

woman

HAMBURG

X-MAS Special 2015

in the city

JAHRESRÜCKBLICK

Das war unser 2015

ADVENT, ADVENT

24 tolle Türchen nur für Sie!

CONNI TRIFFT

Haudegen Eddy Kante



ENI AKSOY: MODEL, MUSIKERIN, FLUGBEGLEITERIN UND

Jongleurin

zwischen den Kulturen

MANDO DIAO R.E.M. NO DOUBT
KID ROCK DIE TOTEN HOSEN
FOO FIGHTERS SUNRISE AVENUE
GEORGE EZRA ERIC CLAPTON
RED HOT CHILLI PEPPERS GREEN
DAY JAY-Z TRINITY JACK STALLER
SNOW PATROL AC/DC DEPECHE
MODELS BARRY SHAPIRO
ONE REPLICANT O DENBERG
COLLEEN HAYES
NICKELBACK STAINED WIND
HERBY LOOMIS
DIE ARZTE GUNS N' ROSES BILLY
IDOL NIRVANA ROLLING STONES
ED SHEERAN LIMP BIZKIT LINKIN
PARK MANDO DIAO R.E.M. NO
DOUBT KID ROCK DIE TOTEN
HOSEN SUNRISE AVENUE

DAS HÖRT

SIE

106,8
alsterradio

rock 'n pop

Unsere Top 10-Wunschliste

1. Glühweinflatrate
2. Lebkuchen ohne Kalorien
3. übertrieben viele Geschenke
4. mehr Praktikanten
5. jemand, der die Post hoch holt
6. Lautstärkereglер für den Redaktions-Hund
7. Tank-Top-Tuesday
8. mehr Glitzaaa und Lamettaaa
9. für jeden einen Adventskalender
10. sexy Santa

*Merry X-Mas!
Euer womaninthecity-Team*



www.fleesensee.de

*... ich wünsche mir
Zeit zum Wohlfühlen.
Zeit für Fleesensee!*



Foto: Berry Behrendt

28



33



10

X-Mas Special 2015



- SHOPPING **8** **DAS WILL ER AUCH!**
Unsere Weihnachtsgeschenk-Tipps für Männer
- JAHRESRÜCKBLICK **10** **DAS WAR UNSER 2015**
Tolle Menschen & bewegende Geschichten
- HEALTH & BEAUTY **14** **WINTERCHECK FÜR HAUT & HAAR**
So kommen Sie gepflegt ins neue Jahr
- ADVENTSKALENDER **22** **24 TÜRCHEN NUR FÜR SIE**
Mitmachen und gewinnen
- INTERVIEW **28** **ENI AKSOY: SO GEHT INTEGRATION**
Jongleurin zwischen den Kulturen
- KULTUR **32** **LIEBE STIRBT NIE**
Das Phantom der Oper kehrt zurück
- KOLUMNE **33** **CONNI TRIFFT...**
...Haudegen und Kult-Bodyguard Eddy Kante

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
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, Alexander Schmelzer, Katja Schormann

Anzeigenvertrieb & Marketingberatung:

Daniela N. Barth (Ltg.), Denise Delewski, Malú Schmidt-Carstens

Kreation: Janine Schreuer, Timon Rädtsch

Litho: J. Duszynski, www.jasminduszynski.de

Druck: NEEF+STUMME, Wittlingen

Auflage: 25.000

Verteilung: 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 auszugswei-



se, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Eine Veröffentlichungsgarantie kann nicht gegeben werden. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

***GEWINNSPIELE: Teilnahmebedingungen**

Schreiben Sie uns eine Mail mit dem jeweiligen Betreff und Ihren Kontaktdaten an witc@wiener-kontor.de oder eine Postkarte an womaninthecity, Jarrestraße 80, 22303 Hamburg.

Die Gewinner werden unter allen Einsendungen gelost, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Teilnahme über Gewinnspiel-Agenturen oder sonstige Dritte, die den Teilnehmer bei einer Vielzahl von Gewinnspielen anmelden, ist ausgeschlossen.



TITEL:
womaninthecity
 ENI AKSOY

FOTO:
 BERRY BEHRENDT

MAKE UP:
 CHANTAL DOMINIQUE
 HANOLD

VORSCHAU **FEBRUAR 2016**
 Die nächste Ausgabe
 erscheint am 8. Februar 2016

Adventspräsentation 2015

Wir freuen uns, Sie vom **20.11. bis 04.12.** zu feinem Punsch, kleinen Leckereien und attraktiver Wintermode in unser festlich geschmücktes Landhaus einzuladen.

- ★ Interessante Kombinationen aus Leder, Lammfell, Pelz und Stoff
- ★ Kuschelige Winter-Accessoires
- ★ Weiche gemütliche Decken und Kissen
- ★ Liebevoll ausgewählter Schmuck
- ★ Kleine kreative Präsente

Wir freuen uns auf Sie in der Ausstellungszeit von **Montag bis Sonntag täglich von 10-17 Uhr**

Für Ihre individuellen Wünsche bitten wir um Anmeldung per Telefon oder Mail.

APMANN'S
 design im landhaus



Sportliche Weihnachtsgeschenke sind ein selbstverständlicher Teil der schwedischen Weihnachtstradition. Wir haben eine Fülle an sportlichen Weihnachtsgeschenken, die sich unterm Weihnachtsbaum aktiver Familien besonders gut machen. Bis dann!

SOC
Laufoberteil + tights
Setpreis

49,90

Statt 39,90/39,90

SOC W GAIT WARM ZIP/ RUN FLEECE TIGHTS. Laufoberteil mit einer angerauten Innenseite aus Funktionsmaterial mit guten feuchtigkeitsttransportierenden Eigenschaften. **Auch in Schwarz erhältlich.** Laufhose mit Fleece für mehr Wärme und einer Tasche, in die ein Handy oder ein mp3-Spieler passt. Damengrößen.

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

Stadium Altona, 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

Kleine Geschenke. Große Wirkung.

Bring deine ausgedienten Produkte in die
Sammelcontainer von Human Bridge in
unseren Filialen. Dann sorgen sie dafür,
dass Menschen die Produkte bekommen,
die sie wirklich brauchen. Produkte, die
zu abgenutzt sind, werden recycelt.

Vielen Dank für deine Spende.
Sie kann etwas bewegen!

*re:activate verfolgt keine kommerziellen Ziele. Du musst keine
alten Produkte abgeben, um von den unterschiedlichen
Angeboten profitieren zu können.*



shopping
das
will
er auch!



SOUNDTASTISCH

Kleines Tonwunder in Totenkopf-Optik, kann einfach an Tasche oder Hosenschlaufe gehängt und überall mit hingenommen werden. (Bluetooth, iPod Lautsprecher für alle Modelle von iPods, iPhones und MP3 Playern, Audioeingang für CD Player oder andere Musikplayer).

89 Euro | www.jarre.com

TIME FOR VINYL

Die Zeit zurückdrehen und das Zeitalter des Vinyls wieder aufleben lassen? Kein Problem mit dieser ebenso trendigen wie individuellen Wanduhr aus einer originalen Schallplatte! Nicht nur für Liebhaber guter Musik!

15,90 Euro | www.geschenkidee.de



OTTOS BRISE

Frisches Lüftchen, ob im Büro oder Zuhause. Otto hilft mit einer sanften Brise oder lässt die Fahnen auf Sturm stehen! Dank seines regulierbaren Industriegebläses kann die Luftumwälzung variiert werden. Der Bambus-Ring stammt aus ökologisch nachhaltigem Anbau. Die Ventilatorflügel sind einfach zu reinigen und die Neigung verstellbar.

149 Euro | www.kleinundmore.de



Anstoß!

Für alle, die die nächste WM kaum abwarten können. Tischkicker aus Holz ist groß genug, um richtig Spaß zu haben, aber klein genug, damit er in jedem Zuhause Platz findet. 34,95 Euro

www.monsterzeuge.de

[Anzeige]

FRIEDERIKE QUAST DESIGN MIT
POP-UP-STORE IM LEVANTEHAUS

BELLA FIGURA MIT ESTELLA

Eine für alles: Die Tasche „Estella“ trägt unterwegs Smartphone, Tablet, Make-Up & Co., begleitet Fashionista ins Büro, zum Shoppen oder zur Party – und sieht dabei umwerfend gut aus. Für den eleganten Auftritt am Abend lässt sich die Zipper-Clutch vorne mit einem Handgriff einfach vom Rucksack lösen. Ein täglicher Begleiter im Mix aus schwarzem Glatt- und Wildleder oder aus gestepptem bordeauxfarbenem Glattleder. Ein besonderer Hingucker ist „Estella“ in silber-schillerndem Python-Leder im Mix mit Wildleder.

Entworfen hat die ebenso schöne wie funktionale „Estella“ Friederike Quast. Die Designerin mit Hamburger Wurzeln und einem italienischen Herzen hat in Mailand Modemanagement studiert und arbeitete bei renommierten Designern. Der Wunsch nach einer eigenen, unverwechselbaren Kollektion, in der sie ihre Vorstellungen von Qualität, Luxus und Stil umsetzen kann, führten sie zurück nach Norddeutschland. 2015 bringt Friederike Quast ihre erste Handtaschenkollektion unter ihrem Namen auf den Markt. Von der Clutch bis zum Shopper, von der Highfashion-Tasche, die das Herz jeder Fashionista höher schlagen lässt, bis zum zeitlosen Alltagsbegleiter, der mit einem Twist begeistert.

Die Fertigung aller Teile in Italien liegt der Designerin besonders am Herzen. Feinste Materialien lässt Quast in kleinen Manufakturen verarbeiten. Das Python-Leder für den Style-Rucksack „Estella“ etwa wird zunächst im Fass gegerbt und schwarz grundgefärbt. Danach wird eine metallisierende Laminierung in Silber oder Gold aufgebracht und das Leder schließlich mit Kontrastfarben von Hand bemalt. So entsteht ein facettenreicher Look, der jede Tasche zum Unikat macht. „Das Zusammenspiel von Qualität, Design und einer authentischen Geschichte macht in einer globalisierten Welt wahren Luxus aus“, ist Friederike Quast überzeugt.

Ab sofort ist Friederike Quast mit einem Temporary Pop-Up-Store im Levantehaus präsent. Das perfekte Ziel, um ein Geschenk für Fashionista zu entdecken.

 www.friederikequast.com



womaninthecity 9

FUFFZIGER- CODEX

Geheime Regeln für (alte) coole Kerle. Der Fuffziger-Codex ist das Schwarzbuch einer neuen 50-something-Generation. Einer verschworenen Gemeinschaft von Jungs, die nie alt werden. Er wird weitergereicht. Von Hosentasche zu Hosentasche, von iPhone zu BlackBerry. Von Mann zu Mann. Wer keins kriegt, gehört nicht dazu, sorry.

12,90 Euro | im Buchhandel erhältlich



Repariert

geschädigtes Haar

Anders als Olaplex ist Keraphlex ein deutsches Produkt, das als Zusatz beim Blondieren und Colorieren benutzt wird. Es führt bei beanspruchtem Haar zu sicht- und fühlbar besseren Ergebnissen und unterstützt die Farbintensität, da es das Haar von innen aufbaut. Keraphlex Nr. 3 ist als Heimbehandlung gedacht und erhält bei regelmäßiger Anwendung die Haarstruktur bis zur nächsten Coloration. **Gesehen bei: Marc Grünkemeyer und Friseure | Fruchttaltee 126**



GUT VERPACKT

Geiles Leder, derber Style, heftig edel: die Handyhülle für echte Kerle! Handgemeißelt aus dem qualitativ hochwertigsten Leder, das zu kriegen war, und mit praktischer Magnetschließe vernagelt, sodass das Lieblingsstück des Mannes von heute – sein Smartphone – sicher verpackt ist. **31 Euro | www.dawanda.com**

BARBECUE-HIMMEL

Endlich eine clevere und coole Lösung für das Problem, ansehnliche Burger auf dem Grill zu braten. Burger brutzeln wird jetzt ein Riesenspaß, weil dabei nichts mehr misslingen wird. Und so kann, wer Lust hat, seinen eigenen Klops an Ort und Stelle selber pressen und auf den Grill befördern. **16,95 Euro**
www.design-3000.de



WAS WURDE EIGENTLICH AUS...?

Das Jahr 2015 ist fast vorbei und wir blicken voller Stolz auf unsere Magazine zurück: tolle Menschen, bewegende Geschichten, großartige Projekte und echte Helden. Ein paar unserer Geschichten verdienen ein Update: Was wurde eigentlich aus den Stadtteil- und Flüchtlingsprojekten, die wir kennen lernen durften? Kann sich Chris, der Sportler, der seit einem schweren Unfall im Rollstuhl sitzt, eigentlich wieder seine sportlichen Träume erfüllen? Was gibt es Neues bei der Sexualbegleiterin Edith, die uns so sehr beeindruckte? Und warum finden wir unsere Biersommeliere nicht mehr im Alten Mädchen? Unser Jahresrückblick.

EDITH ARNOLD – SEXUALBEGLEITERIN

OHNE BERÜHRUNGSANGST

Im April traf ich Edith Arnold, Sexualbegleiterin aus Hamburg. Eine schöne junge Frau mit angenehmer Stimme und souveräner, zärtlicher Ausstrahlung. Die braucht sie auch, denn Edith begleitet Behinderte, aber auch Nichtbehinderte, sehr schüchterne Menschen bei ihren ersten sexuellen Erfahrungen: „Wenn man Schwimmen lernt, werden auch nicht nur Bilder gezeigt. Man muss es ganz pragmatisch üben“, erklärte sie damals. Manchmal geht es auch nur um Berührungen und Nähe. Eigene Praxisräume waren schon in Planung. Ich habe nachgefragt. „Das verschiebt sich wohl auf Ende nächsten Jahres, es gibt zu viele Dinge zu beachten: Die Räume müssen barrierefrei und gut mit dem öffentlichen Nahverkehr erreichbar sein“, erklärt Edith. Schließlich ist ein größerer Teil ihrer Klienten körperlich beeinträchtigt. „Außerdem fällt mein Beruf unter ‚sexuelle Dienstleistungen‘, das ist nicht in jedem Stadtteil erlaubt.“

Sehr gute Nachrichten: „Mittlerweile wenden sich Einrichtungen direkt an mich, auch mit Anfragen für Menschen mit geistiger Behinderung. Das freut mich und ehrt mich auch sehr, denn dafür braucht es viel Vertrauen von allen Seiten.“ In Vorbereitung sind auch bereits die ersten Seminare, die von einigen Einrichtungen angefragt wurden. Auch ein eigener Blog ist im kommenden Jahr geplant, auf dem sie Tipps und Erfahrungen weitergeben will. (as)
www.sexualbegleitung-hamburg.de

Foto: Andi Weiland



CHRIS CALM, SPITZENSORTLER, SEIT EINEINHALB JAHREN QUERSCHNITTSGELÄHMT

„IRGENDWANN WERDE ICH WIEDER LAUFEN“

Tränen brennen in den Augen, Gänsehaut macht sich breit: „Irgendwann wieder laufen zu können, ist mein Ziel“, hatte Chris Calm Anfang des Jahres noch zu uns gesagt, als wir für ihn unsere Segway-Spendenaktion starteten. Jetzt hat der ehemalige Spitzensportler (Parcour, Capoeira), der seit einem schweren Autounfall im April 2014 vom Hals abwärts gelähmt ist, seine ersten Schritte gemacht – und damit nicht nur Ehefrau Katharina und den kleinen Nelio (4) zu Tränen gerührt. Möglich gemacht hat das ein am Körper tragbares Exoscelett der Firma ReWalk, das der Schleswig-Holsteiner derzeit testet. Motorisierte Hüften und Knie lassen Menschen mit einer Rückenmarksverletzung wieder aufrecht stehen und gehen. Der Bewegungsablauf der Beine wird nachgeahmt, allerdings wurden die Prothesen bislang vor allem bei Menschen mit einer niedrigen Querschnittslähmung eingesetzt. Chris dagegen ist hoch gelähmt: Der Unfall schädigte damals seine Halswirbelsäule (C5 C6 inkomplett mit Restfunktion). „Es ist sehr anstrengend und geht momentan auch nur mit Unterstützung eines Therapeuten – aber ich kann es im-

merhin schon ein bisschen“, sagt Chris, der weiß: „Ich bin aber auch nicht der typische Hoch-Querschnittsgelähmte.“ Als Sportfanatiker ist Chris trotz seiner Lähmung auch heute noch extrem durchtrainiert. „Ich mochte Gewichte-Stemmen eigentlich nie, aber jetzt habe ich Gefallen daran gefunden“, sagt er. „Ich mache jetzt täglich mindestens 2 Stunden Krafttraining.“ Chris' ungebrochener Wille, irgendwann wieder allein laufen zu können, treibt den 32-Jährigen zu Höchstform.

An ein Leben mit Rollstuhl hat sich der ehemalige Sportlehrer gewöhnt, akzeptieren tut er's dennoch noch lange nicht. „Ich habe die Herausforderung angenommen. Aber irgendwann bin ich den Stuhl auch wieder los.“ Bis dahin macht er das Beste draus. Sein Segway, den wir dank der Unterstützung unserer Kunden, Leser und Freunde finanzieren konnten, hat ihm ein Stückchen Unabhängigkeit mehr beschert. Anfang des Monats hat Chris jetzt auch noch seine Fahrprüfung bestanden, lässt jetzt sein Auto behindertengerecht umbauen. „Sobald das fertig ist, werde ich in Hamburg mit Rollstuhlrugby anfangen“, sagt er strahlend. An-

ders als beim Basketball müssen dafür die Hände nicht voll funktionsfähig sein. Kontakt mit dem Bundestrainer hat er bereits aufgenommen. Denn neuestes Etappenziel: „Ich möchte auf jeden Fall noch das deutsche Trikot tragen!“

Auch beruflich hat Chris wieder neue Pläne. Aktuell arbeitet er an einem Konzept, Rollstuhl-Kurse als AGs anzubieten und hat dazu auch bereits Kontakt mit einigen Schuhen aufgenommen. Auslöser war eine kleine Trainingseinheit bei seinem alten Verein. „Einige Kinder sind erschrocken weggerannt, andere haben angefangen zu weinen, als sie mich gesehen haben. Die waren noch nie mit jemandem konfrontiert, der nicht gehen kann. Ich will zeigen: So ein Rollstuhl ist etwas Gutes, ohne ihn hätte ich gar keine Bewegungsfreiheit mehr. Sie sollen erkennen: Die Menschen darin sind doch eigentlich ganz normal.“ Sein Motto: Challenge accepted! (ilo)

Wer noch einmal Chris ganze Geschichte lesen will: Sie erschien in der Frühjahrs-Ausgabe 2015 und ist auch online unter www.witc-magazin.de nachzulesen.



AUSSTELLUNG:

„KÖNIGSKINDER“

„Ich finde alles toll, was anders ist.“ Mit ihren Bildern sorgt die Hamburger Fotografin Svenja von Schultendorff stets für Aufsehen. Eine Auswahl ihrer Bilder, die perfekt unperfekt den Betrachter auch mal schockieren mögen, haben wir in unserer Frühjahrs-Ausgabe gezeigt. Seitdem freuen sich viele Leser auf die angekündigte Ausstellung – ein Projekt, das die Fotografin zusammen mit dem Thalia Theater und der Weltbühne im Sommer umgesetzt hat-

te. Jetzt ist es soweit: Zur Spielzeit 2015/2016 wird nun ihre Ausstellung „Königskinder“ im Restaurant Weltbühne gezeigt. Die Inszenierungen der Thalia-Schauspieler werden auf der „Photowand“ des Lokales vor die Kulisse der Teller und Gläser gebracht – eine perfekte Verbindung zwischen „Spiel und Fressen“, wie es Gastronom Tim Seidel und Architekt Stephen Williams von Anfang an atmosphärisch geplant hatten – eine Bühne jenseits des Theaters. (ilo)

BEI IHR IST KEIN HOPFEN UND MALZ VERLOREN:

AUF EIN CRAFT BEER MIT SOPHIE WENZEL

Darauf stoßen wir an: Biersommelière Sophia Wenzel hat den Sprung in die Selbstständigkeit gewagt und wird uns schon bald mit vielen, tollen Projekten rund ums Craft Beer beglücken. Die gelernte Gastronomin, die als Frau in der Bierszene eher noch zur seltenen Art gehört, hatten wir für unsere Frühjahrsausgabe an ihrem damaligen Arbeitsplatz im „Alten Mädchen“ besucht. Doch längst ist die Frohnatur Hans Dampf in allen Gassen. „Ich will mein Wissen gern mit viel mehr Menschen teilen“, sagt die 27-Jährige. Unternehmen buchen sie für Events und Vorträge, auf Messen ist sie ein gern gesehener Gast (nicht nur, weil es in ihrer Nähe eigentlich immer leckeres Bier gibt) und für den Glashersteller Rastal tourt sie als Markenbotschafterin durch die Lande – so wie Mitte November, als sie auf der größten Braumesse Europas, der Brau Beviale in

Nürnberg, Wissenswertes über den Einfluss des richtigen Glases auf den Biergeschmack erzählte und betonte, dass es dabei sogar auch noch auf die Mund- und Nasenform des Trinkenden ankommt. Darüberhinaus arbeitet sie mit Firmen wie foodist – ein Online-Anbieter von handgemachten Delikatessen – oder den Besserbrauern zusammen, mit denen jeder zu Hause sein ganz eigenes Bier herstellen kann. „Es stehen in naher Zukunft viele spannende Neuigkeiten an“, verspricht Sophia Wenzel, die darum auch gerade ihre Homepage auf Vordermann bringt. Wer sie buchen möchte, zum Beispiel für einen Vortrag, ein individuelles Craft Beer Tasting oder gar einen kleinen Braukurs, der kann das unter der E-Mail: info@sophia-wenzel.de. (ilo)



FLÜCHTLINGSHILFE IN WILHELMSBURG

EINEN SCHRITT VOR, ZWEI ZURÜCK.

Was als Reportage im August anfang, weitete sich für uns zu einem bis heute andauernden Engagement als Helfer in der Dratelnstraße aus: Wir erleben hautnah die Erfolgsgeschichten genau so wie die schlechten Seiten eines Flüchtlingslagers. Positiv: die undichten und unbeheizten Zelte sind weg, dafür gibt es Holzhütten mit Heizung und Steckdosen. Luxus bricht deswegen noch nicht aus, denn in einer 27 Quadratmeter großen

Hütte schlafen 16 Menschen in Doppelstockbetten. Keine Schränke, kein Tisch, kein Waschbecken oder Toilette – einfach 16 Betten mit einem Dach drüber.

Das ständige Kommen und Gehen von Ankömmlingen, Weiterreisenden und Abgewiesenen stellt die vielen ehrenamtlichen Helfer vor logistische Mammutaufgaben. Leider ebbt die Helferwelle so langsam ab,

da nicht jeder ständig Zeit und Energie hat, um jeden Tag zu helfen. Es ist vielleicht auch nicht mehr so hip, wie vor ein paar Monaten, als noch Euphorie herrschte – aber es ist jetzt um so wichtiger, auch mal mit anzupacken. Ein paar Stunden helfen schon weiter. Unser Appell: Helfen Sie mit! Infos unter: www.ankoemmlinge.de.

FLÜCHTLINGE IN HARVESTEHUDE & EPPENDORF

DAS SCHAFFEN WIR!

Die Stadtteilinitiative „Wir sind Eppendorf“ bleibt aktiv! Leider konnte das Tre Castagne – ein italienisches Restaurant im alten Brauhaus in Eppendorf – nicht gerettet werden. Derzeit entwickelt sich die Initiative aber weiter in Richtung Flüchtlingshilfe. Während anderswo die Neuankömmlinge am liebsten irgendwo in Randgebieten abgeschoben werden sollen, setzt sich die Initiative für eine Unterbringung mitten in Eppendorf ein. Dazu sollen Leerstände in Wohn- und Bürogebäuden gemeldet, Dachböden zu Wohnraum umgebaut oder Räume untervermietet werden.

Auch in Harvestehude an den Sophienterrassen geht es weiter. Die Initiative fluechtlingshilfe-harvestehude.de mit der Vorsitzenden und Bürgerschaftsabgeordneten Hendrikje Blandow-Schlegel hat Positives zu berichten: Die Kläger gegen das Flüchtlingsheim Sophienterrassen haben sich auf einen Vergleich eingelassen. 190 Flüchtlinge werden kommen, zu 80% Familien. „Der Ausbau ist im Zeitplan und wir erwarten Mitte/Ende Januar die ersten Bewohner“, so Blandow-Schlegel. Rund 350 Aktive und 1000 Unterstützer bereiten bereits jetzt Kurse und AGs vor. Trotzdem fehlt es an der einen oder anderen Stelle noch, deswegen bittet Blandow-Schlegel um Unterstützung: „Aktuell benötigt die Kleiderkammer am Hauptbahnhof ganz dringend einen abschließbaren und wetterfesten Anhänger für die Koffer.“ Infos bitte an kleiderkammerharo@gmx.de



WIRKUNG & WANDEL

[Anzeige]

ZIELE ENDLICH ERREICHEN!



Wirkung & Wandel
STEFANIE HOOPS  coaching
umgestaltung
personaler

Jetzt ist die beste Zeit für Pläne und Wünsche. Was möchten Sie im nächsten Jahr erreichen oder verändern? Coaching ist eine wirksame Methode, die Sie ermutigt, Veränderungswünsche zu überprüfen und Strategien zu entwickeln, um Ziele zu erreichen.

Machen Sie 2016 zu einem erfolgreichen Jahr, erfüllen Sie sich Wünsche und setzen Sie Ihre Pläne um.

Als Weihnachtsgeschenk erhalten Sie bis zum 29.02.2016 einen 50 % Nachlass für die erste Coaching-Sitzung. Wagen Sie den ersten Schritt und probieren Sie aus, wie wirksam Coaching sein kann!

■ **Wirkung & Wandel | Stefanie Hoops**
Poststraße 33 | 20354 Hamburg | Tel.: 350 85 177
info@wirkung-wandel.de | www.wirkung-wandel.de

SMART-SUN-INHABER STEFAN KRAUL ÜBER DIE NEUE BEAUTY COLOR MASKE

DAS BEAUTY-GEHEIMNIS ROTLICHT

Falten sind nicht nur eine Frage der Pflege, sondern auch eine des Lebenswandels und natürlich eine des Alters. Ab 25 lässt die Spannkraft der Haut spürbar nach. Eine Rotlicht-Therapie kann wirkungsvoll helfen und die Haut deutlich sichtbar verjüngen. Die hochintensive Anti-Aging-Behandlung mit der LED-Rotlicht-Maske sorgt für einen verstärkten Aufbau von Kollagen, Hyaluron und Elastin in der Haut. Die 300 LED-Lichtdioden dieser neuen Beauty-Maske gelangen bis in die Dermis, das schafft kaum eine Anti-Aging-Creme! Die regelmäßige Licht-Stimulierung unserer Kollagenröhren macht die Haut wieder voller, glättet somit Hautfältchen und verbessert das Hautbild. Pigmentflecken verschwinden, die Haut wird glatter und ebenmäßiger. Die Maske lindert auch sehr erfolgreich Hautprobleme wie Akne und Neurodermitis. Im Gegensatz zum UV-Licht kann Rotlicht nicht überdosiert werden. Für ein optimales Ergebnis empfehle ich die Anwendung zwei Mal pro Woche. Mit dem „Beauty Angel“ (Rotlicht-Sonnenbank) gibt es übrigens auch eine Anwendung für den Körper.



FRAUENFINANZGRUPPE SUSANNE KAZEMIEH

Aufrichtig.
Professionell.
Beständig. seit 1989



FrauenFinanzGruppe Telefon: 040 / 41 42 66 67
Susanne Kazemieh Telefax: 040 / 41 42 66 68
Grindelallee 176 E-mail: info@frauen nanzgruppe.de
20144 Hamburg Internet: www.frauen nanzgruppe.de

DER WINTERCHECK FÜR IHRE HAUT

Jetzt wird's frostig. Und damit höchste Zeit für einen Wintercheck Ihrer Haut! Die erfahrene Beautyexpertin Edeltrud Stark weiß, was die Haut jetzt am nötigsten braucht, um gepflegt und unbeschädigt durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Eine gründliche Hautzustandsanalyse ist Basis und nur in guten Kosmetikinstituten wie der Bel Etage möglich.

Auf Kälte, Schnee und Wind reagiert unsere Haut empfindlich. Kälte draußen, trockene Heizungsluft drinnen – für die Haut eine wahre Strapaze. Die feinen KapillargefäÙe in der Haut werden jetzt zusätzlich beansprucht. Schon bei Temperaturen von weniger als acht Grad plus stellen die Talgdrüsen ihre Aktivität nahezu ein, der von ihnen gebildete Schutzfilm wird dünner. Auch der Hautstoffwechsel arbeitet im Winter auf Sparflamme. Schließlich soll Energie gespart werden. Die Folge: Die Haut wird weniger durchblutet und regenerative Prozesse laufen langsamer. Die Haut wirkt müde, spröde und fahl.



Damit ist klar: der Winter geht unter die Haut. „Um genau zu wissen, was die Haut für die frostige Jahreszeit braucht, ist wie bei einem Auto ein richtiger Wintercheck wichtig“, betont Schönheitsrätin Edeltrud Stark. In ihrem Kosmetikinstitut am Mittelweg analysiert sie darum erst einmal gründlich den aktuellen Hautzustand, bevor sie das passende Kälteschutzprogramm zusammenstellen kann. Dabei setzt die erfahrene Cosmetologin vor allem auf die Produkte der Marke Binella. Diese sind nicht nur schadstofffrei und 100% natürlich, sondern wirken auch bewiesenermaßen dort, wo sonst keine Creme hinkommt, nämlich bis in die Dermis. Nicht immer ist der Griff ins Fettnäpfchen sinnvoll. Obwohl die Talgdrüsen im Winter weniger Fett produzieren, könnte eine reichhaltige Creme zu Pickeln führen, wenn

sie nicht zum Hauttyp passt. Stattdessen wären vitaminreichere Zusatzprodukte empfehlenswert, die unter die gewohnte Pflege aufgetragen werden und dort den wintermüden Stoffwechsel aktivieren. Nur wer das ganze Jahr über schon zu einer fettarmen Haut neigt, sollte im Winter sein Fett abbekommen. Die Kälteschutzpflege von Binella enthält dabei neben hochwertigen essentiellen Fettsäuren auch jede Menge Feuchtigkeit. Wer über 40 ist, braucht zudem speziell im Winter eine gezielte Anti-Aging-Strategie. Die ü-40-Pflege muss nämlich nicht nur reichhaltiger, sondern auch kollagenschützend und zellerneuernd sein. Edeltrud Stark: „Nach dem Wintercheck kann ich nicht nur die passende Pflege zusammenstellen, sondern auch auf Wunsch ein Individualserum.“

DIE WICHTIGSTEN SCHRITTE FÜR EINEN OPTIMALEN PFLEGEERFOLG::

SCHRITT 1

Reinigung: 2 x täglich mit Bürste und haut-typgerechten und schonenden Reinigungsprodukten, garantiert die problemlose Aufnahme der anschließenden Pflege

SCHRITT 2

Peeling: 1-2 x pro Woche / intensiviert die Wirkstoffaufnahme der Pflegeprodukte

SCHRITT 3

Maske: regelmäßig angewendet 1-2 x pro Woche gibt sie der Haut neue Power und lässt sie strahlen

SCHRITT 4

Augenpflege: sehr wichtig, die „Richtige“ muss es sein: Schutz vor Kälte und Tränen

SCHRITT 5

Pflege: Tages- und Nachtpflegecreme hauttypgerecht! Beim Aufenthalt im Freien zusätzlich eine Kälteschutzcreme benutzen



TIPP: Mit der Reinigungsbürste „nutritransfer Brush“ von binella ist eine professionelle Tiefenreinigung zu Hause möglich. Die Bürste reinigt mit zwei unterschiedlichen Bürstenstärken porentief und eignet sich auch zur Massage – ideal zum Ausbügeln von Mimikfalten und gegen Muskelverspannungen. Erhältlich bei Bel Etage Kosmetik für nur 39,50 Euro.

HÖCHSTE ZEIT FÜR EINEN WINTERCHECK
**DER KASCHMIRSCHAL
FÜR IHRE HAUT**

Gründliche Hautzustandsanalyse mit
entsprechender Behandlung
(inkl. Tiefenreinigung, Serum, Maske)

ab 95,- Euro

*Ich verspreche keine Wunder,
sondern Resultate!*
Ihre Schönheitsrätin Edeltrud Stark



**WEIHNACHTSTIPP
EIN KOFFER VOLLER
SCHÖNHEIT**

(inkl. Reinigungsmilch, Gesichtswasser, Maske und 24-h-Creme)*

FÜR NUR € 49,-

*Hauttypgerechte Produktauswahl ist möglich.

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
www.beletage-kosmetik-hamburg.de
Di. bis Fr. 10 bis 18 Uhr
und nach Vereinbarung

EIN FRISEUR FÜR LOCKEN



Wer kennt das nicht: Auf der Straße, bei einer Party oder im Job bekommen Frauen mit Locken viel Aufmerksamkeit. Gelockte Haare sind schön, sinnlich und machen unheimlich attraktiv. Doch häufig finden Frauen mit Locken nicht den richtigen Friseur. In Deutschland gibt es nicht viele Friseure, die sich auf Locken spezialisiert haben. In Hamburg gehört der Salon von Friseurmeister Marc Grünkemeyer dazu. Vor über 10 Jahren hat er angefangen, verschiedene Schneidetechniken anzuwenden, um Frauen mit Locken ein besseres Haargefühl zu geben. Geprägt hat ihn eine Begegnung mit dem Lockenpapst Brian McLean, bei dem er sich bis heute regelmäßig fortbildet. Im Bereich Norddeutschland ist er der einzige zertifizierte Mastersalon für

CurlSys-Schneidetechniken. Dazu kombinieren er und sein Team aktuelle Farbtrends wie Sombéré, Balayage und Contouring. Stars wie Sarah Jessica Parker und Jennifer Aniston zeigen diese Looks schon seit längerem. Anders als bei den klassischen Foliensträhnen, bei denen es auch zu harten Übergängen zwischen gefärbter Strähne und Ausgangshaarfarbe geben kann, sehen die Farbverläufe viel natürlicher aus und bringen die Locken noch stärker zur Geltung.

Mit seinem Salon ist er aber auch in einem anderen Bereich ein Geheimtipp: Er setzt Farben und Tönungen ein, die komplett auf Ammoniak, PPD und künstliche Duftstoffe verzichten. Diese Stoffe stehen im Verdacht, allergiebegünstigend zu wirken. Die Farbergebnisse unterscheiden sich zu herkömmlichen Colorationen nicht. Für Personen mit einer sensiblen Kopfhaut eine echte Alternative.



Marc Grünkemeyer und Friseure
 Fruchttallee 126 | 20259 Hamburg
 Termine unter Tel.: 040 40 68 46
 Öffnungszeiten: Mo-Fr. 10-20 Uhr
 info@marc-gruenkemeyer.de
 www.marc-gruenkemeyer.de

SMARTSUN®
 SONNENSTUDIO

COLLAGEN-LICHT DAS BEAUTY GEHEIMNIS

Rotlicht fördert den Collagen + Hyaluron-Aufbau der Haut

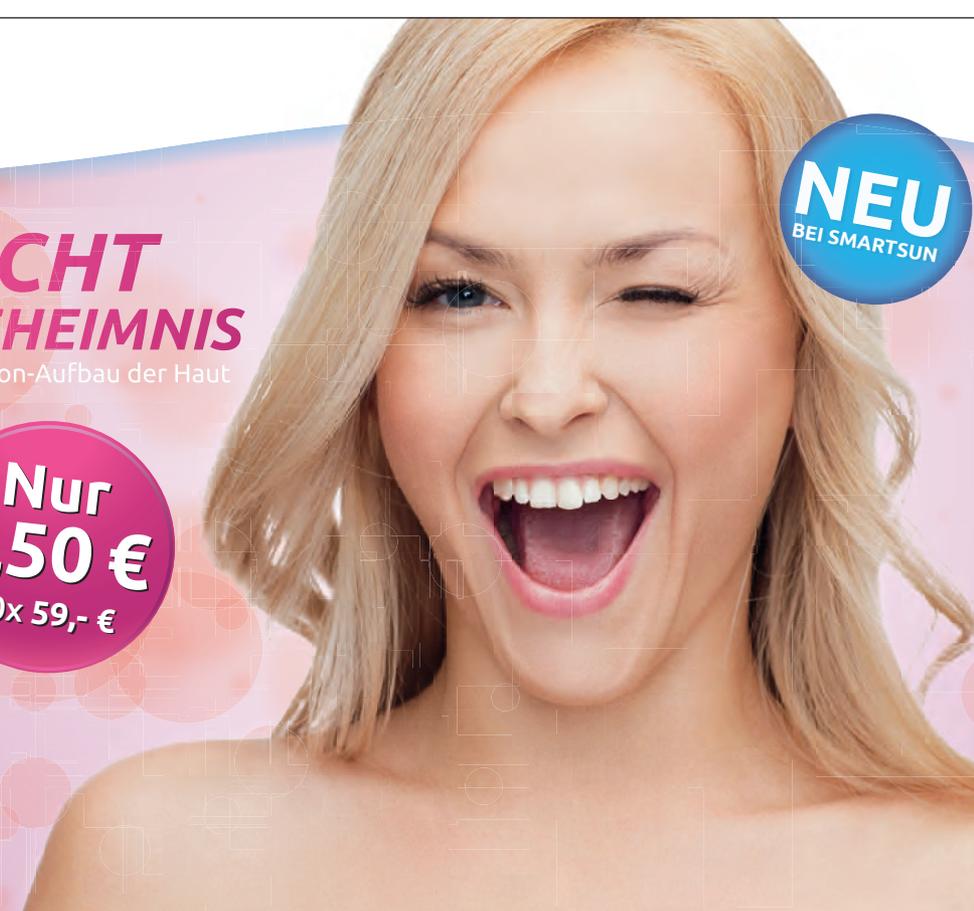


Nur
7,50 €
 10x 59,- €

NEU
 BEI SMARTSUN

Rotlicht-Maske!

- HAUTSTRAFFUNG ✓
- FALTENREDUZIERUNG ✓
- JÜNGER DURCH VITALE HAUT ✓



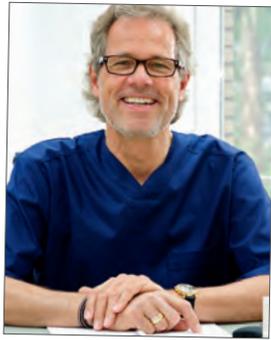
[Anzeige]

SANFTE METHODE: KRAMPFADERN NATÜRLICH BEHANDELN

GIB DER VENE KOCHSALZ!

Die Behandlung ist mehr als 100 Jahre alt, doch jetzt rückt sie wieder in den Fokus: Um hässlichen und schmerzhaften Krampfadern zu Leibe zu rücken, setzen immer mehr Betroffene auf die biologische Verödung mit hochkonzentrierter Kochsalzlösung.

Sie sind nicht nur hässlich, sondern oft auch sehr schmerzhaft: Etwa 35 Mio Frauen und 10 Mio Männer leiden unter ihren Krampfadern. Ihnen wird meist völlig problemlos das Stripping-Verfahren verschrieben, bei dem die Adern unter Vollnarkose aus dem Bein gerissen werden. Blutergüsse, Schmerzen, Stützstrümpfe, Narben und eine eingeschränkte Beweglichkeit ziehen nach.



Peter Thiemann ist einer von rund 30 Therapeuten in Deutschland, der diese Methode anbietet.

Das Kuriose: Wer sich mit dem Thema auseinandersetzt und lieber die schonende Behandlung mit Kochsalzlösung möchte, bekommt diese nicht auf Rezept – und das, obwohl das Stripping-Verfahren mit rund 3000 Euro fast zehn Mal so teuer ist. „Den Menschen wird ihre Gesundheit aber immer wichtiger“, betont Heilpraktiker Peter Thiemann. „Sie wollen selbst entscheiden.“

Für rund 350 Euro bekommen die Patienten dann aber auch eine fast schmerzfreie Behandlung: Nötig ist lediglich ein kleiner Einstich in die Vene, die sich innerhalb von zwei bis sechs Monaten von allein abbaut. Der Patient spürt während der Behandlung nur einen kurzen Schmerz ähnlich wie bei einem kleinen Krampf. Da bei der Behandlung kein oberflächliches Gewebe geschädigt wird,

bilden sich keine Narben, auch Stützstrümpfe sind hinterher überflüssig. Die Patienten sind sofort wieder auf fitten Beinen. Auch eine allergische Reaktion ist ausgeschlossen. Denn das Besondere dieser Behandlung liegt in der Einfachheit: Der menschliche Körper enthält selbst schon 200 Gramm Kochsalz.

Die Verödung mit Kochsalzlösung wurde bereits vor mehr als 100 Jahren entwickelt und heute wieder von gut ausgebildeten Heilpraktikern angewandt.

Krampfadern sind übrigens nicht immer sofort sichtbar. Beachten Sie darum folgende Anzeichen:

- Jucken und/oder Kribbeln in den Beinen
- Müde Beine, Schweregefühl
- Wadenkrämpfe
- Druckgefühl und/oder Schwellungen
- Verfärbungen
- Besenreiser



Peter Thiemann Heilpraktiker
Krampfadern natürlich behandeln

■ Jungfrauenthal 13 | 20149 Hamburg
Tel.: 040 38 67 93 10
www.krampfadern-natuerlich-behandeln.de

Sassa B

DAY SPA



10%
Kennenlern-
Rabatt*

NEU! in der HafenCity

»Wäre es nicht schön, wenn Sie eine ehrliche und erfahrene Beauty-Freundin an Ihrer Seite hätten, die genau weiß, was Ihnen, Ihrer Haut und Ihrem Körper gut tut?«

In unserem Sassa B DAY SPA finden Sie so eine Freundin. Lassen Sie sich einfach mal fallen und verwöhnen, von Kopf bis Fuß verschönern und freuen Sie sich auf hochwirksame und nachhaltig wirkende Behandlungen.

Da Sie die Ergebnisse sofort sehen und fühlen können, werden wir Ihnen ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

Herzlichst, Ihre Alexandra Burgen

HAUTANALYSE | MICRODERMABRASION
MICRONEEDLING | MANIKÜRE
SHELLAC | MASSAGEN | SPA PAKETE

Singapurstrasse 1 | 20457 Hamburg
t 040 76500-313 | schoenheit@sassa-b.de

www.sassa-b-dayspa.de

Öffnungszeiten Montag bis Samstag 10 — 19 Uhr

*10% Rabatt auf Ihre erste Gesichtsbildung (ab 60min), gültig bis 29. Februar 2016 — Einfach Anzeige ausschneiden und mitbringen.

NEUE ENERGIE, WOHLBEFINDEN UND VISIONEN: MADELEINE HÖNER ZU SIEDERDISSEN VON ZITRONENBLAU BEGLEITET FRAUEN AUS DEM KREISVERKEHR DES LEBENS

„NUR WER AUSMISTET, HAT DIE HÄNDE FREI“

Man mag es Gabe nennen: Madeleine Höner zu Siederdisen hat das gewisse Charisma. Schon nach einem kleinen Interview läuft der Krafttank über, so voll ist er. „Ich bin ein Vitalitätsbegleiter“, sagt die 41-Jährige und lacht erfrischend. Mag am Namen liegen. Zitronenblau heißt ihre Coachingfirma und schließlich weiß ja jeder: Sauer macht lustig.

Wer privat und beruflich erfolgreich und kraftvoll sein möchte, aber irgendwie nicht so richtig weiß, wie das gehen soll, der ist bei dem Coach genau richtig. „Ich habe eine natürliche Begabung, mit Menschen zu arbeiten, sie zu begleiten und ihnen die richtigen Fragen zu stellen“, sagt Madeleine Höner zu Siederdisen. Für sie ist klar: Es ist wichtiger zuzuhören, als Tabletten zu verteilen. Ein Grund, warum die Wahlhamburgerin darum auch ihren gut bezahlten und sicheren Job in der Pflege vor einigen Jahren aufgab und sich stattdessen an einer angesehenen Akademie drei Jahre lang zum Coach ausbilden ließ. Seitdem begleitet sie vor allem Frauen auf ihrem Weg zu einem neuen Ziel.

„Manchmal wissen meine Kundinnen vorher noch gar nicht genau, was das eigentlich sein könnte. Sie kommen einfach mit einem unbestimmten Gefühl im Bauch. Meine Aufgabe ist es dann, alles zu strukturieren und Ideen zu priorisieren.“ Madeleine Höner zu Siederdisen sieht sich dabei vor allem als „Sparringspartner, der so schnell nicht locker lässt“. Wichtig sei der Veränderungswille. „Sich neu zu orientieren ist anstrengend und tut auch manchmal weh, dazu

müssen meine Kundinnen wirklich bereit sein.“ Wer das will, schafft am Ende meist viel mehr, als er sich ursprünglich zugetraut hat. „Gemeinsam räumen wir Sorgen, Ängste und Zweifel aus dem Weg und schaffen Platz für Visionen. Nur wer ausmistet, hat die Hän-

de frei“, sagt der Coach und ergänzt: „Es ist schön zu sehen, wie die Frauen aufblühen und dann kraftvoll durchstarten.“ Kein Wunder also, dass sie so auch schon häufig Frauen in die Selbstständigkeit begleitet hat.

Um aus dem „Kreisverkehr des Lebens“ richtig abzubiegen, bietet Zitronenblau Einzelcoachings, Workshops und Seminare an. „Ein unverbindliches Kennenlernen ist selbstverständlich“, betont der Coach. Weitere Impulse für ein glückliches, gesundes und erfolgreiches Leben gibt es auch unter www.madeleinehoenerzusiederdisen.com

WENN DAS LEBEN DIR ZITRONEN GIBT, MACH LIMONADE DRAUS!

VIRGINIA E. WOLFF



■ Madeleine Höner zu Siederdisen mit Begeisterung zum Leistungsglück
Holsteiner Str. 14c | 21465 Reinbek
Mobil 0172 475 26 75
www.zitronenblau-hamburg.de



DIE ALTERNATIVE ZU KÜNSTLICHEN FITNESSGETRÄNKEN

goco[®]

KOKOSWASSER

Sogar als Blutersatz hat es 1941 in Pearl Harbour mal gedient – heutzutage ist das isotonische Kokoswasser allerdings das Fitnessgetränk im Sport- und Gesundheitsbereich. Kein Fett, kein Zuckerzusatz, keine Geschmacksverstärker und 100% natürlich – das ist das Versprechen von goco. Goco-Produzent Volker Donig erklärt, was das Kokoswasser kann und wie er dazu kam.

Volker Donig ist geborener Hamburger und hanseatischer Kaufmann und in seinem Leben viel rumgekommen. Der sportliche 55-Jährige lebte schon mit 19 Jahren ein Jahr auf den Philippinen und später in Brasilien, in beiden Ländern stieß er auf Kokoswasser: „Gerade, wenn ich in den Tropen unterwegs war, viel schwitzte und fertig von der Hitze und den Anstrengungen war, hat mich Kokoswasser wieder aufgebaut“ erinnert sich der frühe Weltenbummler. „Kokoswasser hat einen sehr hohen Kaliumgehalt, das ist perfekt für die Muskelregeneration. Es wird in den Tropen sogar medizinisch eingesetzt, weil es gegen Magenprobleme hilft.“ Ein wahres Wunderwasser also, welches in der grünen Kokosnuss mit einem halben bis dreiviertel Liter enthalten ist. Und es enthält kein Fett! Die jungen Nüsse sind ca. 6 Monate alt und enthalten nur wenig Fruchtfleisch im Gegensatz zur reifen Nuss.

„Ich dachte damals schon daran, Kokoswasser abzufüllen. Leider ist es sehr schnell vergoren und Flaschenabfüllungen brauchen zusätzlich zur Pasteurisierung einen Konservierungsstoff. Das war für mich nicht mehr authentisch und der volle Benefit ging verloren. Also habe ich von der Idee erstmal Abstand genommen. Als erstes brachten es dann die Brasilianer Anfang 2000 im Tetra Pak auf den brasilianischen Markt, denn dank Tetra Pak war es nun endlich möglich, konservierungsstofffrei abzufüllen. Also die perfekte Verpackungsart für Kokoswasser. Als das Produkt dann erfolgreich auf dem amerikanischen Markt mit Vita Coco anließ, habe ich mich entschieden, mit unserem goco in Deutschland/Österreich/Schweiz zu starten.

Wir füllen es direkt vor Ort auf den Philippinen ab, so wie es aus der Nuss kommt!“ erklärt Donig den Werdegang. „Da Kokoswasser ein Naturprodukt ist und wir es nicht standardisieren, gibt es immer wieder geschmackliche Unterschiede. Unsere Kunden lieben genau diese Authentizität! Am besten spürt man die Wirkung, wenn man aus der Sauna kommt oder Sport gemacht hat. Nichts regeneriert schneller als goco Kokoswasser! Durch die Bioflavonoide und die natürlichen Inhaltsstoffe kann der Körper Kokoswasser viel besser aufnehmen als die gestylten Getränke.“

2010 endlich begann er mit der Produktion und dem Vertrieb von goco in Deutschland, von Anfang an sehr erfolgreich: „Wir kamen mit der Biovariante sofort in die Biomärkte rein, auch bei Budnikowski und



bei Edeka bekommt man heute goco“ erklärt Donig stolz.

Das Naturgetränk ist nicht erst seit kurzem für seine kräftigende Wirkung bekannt: Im Zweiten Weltkrieg wurde es angeblich als Blutersatz in Pearl Harbour verwendet, da beim Angriff der Japaner auf den amerikanischen Flottenstützpunkt nicht genügend Blutkonserven vorhanden waren. Und um den Blutverlust auszugleichen wurde damals Kokoswasser intravenös injiziert, so wie heute Kochsalzlösung verwendet wird. Heutzutage wird das niedrigkalorische Wasser allerdings viel im Sport- und Gesundheitsbereich getrunken: „Im Triathlon hat goco einen festen Platz, ich versorge seit drei Jahren den Dove Elbe Triathlon. Aber auch bei Ju-Jitsu- und Ninjitsu-Kampfsportlern ist das Kokoswasser berühmt. Im Moment kommt zunehmend der Yoga-Bereich dazu. Leute, die auf Gesundheit achten, kennen uns.“

Das leicht süßliche Wasser wird sowohl pur getrunken, als auch zum Kochen verwendet und dient als Trägerflüssigkeit für Smoothies oder auch Cocktails. Es ist entgiftend und nierenspülend, niedrigkalorisch und isotonisch. Durch den positiven Einfluss auf den Magen-Darm-Trakt gilt es als Anti-Aging-Produkt. „Es gibt wohl sogar Mädels, die es zum Abschminken benutzen“, erzählt Donig lachend. „Eine schrieb mal, dass sie immer einen kleinen Schluck übrig lasse und sich damit die Haut reinigt. Sie schwärmt davon, dass ihre Haut danach ganz weich wäre.“

■ **Erhältlich bei: Budni, Edeka, Bio-märkten und auf der Webseite www.get-goco.com sowie bei Amazon.**

INTELLIGENTE HAUSGERÄTE & MÄNNERWASCHTAG



Sonntag morgens aufstehen und die Brötchen sind schon warm im Backofen. Klingt doch herrlich! Oder von unterwegs per App den Kühlschrank checken, was man noch einkaufen muss – all das können smarte Haushaltsgeräte mittlerweile. Die innovativsten Geräte stellt der Elektrofachmarkt Buddenhagen in seinem neuen Store „Hausgeräte and Friends“ in der Hamburger Innenstadt aus.

Es ist mehr als ein Elektromarkt – es ist ein Einkaufserlebnis! Showküche, interaktive Mediawand und Events machen Hausgeräte and Friends zum modernsten Store für intelligente, stylische und hochqualitative Haushaltsgeräte der Marken Bosch, Siemens, Constructa und Neff. Seit Juli dieses Jahres werden stilvoll und in großzügigem Ambiente Haushaltshelfer präsen-

tiert, die man per App fernsteuern kann, sodass man sich nie wieder Sorgen machen muss, ob man die Geräte ausgeschaltet hat. Auch gibt es in Kürze einen Kühlschrank mit integrierten Kameras – ein Check per App und es ist klar, was im Kühlschrank noch drin ist oder eben nicht. Und vor allem ist endlich die Frage geklärt, ob das Licht im Kühlschrank auch brennt, wenn er geschlossen ist!

Neben solchen tollen Spielereien liegt der Fokus aber auf Haushaltshelfern, die das Leben erleichtern können. Es gibt Kühlschränke, die Lebensmittel drei Mal länger frisch halten oder Waschmaschinen und Geschirrspüler, die beim Reinigen der Wäsche oder des Geschirrs mitdenken – von der Dosierung des Waschmittels bis hin zur richtigen Wassermenge.

Um die Geräte im richtigen Rahmen zu präsentieren und zu testen veranstaltet Hausgeräte & Friends immer wieder attraktive Events. Mitte November kochte Starkoch Alfons Schuhbeck zur Gaumenfreude der Besucher. Demnächst ist der Männer-

waschtag geplant – da lernen die Herren der Schöpfung den richtigen Umgang mit Wäsche und Waschmaschine und können sich beim Bierchen gemeinsam über die leidvollen Wascherfahrungen austauschen. Rosa verfarbte Socken und eingegangene Pullover lassen grüßen.

Neben den Großgeräten im Store gibt es aber auch viele grandiose Innovationen im Lifestyle-Bereich. So zum Beispiel den Kaffeevollautomat EQ.9 von Siemens (Modellnummer TI907F01DE). Dieser hat einen Doppelbohnenbehälter mit zwei getrennten Mahlwerken für zwei verschiedene Kaffeesorten. Der Baristamodus erlaubt vielfältige Einstellungsmöglichkeiten für jeden Geschmack und das intelligente Heizsystem sorgt für das perfekte Aroma. Den Kaffeevollautomaten gibt es für 2.199 Euro. Solch einen Kaffee gibt's sonst nur in italienischen Kaffeebars!

Aber auch ganz praktische Helfer bietet Hausgeräte & Friends, so zum Beispiel den kabellosen Staubsauger Zooo ProAnimal von Bosch (Modellnummer BCH6Z000), der bis zu 30 Prozent schneller saugt mit der gleichen Leistung wie konventionelle Staubsauger. Besonders stark ist der Zooo ProAnimal beim Entfernen von Tierhaaren in Teppichen und Polstern. Dank des geringen Gewichts und der kabellosen Akkutechnik ist der Sauger maximal flexibel und komfortabel. Den Staubsauger gibt es für 249 Euro statt 319 Euro.

Mit 260 Ausstellungsgeräten ist Hausgeräte & Friends sehr gut ausgestattet. Sollte aber doch mal etwas nicht vor Ort sein, können die Berater zusammen mit den Kunden auf der einzigartigen interaktiven Mediawand online auf das gesamte Repertoire von Bosch, Siemens, Constructa und Neff zugreifen und die Geräte live darstellen.



Hausgeräte & Friends by Buddenhagen
Hohe Bleichen 8 | 20354 Hamburg
www.hausgeraete-and-friends.de



Nachrichten aus und für Hamburg

Die wichtigsten Themen unserer Stadt – jetzt jede Woche in der
ZEIT mit großem Hamburg-Teil.

Lösen Sie den Gutschein für einen Monat Lesegenuss ein!

**1 Monat
kostenlos
lesen**

HAM-28W-D28

Gutscheincode im Wert von über 18,- € einlösen unter: www.zeit.de/code

HAMBURG

DIE  ZEIT

WOCHENZEITUNG FÜR POLITIK WIRTSCHAFT WISSEN UND KULTUR



Miamée
Gold im Glas

Hardenberg-Wilthen verlost 10 x 1 Flasche MIAMÉE

Er passt perfekt zum Weihnachtsfest, ohne zu beschweren: Den Likör MIAMÉE mit echtem Blattgold des Spirituosenerstellers Hardenberg-Wilthen gibt es in zwei fruchtigen Geschmacksrichtungen. Gemixt mit Prosecco, Sekt oder Weißwein ein lockerer Drink, der auch noch gut aussieht. Das prickelt auf der Zunge und funkelt im Glas! Viele weitere Rezepte und Infos rund um den MIAMÉE: www.miamee.de

3 Dayan Kodua My Black Skin



Herausgeberin Dayan Kodua verlost 5 x 1 Buch „My Black Skin. Schwarz. Erfolgreich. Deutsch.“

Aktueller denn je: Erfolgsgeschichten von Menschen mit Migrationshintergrund. Der Bildband „My Black Skin. Schwarz. Erfolgreich. Deutsch.“ versammelt 25 positive Porträts in eindrucksvollen Bildern und einfühlsamen Texten. Die Lebenswege sind dabei ebenso unterschiedlich wie ihre Berufe. Alle Porträts und begleitenden Texte sind noch bis zum Jahresende in einer Ausstellung beim NDR in Rotherbaum zu sehen. www.myblackskin.de

ADVENT ADVENT



Geschenke! Geschenke! Gewinnen Sie einen der tollen Preise. Einfach eine Postkarte oder eine E-Mail mit den drei Kalendertürchen schicken, die Sie am liebsten öffnen möchten – und mit ein bisschen Glück tolle Geschenke bekommen! Die Gewinner werden täglich online veröffentlicht. (Teilnahmebedingungen S. 3)



2 BILLY BOY Habt Spaß!

BILLY BOY verlost 1 x 1 Smart Vibrator und das Alles Lust Package

Wenn die Frau über das Weihnachtsgeschenk stöhnt, ist das üblicherweise ein schlechtes Zeichen – bei diesem Geschenk allerdings nicht: Der BILLY BOY smart Vibrator mit Noppenstruktur und Chaos-Programm verwöhnt überraschend anders. Er eignet sich ideal zur Stimulierung der Klitoris und des G-Bereichs. Dazu gibt es das Alles Lust Package. Der besondere 40er Mixbeutel mit den Lieblingen aus dem BILLY BOY Sortiment lädt zum Ausprobieren und Entdecken ein. www.billy-boy.de



4 WOMEN LOUNGE Wintertime Special



Die WOMEN LOUNGE verlost 1 x 1 Feel Good Treatment

Die Energy-Gesichtsbehandlung lässt Ihre Haut durch den Einsatz einer Mikrodermabrasion in neuem Glanz erstrahlen. Abgerundet wird das „Feel Good“ Treatment mit einem vitalisierenden Körperpeeling, welches den Alltagsstress verschwinden lässt & einer relaxenden Teilkörpermassage. Verwöhnzeit: 120 Min./149 € Für unvergessliche Stunden alleine oder zu zweit; für Sie persönlich oder liebevoll verpackt als Geschenkgutschein!

www.women-lounge.eu

Juwelier Cabochon **5 Funkelnde Vorfreude**

Juwelier Cabochon verlost 1 x 1 Schlüsselanhänger

Für das schönste Fest des Jahres hat Juwelier Cabochon wundervolle Geschenke für Sie und Ihn vorbereitet. Ob funkeldes Schmuckstück, modernster Chronometer, elegante Manschettenknöpfe, beschwingter Schlüsselanhänger oder ein edles Schreibgerät – welches Geschenk am besten passt, wissen die erfahrenen Experten rund um Familie Mozaffarian von Juwelier Cabochon im AEZ.

www.juweliercabochon.com

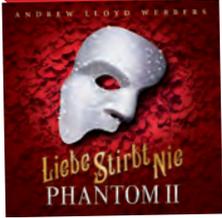
6

Stage Entertainment

LIEBE STIRBT NIE

Stage Entertainment verlost 3 x 2 Tickets für PHANTOM II

Nach mehr als einem Vierteljahrhundert kehrt das Phantom der Oper zurück: In LIEBE STIRBT NIE – PHANTOM II wird die Geschichte der unvergänglichen Liebe des Phantoms zu Christine endlich weitererzählt. Wenn Sie zu den glücklichen Gewinnern der Tickets gehören, können Sie die Vorstellung im Januar an einem Termin Ihrer Wahl sehen und eine Achterbahnfahrt der Emotionen erleben. www.stage-entertainment.de



7



Shatler's

Perfekte Cocktails

SHATLER's verlost 1 x 1 Geschenkset „Kristall“

Perfekte Zutaten, perfekter Mix, perfekte Cocktails im Handumdrehen: Die ersten Fertig-Cocktails in Barqualität gibt es von SHATLER's. Einfach auf Crushed Ice genießen. Das Geschenkset Kristall enthält neben drei Cocktailklassikern einen alkoholfreien Cocktail sowie zwei stylische, hochwertige Kristallgläser von Riedel. Perfekt zum Verschenken oder zum Selbstgenießen!

www.shatlers.de

8

SPAworld Fleesensee

HomeSpa

SPAworld Fleesensee verlost 1 x 1 Entspannungsmassage + 1 x 1 Flasche Cocosöl

In Göhren-Lebbin in der Mecklenburgischen Seenplatte bietet die SPAworld Fleesensee auf 6000 m² alles, was das Herz begehrt, die Sinne betört und die Seele berührt. Bei einer Entspannungsmassage gelingt der perfekte Ausstieg aus dem Alltag, mit dem Cocosöl kann man das tolle Erlebnis zu Hause nochmal Revue passieren lassen.

www.landfleesenseespa.de



Manufaktur Apmann's Design

Zum Kuscheln schön

Die Manufaktur Apmann's Design verlost 1 x 1 Teddy aus spanischem Lammfell

In Apmann's Landhaus in Thandorf findet sich das außergewöhnlichste Atelier für individuelle Anfertigungen in Leder, Lammfell, Pelz und Stoff. Auch Recycling für Pelze wird hier ganz groß geschrieben. So wird Omas Pelz schnell wieder tragbar. www.apmann.de

10

kjomizo

Aufgeklettet, fertig, los!

kjomizo verlost 5 x 1 Brotdose

Die komplette do doty Serie von kjomizo passt sich individuell den Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen an und besticht durch ihr einzigartiges Prinzip: Aufgeklettet, fertig, los! Mit vielen verschiedenen Klettunkten kann nach Belieben immer wieder neu mit Buchstaben und Motiven beklebt und wieder verändert werden. Zum Beispiel die Edelstahl-Brotdose für Kindergarten, Schule und Job. Die schwarze Flausch-Klettmanschette in 5 cm Breite hält die Brotdose fest umschlossen und kann nach Belieben immer wieder neu beklebt werden. www.kjomizo.de



12

Framily

Persönliches Kinderbuch

family verlost 4 x 1 personalisiertes Kinderbuch

Mit family vom Kinderbuchverlag Oetinger wird das eigene Kind zum Hauptdarsteller in seiner Lieblingsgeschichte. Ob Bibi Blocksberg, Biene Maja, Conni, Wickie, die Olchis oder Ritter Trenk: Online können die Kids mit nur wenigen Klicks zum Protagonisten in ihrem ganz persönlichen Kinderbuch werden. Die Produktion des Buches dauert nur wenige Tage. Ein unvergessliches Geschenk, das auch nach Jahrzehnten noch lieb gehegt wird. Buchkonfigurator unter www.family.de



11

babybay

Beistellbettchen

babybay verlost 1 x 1 Beistellbettchen

Das babybay begeistert bereits fast eine halbe Million Eltern in ganz Europa. Auch in Hollywood stehen bereits die Beistellbettchen vom bayrischen Ammersee. Speziell das neue Modell TREND überzeugt dabei mit seinem avantgardistischen Design. Das Besondere: Die Kleinen liegen in greifbarer Nähe am Bett, sicher in einer Bucht als Bettverlängerung an der Seite der Mutter. Stillen, beruhigen, kuscheln ohne aufzustehen. Und gut aussehen tut's auch noch... Babybay gibt es im Fachhandel. Infos unter: www.babybay.de





13

Foto: Micha Drögemüller

Café Amira
Frühstück

Das Café Amira verlost 1 x 1 „Hamburg, meine Perle“- Frühstück für zwei Personen

Das Café Amira im Eppendorfer Weg bietet einen Ort der Entspannung, an dem der Stress und die Sorgen des Alltags keinen Platz haben. Neben frischen, regionalen Produkten erwartet den Gast eine persönliche Atmosphäre, die zum Verweilen einlädt. Also: einfach das „Hamburg, meine Perle“-Frühstück für zwei Personen gewinnen und „das Hiersein genießen!“ www.cafe-amira.de



Zitronenblau

Platz für Visionen

14

Zitronenblau verlost 1 x 5 Stunden Coaching

Hier gibt es keine Zitronen, stattdessen die Möglichkeiten, sich mit dem eigenen Wohlbefinden, der Leistungsfähigkeit und dem Erreichen der Ziele zu beschäftigen. Coach Madeleine Höner zu Siederissen macht dabei Platz für Visionen und hilft ihren Kundinnen mit den richtigen Fragen, den Weg aus dem Kreisverkehr des Lebens zu finden. Ein idealer Sparringspartner für alle, die etwas verändern wollen!

www.zitronenblau-hamburg.de

Van der Valk Naturresort
Drewitz****

Dinnertime

Van der Valk Naturresort Drewitz verlost 1 x 1 Gutschein für 2 Personen für ein Dinnerkonzert oder eine andere Veranstaltung 2016

An der Mecklenburgischen Seenplatte liegt das Naturresort Drewitz, von dem man sagt, es sei das Paradies. In der schönen Atmosphäre des Resorts finden die stimmungsvollen Dinnerkonzerte mit 3-Gang-Menü statt. Am besten verbindet man dies mit einem Wochenendaufenthalt: Ob schwimmen oder mit dem Ruderboot aufs Wasser, ob Spaziergänge oder Pilze suchen im Wald, ob Rad- oder Wandertouren – Erholung ist garantiert! www.drewitzersee.vandervalk.de

15



GlanzStück-Hamburg

Jede Menge Glück

16

GlanzStück-Hamburg verlost 1 x 1 Glücksarmband

Roségoldfarbende Kleeblätter leuchten an Seidenbändern, die frau mehrfach geschlungen am Handgelenk trägt: Das Label GlanzStück fertigt edle Glücksarmbänder in sorgfältiger Handarbeit und auch individuell nach Wunsch an. Die stylischen Talismane sind in vielen leuchtenden Farben erhältlich und durch die sorgsame Verarbeitung mit feinsten Seide sanft auf der Haut zu tragen. www.glanzstueck-hamburg.de



17 Fitcare
Good Vibrations

1 x 1 fitcare professional training verlost ein powerplate sixpack intensiv

Maximaler Trainingserfolg und ein grandioses Körpergefühl dank Einzeltraining auf der vibrierenden Power Plate mit Haltungskorrektur, Spannungskontrolle und Motivation! Feste und regelmäßige Termine lassen dem inneren Schweinehund keine Chance. Das Trainingspaket beinhaltet sechs Einheiten á dreißig Minuten innerhalb von drei Wochen.

www.fitcare-professional-training.de



Hausgeräte & Friends by Buddenhagen

Küchenhelfer XXL

18

Hausgeräte & Friends by Buddenhagen verlost 1 x 1 Kompakt-Küchenmaschine MK880FQ1 von Siemens

Da werden Kochen und Backen zum Erlebnis! Rühren, Kneten, Mixen, Schneiden und noch viel mehr kann diese Küchenmaschine der Extraklasse. Fortschrittliche Technik, schickes Design und High-End-Ausstattung lassen die Herzen von Küchenchefinnen und Hobbyköchinnen höher schlagen. Und mit 1250 Watt hat die Maschine richtig Dampf unter der Haube – da werden auch schwere Teige zum Kinderspiel! www.hausgeraete-and-friends.de

Smart Sun

Hier kriegen Sie Ihr Fett weg!**19****Smart Sun verlost 1 x 1 Cryo und 3 x 1 Anwendung der LED Kollagen Maske**

Kryolipolyse – die effektive Methode zum Abbau von Fettzellen durch den Mix von Kälte und EMS (elektr. Muskelstimulation) an Bauch, Beinen, Hüfte und Po. Und für eine strahlende und straffe Haut im Gesicht am besten parallel noch die nagelneue und innovative LED Kollagen Maske aufsetzen. Mehr Schönheit geht nicht!
www.smart-sun.de

**20** KOCHfabriks LANDKÜCHE
Scharfe Heimat**Heimatsenf verlost 5 x 1 3er Sets mit Heimatsenf, Scharfe Schwester und Kerniger Bruder**

Der Kummerfelder Heimatsenf hält, was er verspricht: Hergestellt wird er in einer kleinen Manufaktur – ohne künstliche Aromen und mit Wasser aus eigener Quelle. Jetzt hat KOCHfabrik-Chef Patrick Diehr seine Senffamilie erweitert: Die „Scharfe Schwester“ macht ihrem Namen mit Chili alle Ehre, im „Kernigen Bruder“ sorgen ganze Senfkörner für knackigen Biss. Logisch, dass die Kräuter in allen Senfs aus dem eigenen Garten stammen. www.koch-fabrik.com

21 Volume Hair
Volume, please!**Volume Hair verlost 10 x 1 Sets mit 1 x Volume Hair Fibers + 1 x Volume Hair Fix**

Die schönste Zeit des Jahres soll auch in Sachen Beauty einfach perfekt sein. Wie wunderbar, dass „Volume Hair“ für den glamourösen Look in Sekundenschnelle mehr Volumen in die Haare zaubert und dünne Stellen ausgleicht. Spezielle Fasern im „Volume Hair Fibers“ heften sich an das eigene Haar und füllen die Mähne da auf, wo sie sehr fein ist. Das Spray „Volume Hair Fix“ sorgt anschließend für extralangen Halt. Einfach draufstreuen, fixieren – fertig! In acht Farben, für Sie und für Ihn.
www.volume-hair.de

Van der Valk Resort Linstow
Schminkschule**22****Van der Valk Resort Linstow verlost 1 x 1 Gutschein für 2 Personen zur Teilnahme an einer Schminkschule**

Auf halbem Weg zwischen Berlin und der Ostseeküste befindet sich das Erlebnisresort Van der Valk Resort Linstow. Im 4-Sterne-Hotel mit zahlreichen Entspannungs- und Unterhaltungsmöglichkeiten findet der exklusive Schminkworkshop in toller Atmosphäre statt – die perfekte Gelegenheit, um ein Zimmer dazu zu buchen und ein entspanntes Wochenende in der Mecklenburgischen Seenplatte zu genießen. www.linstow.vandervalk.de

23 Club 100 - HSV Handball
Handball: Emotion pur**3 x 2 VIP Tickets für HSV Handball-Spiel nach Wahl in 2016 mit Zugang zur Club 100 Lounge**

Handball hat das Zeug zum Frauenliebling: Sieben knackige Kerle für den HSV auf dem Feld. Totaler Einsatz mit Leidenschaft, Schnelligkeit und Teamgeist. Emotion pur. Und in den vielen kurzen Spielpausen macht der DJ sensationelle Stimmung in der Barclaycard-Arena. Kein Wunder, dass der neugegründete Club 100 Förderverein sich für HSV Handball voll ins Zeug legt.
www.hamburgs-club-100.de

**24**

Barclaycard-Arena

Cirque du Soleil**Barclaycard Arena verlost 6 x 2 Tickets für Varekai - Cirque du Soleil am 12.02.2016**

Im Volkspark steht sie, die geilste Multifunktionsarena Norddeutschlands – nun im neuen Gewand! Barclaycard ist neuer Sponsor und bietet den Barclaycard Kunden nicht nur spannende Events und Konzerte, sondern exklusive Vorteile: Dank Fast Track gibt's beschleunigten Einlass, die Members Area lockt mit einem Freigetränk und im Barclaycard Club gibt es kostenloses WiFi. Die Gewinner der Tickets sitzen exklusiv in der Barclaycard Loge mit Freigetränken und bester Sicht auf die Bühne auf die spektakuläre Show von Varekai – Cirque du Soleil. www.barclaycard-arena.de



Wilko Schwitters, Corinna Nienstedt, Carlos Manuel Román und Gycs Gordon Heredia

PERÚ SHOWROOM IM EINRICHTUNGSHAUS BORNHOLD ERÖFFNET

ALPAKA, SALSA UND VIDA LOCO

Bunte Wollmützen auf den Köpfen von Flötenspielern in der Fußgängerzone – das ist das gängige Bild von Peru hierzulande. Und es ist genau so falsch wie das Klischee, dass alle Deutschen ständig in Lederhosen rumlaufen! Das bewies das Wirtschafts- und Handelsbüro Perú vor rund 100 geladenen Gästen mit der offiziellen Eröffnung seines Showrooms beim Einrichtungshaus Bornhold in Hamburg. Fünf peruanische Produzenten waren den weiten Weg gereist, um ihre hochwertigen und edlen Home-Textilien aus peruanischer Alpakawolle vorzustellen.

Text: Alexander Schmelzer | Fotos: Timon Rädisch 

Der Rahmen im Einrichtungshaus Bornhold war perfekt gewählt – neben den streichelartigen Produkten aus peruanischer Alpakawolle heizten den Gästen südamerikanische Klänge und das peruanische Nationalgetränk Pisco Sour ein. Der Abend wurde eröffnet vom Bornhold Geschäftsführer Wilko Schwitters, der ein paar Worte zum hier in Deutschland zum Teil noch recht unbekanntem südamerikanischen Andenland Peru sprach. Anschließend konnte die IHK-Geschäftsführerin Corinna Nienstedt auf die bereits seit 1835 bestehenden erfolgreichen Wirtschaftsbeziehungen Hamburgs und Perus verweisen, bei denen

sie aber noch Potenzial sieht: „Es geht darum, Brücken zu bauen – eine wird mit der heutigen Veranstaltung gebaut“, freute sie sich über die zahlreichen Besucher und das Interesse von Wirtschaft und Politik. Zuletzt bedankte sich auch der peruanische Generalkonsul Carlos Román Hereida, der die Vorzüge Hamburgs als wichtigsten Wirtschafts- und Handelsstandort Deutschlands für Peru herausstellte und natürlich auf die Vorzüge des Naturstoffes Alpakawolle verwies – schließlich waren deswegen die Besucher so zahlreich erschienen.

Die Alpakawolle, die fair produziert und gehandelt wird, überzeugt durch ein seidiges

Gefühl und moderne Designs, aber vor allem auch durch seine Eigenschaften. So ist der Naturstoff wasserabweisend, hält im Winter warm und Sommer kühl und ist pflegeleicht. Die peruanischen Aussteller vor Ort präsentierten die edlen Stoffe in kleinen, schön arrangierten Erlebniswelten. Dass die Location perfekt gewählt war, begeisterte auch den Honorarkonsul von Mexiko in Hamburg, Frank K. Westermann: „Die Idee ist ganz toll – ein großartiger Showroom in dem Hamburger Traditionseinrichtungshaus Bornhold statt in irgendeinem Hotel.“

- **Aussteller:**
www.inwool.de
www.etiquetablancade.de
www.alpaca-onlineshop.com
www.wayraperu.com



Wilko Schwitters, Nicolás Pezet Duarte und Tammo Schwitters



SO GEHT WOHNEN

Alles. Außer Möbel von der Stange. Das Einrichtungshaus Bornhold setzt auf Eigenmarken, wenn es auf einen individuellen Wohnstil ankommt. Farbe, Stoffe, Materiel, Polsterung: Kunden können ihrer Phantasie freien Lauf lassen und sich ihre Möbel ganz nach Wunsch zusammenstellen.

Wer sich neu einrichten möchte, kennt das: Die Einrichtungsvorschläge der Möbelhäuser gleichen einander wie eineiige Zwillinge – Farbvorschläge sind einem Modetrend angepasst, auch die Zusammenstellung der Programme unterliegen dem Diktat des angeblich Angesagten. Kastenmöbel bieten vom Maß her nur ein bestimmtes Raster, weder Wunschfarbe noch Lieblingsholz sind im Programm. Ein persönlicher Stil hat aufgrund der Möbel-Serienfertigung kaum eine Chance.

Anders bei Bornhold – die Einrichter. Hier setzt man auf Eigenmarken. Das Design gibt eigene Trends vor und ermöglicht auch die sofortige Umsetzung auf dem Markt befindlicher neuer Materialien und Techniken, die in der Möbelindustrie erst viel später eingesetzt werden. Maßanfertigungen sind genauso möglich wie jede erdenkliche Holzart oder Farbe, Oberfläche und Struktur. Der Kunde bekommt ein auf seine Bedürfnisse zugeschnittenes Möbel bis ins Detail ausgearbeitet.

Eine Eigenmarke für Polstermöbel ermöglicht nicht nur ein Design auch außerhalb der derzeitigen Moderichtungen. Auch die Wunschmaterialien können individuell zusammengestellt werden – alle auf dem Markt befindlichen textilen Bezüge oder Möbelleider stehen zur Verfügung und auch die Polsterung ist frei wählbar. Gleichzeitig werden für einen optimalen Sitzkomfort die Wunschabmessungen und -festigkeiten zusammengestellt, ganz nach der Rezeptur des zukünftigen Nutzers. Es entsteht eine individuelle Optik in Verbindung mit den richtigen Funktionen.

Eigenmarken bieten dem Kunden absolute Individualität in Optik, Funktion und Komfort. Das wird auch beim Thema Schlafen deutlich, weil hier der Inneneinrichter in besonderer Weise auf das individuelle Liegebedürfnis des Kunden eingehen muss. Die Auswahl der Materialien erfordert besondere Sorgfalt hinsichtlich der gewünschten Gebrauchseigenschaften zum Beispiel bezüglich des Schlafklimas. Die individuelle Körperabstützung wird durch die Zusammensetzung verschiedenster Materialien in den Schichtungen erreicht.

Nicht nur für den Kunden, auch für einen Inneneinrichter bedeuten Eigenmarken: Freiheit in der Planung und Umsetzung seiner Möblierungsideen.



So geht ein persönlicher Wohnstil: Eine individuelle Zusammenstellung als Eckgruppe.

Bornhold
DIE EINRICHTER

■ **Einrichtungshaus Bornhold**
Neuer Wall 72 | 20354 Hamburg | Tel.: 040 47 10 20
Mo-Fr: 10.30 – 19 Uhr und Sa: 10 – 18 Uhr
www.bornhold-hamburg.de





ENI AKSOY, FLUGBEGLEITERIN, SÄNGERIN, MODEL, MODERATORIN, ANGENEHENDE SCHAUSPIELERIN UND VOR ALLEM EINES: INTEGRATIONSVORBILD

JONGLEURIN

ZWISCHEN DEN KULTUREN

Sie ist Sängerin, Model, Moderatorin und auch angenehme Schauspielerin. Als Flugbegleiterin reist sie um die ganze Welt. Und sie ist vor allem eines: ein Paradebeispiel für gelungene Integration. Als Aramäerin ist die Hamburgerin Eni Aksoy aber noch mehr: eine „Jongleurin zwischen den Kulturen“. Wir sprachen mit ihr über Krieg, Integration, soziale Netzwerke und die Sehnsucht nach Heimat und Frieden.

Interview: Ilona Lütje | Fotos: Berry Behrendt | MakeUp: Chantal Dominique Hanold W

Eni, vor genau 5 Jahren warst du unsere allererste „woman in the city“. Du scheinst seitdem kein Jahr älter geworden zu sein. Wie machst du das?

(lacht...) Ich glaube immer noch an den Weihnachtsmann und bin im Herzen vermutlich nie älter als 6 Jahre alt geworden.

Wir haben dich bei Facebook gesucht und nicht gefunden. Was ist passiert?

Ich hab mich komplett rar gemacht. Mir ist das alles zu viel geworden. Das Gefühl, ständig erreichbar sein zu müssen, hat mich belastet. Ein Netzwerk braucht man, vor allem als Künstlerin. Aber das hat mich irgendwann unter Druck gesetzt: Schließlich musste ich allein meine 5000 Facebook-Freunde ständig

mit neuen Infos zu füttern. Du hast dann einfach weniger Zeit, dich um deine Karriere zu kümmern. Seitdem ich offline bin, habe ich wirklich schöne und ausgewählte Angebote bekommen. Ich habe damit für mich eine Magie geschaffen.

Die sozialen Netzwerke sind gerade heute ein Nährboden für Hass und braunes Gedankengut. Hast du damit auch schon schlechte Erfahrungen gemacht?

Welche Kraft Social Media hat, habe ich erstmals erlebt, als ich an der ersten Staffel von „Deutschland sucht den Superstar“ teilnahm. Damals spielte Facebook noch keine Rolle, da tummelte man sich in Foren. Mir war zu der Zeit noch gar nicht klar, dass sich Leute dort

über mich unterhalten – bei damals 15 Millionen Zuschauern war ich ein wenig naiv. Als RTL mich anrief und warnte, dass ich nicht ins Internet schauen solle, bin ich erst neugierig geworden und dann beinahe umgekippt. Ich bin sehr behütet aufgewachsen und sehr gerechtigkeitsliebend. Plötzlich wurde ich dort angefeindet. Unter meinem Namen konnte man sich sogar „Mein Kampf“ bestellen. Ich war schockiert. Da wurde mir bewusst, was es heißt, in der Öffentlichkeit zu stehen.

Wie siehst du das gerade, was zurzeit passiert?

Es ist traurig und dramatisch, dass so viele Menschen ihre Heimat verlassen müssen. Aber ich freue mich, dass ein Land wie

Deutschland hier Gesicht zeigt. Ich kritisiere Angela Merkel wirklich sehr häufig, aber in dieser Hinsicht beweist sie gerade Herz. Doch wir tragen auch unsere Mitschuld an dem Krieg. Wenn wir uns nach außen als friedliches Land geben, aber trotzdem der drittgrößte Waffenhändler der Welt sind, dann weiß ich nicht, was das mit Frieden zu tun hat. Wir nehmen jetzt 1,5 Mio Menschen auf, aber was haben wir dafür getan, dass es soweit kommen musste? Diese Doppelmoral kann ich nicht verstehen.

Außerdem beweist sich gerade, wie unvorbereitet wir sind. Wenn ich jahrelang Krieg unterstütze, muss ich doch ahnen, dass die Menschen ihre Häuser verlassen und vor meiner Haustür stehen. Was sollen sie denn sonst machen? Hat man geglaubt, die Leute bleiben in ihren Ländern und lassen sich erschießen? Da versuche ich doch wenigstens, heil übers Meer zu kommen. Diese Lebensgefahr geht doch niemand ein nur aus Lust und Laune.

Wie konnte es deiner Meinung nach so weit kommen?

In Syrien haben sich Moslems und

Christen wunderbar verstanden bis die Machtpolitik, die definitiv von außen kommt, die verschiedenen Kulturen gegeneinander aufhetzte, indem sie Rebellen einschleuste, und für Unheil sorgte, nur um wirtschaftliche Interessen durchzusetzen! Es ist doch ein Trauerspiel, wenn verwundete IS-Kämpfer in den Krankenhäusern der Türkei behandelt werden und wieder nach Syrien gelangen, um weiter zu morden. Männer werden enthauptet, Frauen und Mädchen als Sexsklavinnen verkauft und kleine Kinder gekidnappt und ebenfalls missbraucht. Wie kann das alles spurlos an uns vorbei gehen, wenn unsere Politik im Westen eine große Mitschuld an dieser Tragödie trägt? Ich schäme mich abgrundtief für alle Politiker dieser Erde, die dieses Schandbild gefördert haben!

Kannst du die Ängste mancher Bürger hier in Deutschland nachvollziehen?

Es klingt paradox mit meinem orientalischen Hintergrund, aber ich weiß, warum sie diese Ängste haben, dieses Gefühl, vom Staat fallen gelassen zu werden, erfolglos eine





WENN DU IMMER NUR
IN DEINER KLEINEN
WEISSEN WELT LEBST
UND KEINE ANDEREN
KULTUREN ZULÄSST,
HAST DU VIEL RAUM
FÜR VORURTEILE.

Bewerbung nach der anderen zu verschicken, und dann bekommen irgendwelche Leute plötzlich viel mehr Aufmerksamkeit als ich. Aber wir reden hier über eine Kriegssituation. Die Menschen sind nicht geflohen, um hier anderen den Arbeitsplatz wegzunehmen, sondern weil sie Angst um ihr Leben hatten. Man hat ihnen doch im wahrsten Sinne des Wortes die Pistole auf die Brust gesetzt. Aber wenn du immer nur in deiner kleinen weißen Welt lebst und keine anderen Kulturen zulässt, hast du viel Raum für Vorurteile.

Was können wir tun, damit diese Ängste abgebaut werden?

Erst einmal müssen die Menschen aufgeklärt werden. Nur so können wir Hass und Angst vermeiden. Man sollte damit schon in den Schulen anfangen. Einen 70-Jährigen wird man vielleicht nicht so schnell verändern können, aber Kinder und Jugendliche verstehen leichter, dass es eine menschliche Not – das ist der erste Schritt zu mehr Verständnis.

Außerdem müssen die Abläufe schneller funktionieren. Die Ankömmlinge brauchen

schnell Arbeit und Wohnraum, wie sollen sie sich denn sonst integrieren? Wenn wir es nicht mehr schaffen, die Anträge zu bearbeiten, dann müssen neue Stellen geschaffen werden. Hier könnte man all denen, die glauben, man nähme ihnen Arbeitsplätze weg, schon Perspektiven bieten. Aber auch hier wird wieder geknausert. Wir denken nicht langfristig. Dabei sind wir doch ohnehin ein Einwanderland. Wir brauchen die Menschen nicht nur, wir sind regelrecht auf sie angewiesen. Die Kinder, die jetzt hier aufwachsen, sind in 20, 30 Jahren kompetente und gut ausgebildete Fachkräfte, die unser Land wirtschaftlich nach vorne bringen können. Ich kenne Flüchtlinge, die als Zehnjährige herkommen, auf der Hauptschule waren, den Willen hatten, nach oben zu kommen, und heute erfolgreiche Herzspezialisten.

Du bist selbst ein Paradebeispiel für Integration. Deine Eltern sind 1978 als politische Flüchtlinge nach Deutschland gekommen, du bist in Delmenhorst geboren und aufgewachsen. Wie hast du diesen Spagat damals hingekriegt?

Das größte Problem für mich war, die östliche und westliche Kultur miteinander zu verbinden. Wenn du geballt auf einem Haufen lebst, kannst du dich – unabhängig der Sprache – nicht entfalten. Genau das habe ich erlebt. Ich bin in einer sozialschwachen Gegend groß geworden, in der es viele Ausländer gab. Einerseits gibt man sich gegenseitig Halt, andererseits lernst du einfach nicht so schnell die Sprache. Und sie ist das A & O. Bist du der deutschen Sprache mächtig, kannst du dich integrieren. Damit steht und fällt dein Lebenslauf.

Ich selbst habe erst mit 3 Jahren Deutsch gelernt, als ich in den Kindergarten gekommen bin. Der Tag hat sich in meinem Hirn eingebrannt. Ich habe gebrüllt, kein Wort verstanden und wusste nicht, was die Frau von mir will, die immer auf mich einredete. Ich habe innerhalb von ein paar Monaten fließend Deutsch gelernt. Meine Eltern haben mich dann immer „als ihre Waffe“ bezeichnet. Ich habe sie zu allen Behördengängen begleitet, war ihre Übersetzerin. Das war eine große Verantwortung, aber es hat mich auch sehr stolz gemacht.

Als ich zehn wurde, flatterte ein Brief bei uns rein: „Herzlichen Glückwunsch, Sie sind jetzt Deutsche“. Ich war total verwirrt. Ich bin doch deutsch, habe ich gedacht. Ich bin doch hier geboren. Ein Schlüsselerlebnis.



WAS FÜR EIN FEST

Die Moderation hätte besser nicht besetzt sein können: In ihrer Heimatstadt Delmenhorst moderierte Eni Aksoy im Sommer das 1. Internationale Fest des städtischen Integrations-

beirats. Gefei-ert wurde die Vielfalt der Kulturen und das war Anlass genug, dass Eni die Gäste auch gleich auf 16 unterschiedlichen Sprachen begrüßte. Gruppen unterschiedlichster Nationalitäten unterhielten die Gäste mit Musik, Sport und Tanz und bewiesen: ein Miteinander geht ganz wunderbar.

„Dieses Fest

zeigt uns deutlich, wie bunt und wie international Delmenhorst ist, darauf dürfen wir stolz sein“, sagte Delmenhorst Oberbürgermeister Axel Jahnz als Schirmherr kündigte bereits eine Wiederholung des Festes an, das vor allem auch ein Zeichen gegen Rechts und für Solidarität setzen soll. „Wir sind wie kleine Lichter, die die Welt zum Leuchten bringen – und wir sind alle aus dem selben Wachs, egal welche Farbe wir haben“, so Eni Aksoy.

Natürlich diente das Fest auch noch einem montieren Zweck: Alle Teilnehmer traten ohne Gage auf, der komplette Erlös kommt Flüchtlingslagern im Irak und an der türkisch-syrischen Grenze zugute.

Wie gehen deine Eltern mit der Situation um?

Wir sprechen ununterbrochen darüber. In Istanbul stellen meine Eltern ihre Ferienwohnung syrischen Flüchtlingen auf der Durchreise kostenlos zur Verfügung, die aramäische Gesellschaft hier in Deutschland sammelt viele Spenden, die dann vor Ort denen helfen sollen, die dort festsitzen und nicht fliehen können. Meine Eltern nimmt das alles sehr mit, weil wir auch Verwandtschaft dort haben. Es ist die Heimat meiner Eltern ist und damit auch ein Stück weit meine. Wir verfolgen jeden Tag, wie sich die Lage entwickelt. Unsere Informationen sind ungefiltert, das ist harter Tobak – aber es ist die Realität und nichts anderes.

Bist du mal selbst da gewesen?

Ich wollte niemals dahin. Mein Vater wurde damals brutal zusammen geschlagen, weil er in der Schule seine christliche Muttersprache gesprochen hatte. Die Christen wurden dort unterdrückt und ich fragte mich, was ich da soll. Mir hat das Land immer Angst gemacht. Doch mit 19 wollte ich doch wissen, wie die Heimat aussieht. Es klang alles immer so idyllisch, obwohl es gleichzeitig ein so unberechenbares Pulverfass war. Doch ich bin

sehr froh, dass ich die Heimat meiner Eltern gesehen habe. Besonders die Kirchen und Klöster haben mich fasziniert. Ich habe mich selbst mal in ein aramäisches Kloster zurückgezogen, um meine innere Ruhe zu finden.

Wo ist deine Heimat?

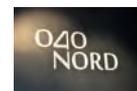
Diese Frage werde ich nie hundertprozentig beantworten können. Ich bin immer auf der Suche. In meinem Herzen ist diese Sehnsucht. Ich bin Deutsche, bin hier geboren. Aber trotzdem trage ich ganz tief in mir diese Wurzeln und die sind aramäisch. Ich kenne die westliche Seite, aber auch die orientalische. Ich bin schon ein Leben lang ein Jongleur.

Was wünschst du dir?

In der Presse wird das Thema Flüchtlingswelle häufig behandelt, als sei es nur ein Trend. Es ist schon lange keiner mehr, es ist eine Völkerwanderung. Wir kommen uns alle immer näher. Ich bin Kosmopolitin und durch meinen Beruf um die ganze Welt gereist, daher kann ich eines ganz gewiss sagen, die meisten Menschen – unabhängig von Hautfarbe, Kultur oder Religion – wollen Frieden und keinen Krieg.

Danke an die Ausstatter:

5SECRETS
Mühlenkamp 6a
040Nord
Erikastraße 52-54



DARAUF HAT DIE MUSICAL-WELT ÜBER EIN VIERTELJAHRHUNDERT GEWARTET!

LIEBE STIRBT NIE – PHANTOM II

[Anzeige]

Darauf hat die Musical-Welt über ein Vierteljahrhundert gewartet! In LIEBE STIRBT NIE – PHANTOM II wird die Geschichte der unvergänglichen Liebe des Phantoms zu Christine endlich weitererzählt. Lassen Sie sich von atemberaubenden Kullissen, opulent schillernden Kostümen und neuen mitreißenden Melodien von Lord Andrew Lloyd Webber im Stage Operettenhaus Hamburg verzaubern und erleben Sie von der ersten bis zur letzten Sekunde eine Achterbahnfahrt der Emotionen...

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt von Coney Island Anfang des 20. Jahrhunderts. Ein Ort, der sich mal magisch und po-

etisch, mal voller Heiterkeit, mal spannungsvoll dramatisch und mal voller Skurrilität präsentiert. 10 Jahre nach den emotionalen Ereignissen in der Pariser Oper beginnt das Spiel von packender Leidenschaft und fesselnden Intrigen erneut.

Nach seiner Flucht aus den Pariser Katakomben betreibt das Phantom das Varietétheater Phantasma. Noch immer sehnt er sich nach seiner großen Liebe Christine, die in Paris lebt. Mit einer List lockt er die mittlerweile erfolgreiche Sängerin mit ihrem Mann und ihrem Sohn in sein Theater, um ihr Herz endgültig für sich zu gewinnen. Mit ihrer Ankunft erkennt Christine, dass nicht alles so ist,



wie es scheint. Das neue schicksalhafte Spiel aus Hingabe und Zurückweisung hat seine ganz eigenen Regeln. Dabei übersehen alle Beteiligten, dass Gefahr von einer ganz anderen Seite droht...

Selbst wer DAS PHANTOM DER OPER bislang nicht gesehen hat, lässt sich direkt von der glamourösen Welt Coney Islands mitreißen. Die Fortsetzung des Welterfolgs überzeugt mit einer Geschichte voller Romantik und großer Gefühle, die den Inhalt des ersten Teils selbsterklärend aufgreift und keine Vorkenntnisse erfordert. Dabei brilliert die deutsche Inszenierung besonders durch ihre großartigen Hauptdarsteller. Mit tief berührenden Stimmen und erstklassigem Schauspiel singen sich Startenor Gardar Thor Cortes und Sopranistin Rachel Anne Moore in die Herzen der Zuschauer. Pure Leidenschaft und unbändige Sehnsucht nach Zuneigung werden förmlich spürbar. Erfahren Sie jetzt selbst, wie die größte Liebesgeschichte aller Zeiten weitergeht.

TV-Tipp: Erleben Sie Phantom und Christine in der Helene Fischer Show am 25.12.15 um 20:15 Uhr im ZDF

JETZT TICKETS FÜR EINE UNVERGESSLICHE WEIHNACHTSFEIER SICHERN!



ab 59,00 €*



ab 59,00 €*



ab 64,95 €*



ab 64,95 €*

*Die Preise gelten für Gruppen ab sechs Personen pro Ticket in der Preiskategorie 3 für ausgewählte Vorstellungen von Mo. bis Do. nach Verfügbarkeit, zzgl. 4,90 € Versand- bzw. 2,90 € Hinterlegungspauschale pro Auftrag. Tickets für weitere Vorstellungen sowie höhere Preiskategorien gegen Aufpreis buchbar. Die Preise gelten für Vorstellungen vom 01.11.2015 (bei Disneys ALADDIN ab 08.12.2015) bis 31.01.2016 (ausgeschlossen sind Vorstellungen vom 23.12.2015 bis 06.01.2016). Keine Addition von Ermäßigungen. Änderungen vorbehalten.

www.beste-plaetze.de/weihnachten-hamburg
oder Telefon 040/311 86 - 222**

**Bis zu 10 Personen ist eine Online-Buchung möglich, ab 11 Personen kontaktieren Sie uns bitte telefonisch.



www.stage-entertainment.de

Conni trifft

Eddy Kante

RUHRPOTT-SLANG MIT REIBEISENFLAIR

Wer mich kennt, weiß genau, wie sehr gerade Stimmen mich erregen können. Eine sitzt mal wieder vor mir und mir spritzt der Saft aus den Poren. Schuld ist dieser Berg von Mann, den alle als Eddy Kante kennen. Ich will nicht groß reden, will einfach nur hören und am liebsten Fragen stellen, auf die er möglichst ausgedehnt antworten muss. Oh, dieser Ruhrpott-Slang mit Reibeisenflair. „Hömma, Goldstück!“ „Jaaaa, Meister Kante!“

Mit 20 wäre ich ihm weniger gern begegnet, da lebte er noch, wie er aussah. Doch kommen gerade solche Brecherjungs in die Jahre, dann kriegen die doch echt was Anschmiegsames. Etwas Weiches und etwas Reuiges.

Begegnet bin ich Eddy vor ein paar Wochen in der perfekten Location für (s)eine Lesung, im Strandhaus meiner Freundin in Norderstedt. Mich hat nicht interessiert, was da mit Udo war und all dem Quatsch, den schon die Presse zig mal durchgekaut hat. Ich wollte diesen Typen mit Ecken und Kanten, an denen man sich schneiden kann. Und als er anfängt zu lesen, da füllt sich kurze Zeit später der Saal mit leisen Tränen. („Die Arme meiner Mutter waren wie Asphalt...“). Gewaltgeschichten sind nicht neu, aber irgendetwas berührt mich bei der Kante derart, dass ich ihn mir nach der Lesung schnappen muss. Darum sitzt er heute vor mir. Natürlich hat auch er jetzt ein Buch über

sich (Schwarzkopf & Schwarzkopf), und wer auf echte Krimis steht, der kriegt hier noch ungestreckten Stoff.

Aufgewachsen bei der Tante (seine Rettung), die Eddys gewohnte Brutalität (Elternhaus) gegen liebevolle Regeln austauschte. Der spannende große Rest steht in seinem Buch. Der Kante, mit viel Fingerschmuck und selbstgestochenen Tattoos, die Vita aufgestockt durch Jugendstrafvollzug, doch eingeschüchtert hat ihn nie etwas.

Man liest ihm seinen Kampfgeist vom Gesicht ab – wohl auch der Udo einst, warum der den Kante als Bodyguard eingestellt hatte. Selbst eine weitere Haftstrafe ändert nichts an der Zusammenarbeit und engen Freundschaft dieser zwei Unikate. „Ich lebte Udos Leben“ – rund 16 Stunden täglich meistern sie gemeinsam Jobs und Alltag. 33 Jah-

Conni Köpp ist Künstlerin (ART CHE KÖPP) und Autorin. Diese Seite gehört seit 2010 ihren Begegnungen.



re lang. Dann ist es vorbei. Verstehen werden das nur Insider. Aber der Schmerz schreit Kante förmlich von der Zunge, als er mir den Sachverhalt kurz formuliert.

Kante, *8.10.59, in Hagen. Mehr gelebt als geliebt, mehr gerockt als gebetet, mehr verloren als gewonnen, und doch heute frei. „Und ich mach mein Ding!“ – diesen Song dreh ich

»UND ICH MACH MEIN DING!«

voll auf; gemeinsam im Duett klingen wir gar nicht mal so schlecht! Seine Hornhaut ist dick, sein Herz vernarbt,

sein Panzer extrem kugelsicher. Doch ich schaffe einen Blick dahinter und die Pumpe klingt schneller, als Eddy von seinen Kindern spricht. Ansonsten fürchtet er nichts, schreckt nichts ihn ab, obwohl er heute mit den Begriffen Anstand und Gesetz weitaus mehr anfangen kann als noch zu alten Tagen.

Und ausgetobt hat er sich wirklich – sogar in kleinen Fernsehrollen, ob Bella Block oder Helge Schneider, die Menschen hinter den Namen sind ihm vertraut. Freunde? Becker, Maffay, Lindemann und viele mehr. Weihnachten? „Find ich geil, stell sogar ‚n Baum auf, wenn meine Tochter kommt.“ Zuhause? „Jahrelang im Atlantik neben Udo. Heute 50 qm, meine Zukunft gehört Malta!“ Als mein Magen knurrt, erzählt er mir von seinem (welt)berühmten Kartoffelsalat, der es bereits in die Presse schaffte, verrät aber nicht sein Geheimrezept! Und sonst so? Alkohol sei das Schlimmste. „Vielleicht kannst du MIT ihm leben, aber niemals VON ihm!“

Die Stunde ist um, die Tassen sind leer. Seine Stimme auf meinem Handy doppelt gesichert. Ich will ihn unbedingt noch einmal lesen hören, vielleicht vor Massen im Michel? Bis dahin aber buche ich mal seine Kiez-Tour, die richtig gut sein soll!

BUCHTIPP: Eddy Kante: In meinem Herzen kocht das Blut - Ein Leben auf der Kante - Die Autobiografie | Handsigniert von Eddy Kante | www.amazon.de



NEEF + STUMME
premium printing

WAS WÄRE
EIN LEBEN OHNE
FARBE?



AUSDRUCKSSTARK + WEITBLICKEND

NEEF + STUMME gehört zu den größten und modernsten Unternehmen für Druck- und Mediendienstleistungen in Norddeutschland. Wir verbinden klassische, vollstufige Print-Leistungen mit Crossmedia-Elementen und entwickeln mit Ihnen spannende Möglichkeiten der Interaktion mit Ihren Kunden. Themenbezogen. Zielgruppenspezifisch. Relevant. Wertig.

NEEF + STUMME premium printing GmbH & Co. KG | Schillerstraße 2 | 29378 Wittingen | www.neef-stumme.de

FÜR DIE
STYLE HUNTER

DESIGNERMARKEN 30-70% GÜNSTIGER.*
DAS GANZE JAHR.

DesignerOutletNeumuenster.de

Shuttlebus ab Hamburg – mehr Infos online.

*als UVP

McArthur
Glen
Designer Outlet
Neumünster

DAS PERFEKTE GESCHENK FÜR SCHÖNE MOMENTE



Machen Sie Ihren Lieben zu Weihnachten eine ganz besondere Freude: Mit einer Wellness-Tageskarte oder einem unserer Verwöhnpakete verschenken Sie einen Tag „Urlaub im Alltag“ – Gesundheit, Entspannung und Wohlfühl inklusive. Diese und weitere Gutscheine erhalten Sie in jedem Hamburger MeridianSpa oder im E-Shop auf www.meridianspa.de/eshop mit Versand an Ihre Wunschadresse oder zum Selbstausschicken – auch noch kurz vor der Bescherung.

Wir wünschen Ihnen eine entspannte Weihnachtszeit und schöne Stunden im MeridianSpa!

5x in Hamburg • 040/65 89-0 • www.meridianspa.de



MERIDIAN SPA
Fitness. Wellness. Bodycare.