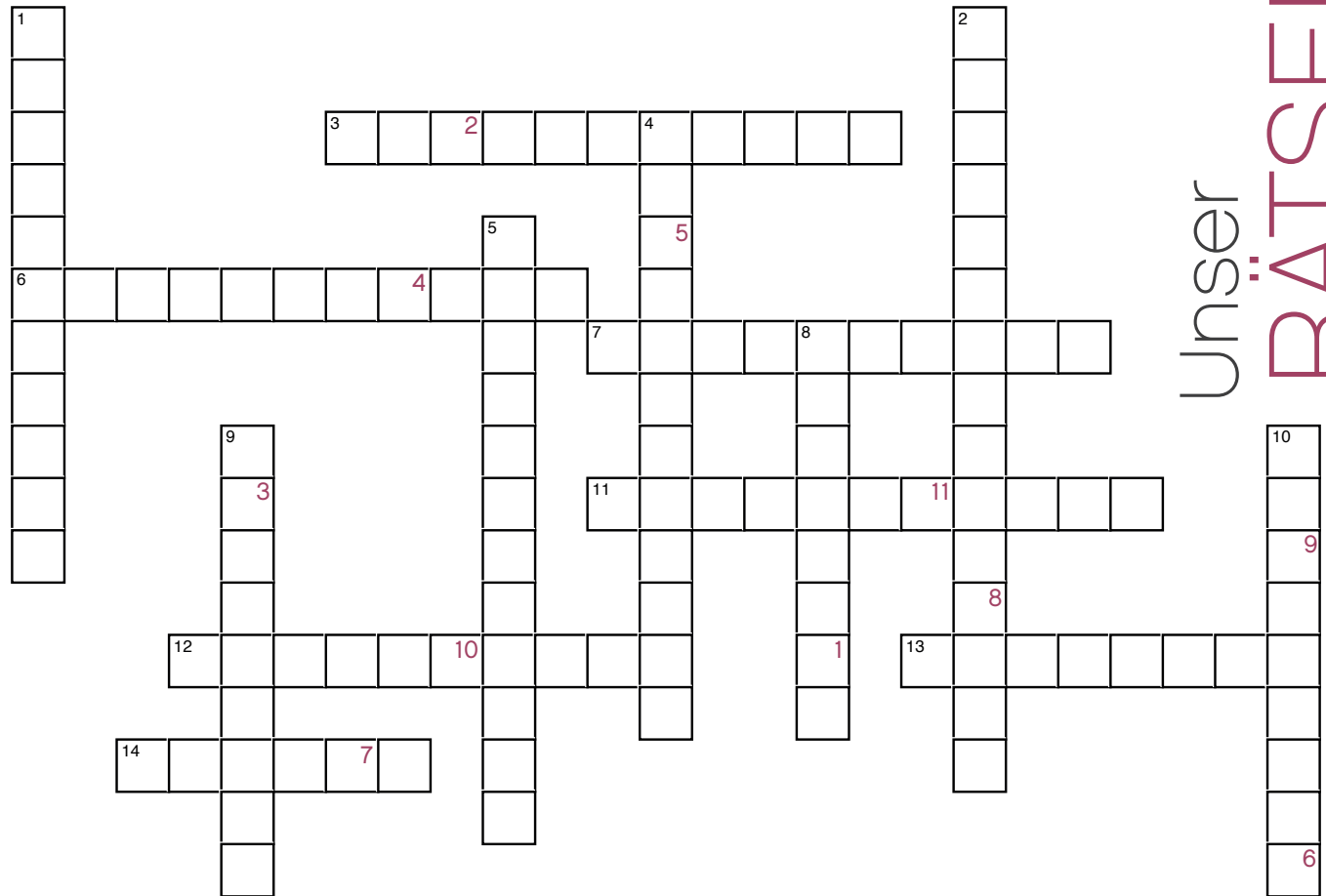
Ob er sehen kann, wann eine Seele den Körper verlassen hat? Oh je, zurück mit meiner Frage! „Seele? Ein Begriff, den die Religion erschaffen hat. „Ich glaube nicht an Seele, es gibt nur DNA! Ich glaube, was ich sehen und beweisen kann. Charakter, Persön-

lichkeit, ja – aber Seele?“

Püschel ist viel, aber vor allem ist er ein Überzeugungstäter! Seine Interessensbereiche sind profund, aber besonders alte Geschichte wird bei ihm lebendig: der Schädel vom Störtebeker – ich denke an die „Körperwelten“ vom Hagens – natürlich sind die beiden Freunde! Jetzt will ich unbedingt die Kellerräume sehen! Viele Meter legen wir zurück, steigen Treppen hinab, vorbei am Giftlabor und an Räumen, in denen Menschen warten. Der Prof spricht vom Lernen der Unterdrückten, von den Schattenseiten des Lebens. Und dass dank seiner Untersuchungsergebnisse und Beobachtungen Veränderungen möglich seien.

Bis zu 120 Verstorbene können hier bis max. 4 Tage „ruhen“. Er öffnet eine Kühltür, ich sehe blaue Füße, rieche die Fäulnis, die durch die Räume zieht. Tod und Verwesung, und ich mitten drin. Kurze Berichte, zum Beispiel über ein Opfer mit Zigarettenstummeln in der Scheide. Ich werde heute Nacht vielleicht kaum schlafen können. Ich! Ein Körper ohne Seele? Vielen Dank für diese besondere Begegnung. Für den Blick dahinter. Ich wünsche Klaus Püschel die gewünschten Gelder für sein Projekt bei bahnbrechenden Fortschritten in der Obduktion!





Unser
RÄTSEL



WAAGERECHT

- 3. Wo ist das Atelier von Kristin Kossi
- 6. Singen gern Seemannslieder
- 7. Rockfestival an der Nordsee
- 11. Begleitet Menschen mit Behinderung bei ihren ersten sexuellen Schritten
- 12. Spenden ein Trikot für unsere Benefizaktion „Ein Segway für Chris“
- 13. Vergibt den IDEE-Förderpreis
- 14. Verschickt Genuss für Körper und Seele

SENKRECHT

- 1. Die Nummer 1 gegen Falten
- 2. Komödie im Winterhuder Fährhaus
- 4. Müssen wir Tag für Tag bezwingen
- 5. Beliebtes Ausflugsziel im Alten Land
- 8. In welchem Stadion wird für den guten Zweck gekickt
- 9. Festival am Eichenring
- 10. Impulsives Training

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 witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg

Einsendeschluss ist der 15.5.2015. Die Gewinner werden unter allen Teilnehmern gelost. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Anspruchsvolle Individualisten lieben sie: Die Wohnaccessoires von Kollektion Wendt aus edlen Doupion-Seidenstoffen. Wir verlosen 2 x 1 exklusives Seidenkissen nach dem Design der Hamburgerin Kathrin Fedder-Wendt mit dem aufgestickten Distelblatt-Logo.



IMPRESSUM:

Herausgeber:
WKM Wiener Kontor Marketing und Verlag GmbH
Jarrestraße 80 | 22303 Hamburg
Fon: +49.40.69 646470 | Fax: +49.40.69 6464729
witc@wiener-kontor.de | www.wiener-kontor.de

Geschäftsführung: Daniela N. Barth, Ilona Lütje

Redaktion: Ilona Lütje (v.i.S.d.P.), Anna Trine Berndt-David, Constanze Köpp, Jennifer Meyer, Alexander Schmelzer, Katja Schormann, Gion Tödter (online)

Anzeigenvertrieb & Marketingberatung: Daniela N. Barth (Ltg.), Gesa Elstermann, Robin Becker, Denise Delewski, Malú Schmidt-Carstens

Kreation: Janine Schreuer

Litho: Jasmin Duszynski, www.jasminduszynski.de

Druck: Lehmann Offsetdruck GmbH, Norderstedt

Auflage: 25.000

Vertrieb: Eye Catcher, Hamburg



Online:

www.witc-magazin.de
www.facebook.com/womaninthecity.hamburg
www.twitter.com/WomanInHamburg

woman in the city erscheint zweimonatlich und wird kostenlos an 350 Orten rund um die Alster verteilt. Ein Abo kostet 18 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.

BUNDESWEITE STUDIE: **FETT WEG** *frieren*

DAUERHAFTES FATBURNING MIT LIPO-FREEZER?

**250 weibliche
Testpersonen gesucht!**

Studien-Ablauf:

1. WOCHE - Fettumwandlung

- **Beratungsgespräch + Körperzonen-Auswahl**
- **2 x LIPO-Freezer - NEU IN EUROPA**
wandelt träges weißes Fett bei 0,6°C in körpereigene braune Fatburner um: dadurch werden überflüssige Kalorien schneller verheizt & dauerhaftes Fatburning ermöglicht - ohne Jojo-Effekt!
- **2 x body 'n soul training** verstärkt die Muskeltätigkeit

2. WOCHE - Gewichtsreduktion

- **1 x Körperwickel** erhöht die Fettverbrennung
- **2 x body 'n soul training** verstärkt den Abnehmeffekt
- **Ernährungsleitfaden** erleichtert das Abnehmen

3. WOCHE - Body Styling

- **1 x LIPO-Laser** schmilzt Problemzonen punktgenau
- **1 x body 'n soul training** formt die Muskulatur
- **Erfolgs-Figuranalyse** mit Abschlussinterview

Für den hohen apparativen Aufwand wird eine einmalige Gebühr von € 139,- (statt €318,-) erhoben.

Gleich anmelden!

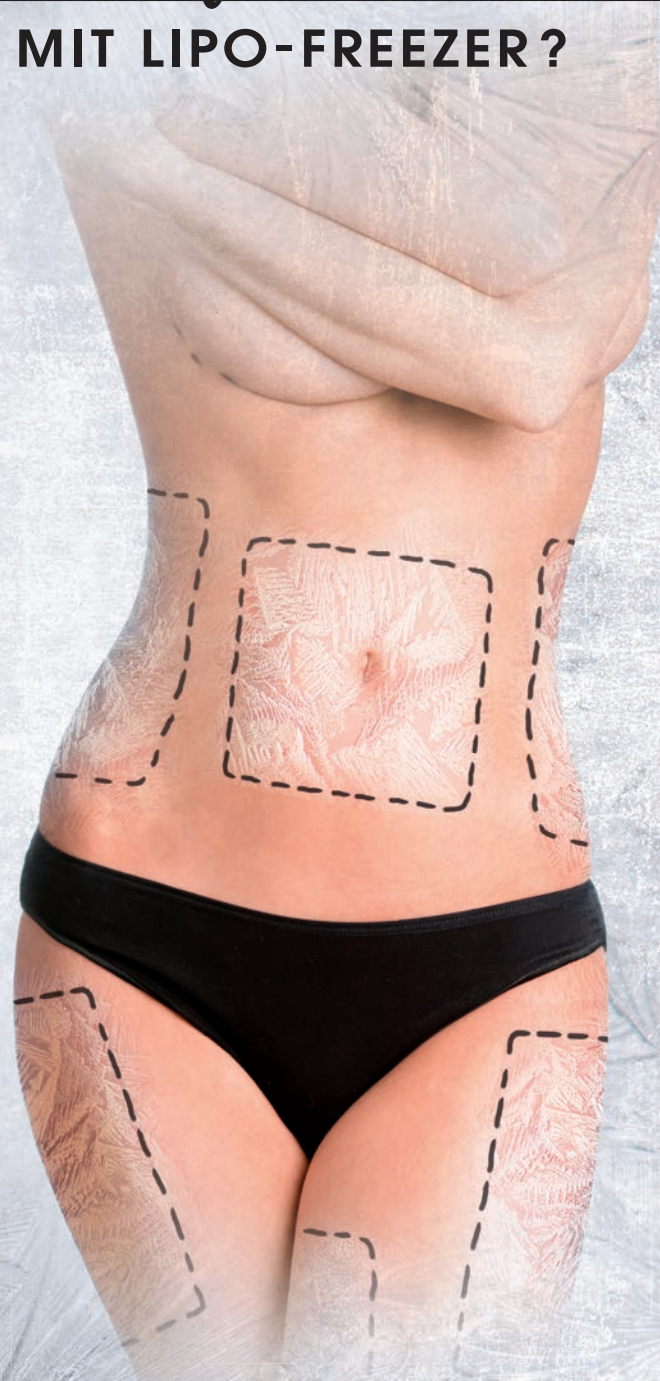
www.shape-line.de/freezerstudie



Die Studie wird durchgeführt in:

22177 Hamburg | Fabriciusstr. 93

☎ 040/870 958 39



**NEU IN EUROPA!
EXKLUSIV BEI SHAPE-LINE**

DAS NEUE MERIDIANS SPA BARMBEK

**JETZT
TESTEN!**



NEU

MeridianSpa Barmbek
Fühlsbüttler Str. 405 • 22305 Hamburg
040/65 89-140 30 • www.meridianspa.de



MERIDIANS SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.