

HAMBURG WOMAN

FÜR HAFENCITY, ALSTER, ALSTERTAL UND WALDDÖRFER

JULI 2014

SEX-IRRTUM:

DIE NEUE (ALTE) LUST DER FRAUEN

**TRAURIG: EIN NEUER
RATGEBER BEDIENT
ALTE KLISCHEES UND
IST AUF DEM HOLZWEG**

**KINDER
UND
KARRIERE**

**MIRJA DU MONT
ÜBER IHREN
ALLTÄGLICHEN
SPAGAT**

**TERMINE DIE
SICH LOHNEN**

MODE
**SEXY
BIKINI
STYLES**

**NACHGEFRAGT:
WIE HAMBURGS
PROMINENTE
FRAUEN DIE
WM ERLEBEN!**

**BESTSELLER-AUTORIN
ILDIKÓ VON KÜRTHY:**

**„TRAUMPARTNER
GIBT ES NICHT!“**

LILLET®

Maison fondée en 1872

L'apéritif



genuss-mit-verantwortung.de

**LILLET
BERRY**

LILLET und Schweppes Russian Wild Berry
im Verhältnis 1:2 mischen.

Ideal mit





Frauenpower

für die Karriere

Männer haben Seilschaften. Frauen bekommen nicht einmal ein Netzwerk hin“, sagte die ehemalige Ministerpräsidentin Schleswig-Holsteins Heide Simonis einmal in einem Interview auf news.de. Das war vor gut fünf Jahren. Ob das sich inzwischen geändert hat, beleuchten wir auf Seite 8. So weit vorne im Magazin, weil es eines der beherrschenden Themen der Zeit ist. Knüpft es doch nahtlos an die Debatte an, warum eine Quote vonnöten scheint, um Frauen in die Spitzen der großen Wirtschaftsunternehmen zu befördern. Vielleicht, weil Frauen dazu zu dumm, zu zögerlich oder zu nett sind? Scheint so, denn Männer wüssten, wie es geht, so Simonis. Sie seien bereit Fachleute anzurufen, wenn ihnen diese weiterhelfen könnten, selbst wenn sie diese vielleicht nur einmal flüchtig getroffen hätten. Der Grund: „Männer wissen genau, wenn der erste oben ankommt, kommt auch der letzte an und deswegen helfen alle, damit der erste oben ankommt“,

erklärte Simonis weiter. Damit täten sich Frauen sehr schwer. Immer noch! Es gibt inzwischen gute Frauen-Netzwerke, aber „Frauen ist plattes Anbaggern für den eigenen Karriereschub nach so vielen Jahrzehnten des Schweigens eher peinlich“, hat unsere Redakteurin Nicola Sieverling festgestellt und bemängelt gemeinsam mit Expertinnen das Fehlen einer weiblichen Netzwerkkultur. Das wollen wir ändern: Gleichzeitig mit dem Erscheinen der ersten Ausgabe startet die „HAMBURG WOMAN Business Lounge“. Die Premiere gab's im Unilever-Haus in der Hafencity. Motto: „Kind, Karriere und auch noch gut aussehen – wie passt das zusammen?“ Dazu gab es auch einen kleinen, von Annika de Buhr moderierten Talk mit Kristina Tröger, Ina Menzer, Mirja du Mont und Katja Suding. Mehr dazu und viele unserer Gäste sehen Sie auf Seite 76. Heide Simonis lag also falsch: Frauen bekommen Netzwerke hin. Wie sie die wertvollen Kontakte nutzen, das ist eine andere Frage ...

Christiane Kaufholt *K. Wolf*
CHEFREDAKTION

FÜR HAMBURG WOMAN TRAFEN WIR...



Guido Maria Kretschmer in Winterhude. Die stellvertretende Chefredakteurin Christiane Kaufholt führte mit ihm im Rahmen der Präsentation seiner Heine-Kollektion abseits des Laufstegs ein Interview. Der sympathische Designer plauderte darüber, warum er jetzt Mode für mollige entworfen hat, dass Problemzonen auch vor dünnen Frauen nicht halt machen, was absolute Goes und No-Goes sind und dass auch er sich schon einen unangenehmen Fashion-Fauxpas geleistet hat. Highlight: Wir verlosen eines seiner neuen Outfits! Wie Sie es gewinnen können, lesen Sie auf S. 28!



Das HAMBURG WOMAN-Cover zeigt ein Motiv aus der aktuellen Betty Barclay-Kampagne, www.bettybarclay.de.



Ihr Butler wird begeistert sein


Wer sich intensiv mit Küche und Bad beschäftigt, entwickelt extrem hohe Anforderungen an Material, Form und Komfort. Also kommt er zu ellerbrock und lässt sich ausführlich beraten: zu Technik, Design, Marken, Installation und all den kleinen Feinheiten, die den wichtigsten Lebensräumen Charakter verleihen. Das Leistungspaket von ellerbrock ist ein Geschenk für Kenner, die Topqualität lieben, große Auswahl schätzen und für ihren Haushalt nur das Beste wünschen.

ellerbrock bad & küche in duvenstedt · Puckaffer Weg 4 · T 040 607 62-0

ellerbrock die küche im stilwerk · Große Elbstraße 68 · T 040 380 86 77-0

www.ellerbrock.com



 DURAVIT

SieMatic

2012 gekürt von
„Der Feinschmecker“ als eines der
220 besten Küchenstudios Deutschlands

2013 Aufnahme von
„Architektur & Wohnen“ in die Liste der
250 besten Badeinrichter Deutschlands

-ellerbrock

50



66



42

INHALT

HAMBURG WOMAN JULI 2014

GESELLSCHAFT

8 **HAMBURG WOMAN** auf Spurensuche: Können Frauen netzwerken?

10 **Den Frauen über die Schulter geschaut** – Stereotypen von Hamburgerinnen

16 „**My Black Skin**“: Dayan Kodua suchte für ein Buchprojekt 25 erfolgreiche Afrodeutsche

24 **Von Drachen-Damen** und einer Goldmedaillengewinnerin, die Lauf-tipps gibt: Heike Drechsler

36 **Ups, das Buch „Die versteckte Lust der Frauen“** propagiert ein Frauenbild, das überwunden schien

62 **Was Hamburgs Promi-Frauen** über die WM in Brasilien denken

75 **Außergewöhnliche Events** und Netzwerkveranstaltungen der Hamburger Gesellschaft

PEOPLE

12 **Model und Schauspielerin Mirja du Mont** gibt Fashion-Tipps

14 **Will Frauen selbstbewusster machen:** Catwalk-Trainer und Showbizgröße Jorge Gonzalez

20 **Kristina Tröger**, Business-Lady aus dem Norden Hamburgs, über die Karrierechancen von Frauen

22 **Bestsellerautorin Ildikó von Kürthy** beschreibt die Problemzone „Partnerschaft“

66 **Die Brasilianerin Fernanda Brandao** über ihren ARD-Job bei der WM in ihrer Heimat

68 **Raffaella Scheibner** erklärt: „So sind die Männer!“

FASHION

26 **Kultdesigner Guido Maria Kretschmer** findet: „Stil kennt keine Größe“.

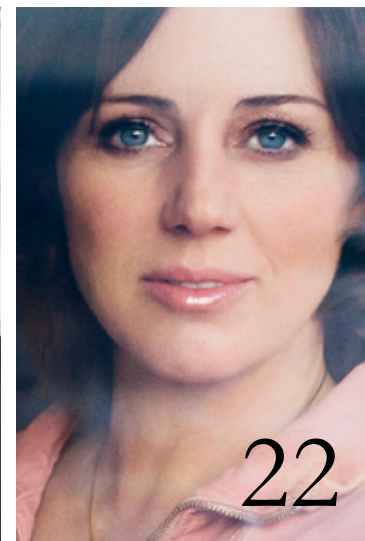
30 **Angesagte Bikini-Trends** – von süß und sexy bis klassisch elegant!

ZU GEWINNEN!
OUTFIT VON GUIDO MARIA KRETSCHMER
SEITE 26

38



60



48 Prominente Hamburgerinnen öffnen für uns ihre Handtasche: Diesmal Profi-Tänzerin und Beauty-Expertin Christine Deck

BEAUTY

38 So genießen Sie Ihren Strandurlaub und den Sommer richtig: fünf Tipps für ein gesundes Sonnenbad

42 Parfum-Psychologie – so beeinflussen uns die verschiedenen Inhaltsstoffe

FOOD

56 Sommerliche Salat-Variationen: Grün ist in, gesund und verdammt lecker

60 Tipp: Sternekoch Ali Güngörmüs verrät seine besten Rezepte im Kochbuch „Mediterran“

LIFESTYLE

50 Tipps und Tricks für die perfekte Einrichtung – ob extravagant und explorativ oder schlichter Schick

70 Die Bloggerin Dajana Eder testet exklusiv Autos, aus Frauensicht!

72 Kunst- & Kulturtipps: von Ullta Knaus' neuem Album über Andy Warhols Plakate bis hin zu Nina Puris neuem Roman

3 **Editorial**
80 **Impressum**



Auch online lesen: HAMBURG WOMAN gibt es auch auf www.hamburg-woman.de. Dort können Sie es einfach als ePaper bestellen und dann stets die neueste Ausgabe direkt per Mail erhalten.

Fotos: Frank Grimm, heine.de, Schöner Wohnen/Jonas von der Hude/Bettina Eulenborg, SWR/Alexandra Kluge, Victoria's Secret/www.imagesportal.com, © Dorling Kindersley Verlag / Mäike Jessen



Kungeln für die *Karriere*

Strippenziehen für die Karriere – das bieten Frauen-Netzwerke. Doch viele Frauen nutzen diese Chance für eine gezielte Berufsplanung durch eine effektive Kontaktpflege nicht.

Woran liegt das eigentlich?

Beziehungen und Kontakte sind zweifelsohne wichtige Erfolgsfaktoren. Wer die Karriereleiter nach oben steigen will, muss die richtigen Leute kennen – oder zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein. Knapp die Hälfte aller offenen Stellen wird über persönliche Netzwerke vergeben. Frauen könnten viel stärker von diesen Netzwerken profitieren. Aber sie tun es trotz der vielen Zirkel nicht, die für die Einzelunternehmerin bis zur Managerin eines Konzerns den passenden Rahmen bieten.

Ein Grund dafür ist die tief verwurzelte „Lieschen-Mentalität“. Lieber am Schreibtisch sitzen und das Projekt zu Ende bringen, als die Zeit in einen Netzworkeabend zu investieren. Doch dieser Perfektionismus in der Hoffnung, dass großartige Leistung von anderen gesehen wird, bringt häufig nicht den gewünschten Erfolg. Denn was hat „Lieschen“ davon, wenn der avisierte Job von jemand anderem besetzt wird? „Viele Frauen glauben immer noch, dass sie erst die Arbeit erledigen müssen, statt sich Zeit für ihre Berufsplanung zu nehmen“, sagt Unternehmensberaterin Martina Plag. Sie gründete vor vier Jahren die Woman`s Business Lounge (WBL) mit dem Ziel, dass Frauen sich gegenseitig unterstützen. Die Netzworkeabende mit wechselnden Vorträgen über die passenden Business-Klamotten bis zum Stimmtraining für erfolgreiches Auftreten bieten Kontaktpflege in lockerer Atmosphäre. „Ach, ich wusste ja gar nicht, wie toll das hier ist und wie leicht man ins Gespräch mit anderen Frauen kommt“, lautet dann oftmals die verblüffende Erkenntnis von Erstteilnehmerinnen.

Rückhalt in beruflich schwierigen Zeiten

Das zeigt: Speziell Frauen-Netzwerke helfen, Berührungspunkte abzubauen und ohne Zögern von den Erfahrungen anderer Frauen zu profitieren. Denn darum geht es: Sich Rückhalt in beruflich schwierigen Zeiten zu holen, sich über die eigene Karriereplanung auszutauschen und die Suche nach Personal in solchen Zirkeln zu aktivieren. Gerade in Frauen-Netzwerken ist die Solidarität hoch. Für Frauen in Führungspositionen sind sie oft der einzige Rahmen für den vertrauensvollen Austausch untereinander. Und dennoch werfen Frauen ihre Netze immer noch zu zögerlich aus.

Männer machen Geschäfte auf der Toilette

Vielleicht liegt es daran, dass dem weiblichen Geschlecht die jahrtausendalte Tradition der Männer fehlt. Die kungelten in ihren Clubs und Wirtschaftsvereinigungen und schlossen bei Whisky und Zigarre ihre Geschäfte. Für Frauen blieben die Türen verschlossen. Bis sie anfangen, ihre eigenen Karriere-Netzwerke zu gründen. Unabhängig von dieser Entwicklung gehen Männer beim Ausloten beruflicher Perspektiven einfacher vor. Der Kurz-Talk findet auf der Toilette, abends in der Kneipe oder auf dem Golfplatz statt. Männer scheuen sich auch nicht, ihren Sitznachbarn aus der Grundschule nach 30 Jahren anzurufen, wenn der nun im Vorstand eines großen Unternehmens sitzt. „Hey, Kalle. Lang nichts gehört. Wie geht's denn so. Man, aus

Dir ist ja echt was geworden. Sag mal, wollen wir uns auf ein Bier treffen?“ Frauen ist dieses platte Anbaggern für den eigenen Karriereschub nach so vielen Jahrzehnten des Schweigens eher peinlich. Diese Kumpanei ist ihnen fremd. Sie haben es nicht gelernt. Heide Simonis, ehemalige Ministerpräsidentin von Schleswig-Holstein, hat ihre eigenen bitteren Erfahrungen gemacht. Denn wenn sie am späten Abend nach einem Meeting nach Hause fuhr, machten die Männer im Hinterzimmer die wahre Politik und kungelten ihre Deals aus. „Die Seilschaften der Männer funktionieren perfekt. Wenn einer oben ist, zieht er den anderen hinterher. Da wird keiner fallen gelassen“, sagte Heide Simonis anlässlich einer Netzworke-Veranstaltung für Frauen.

Visitenkarten-Partys sind out

Das Prinzip von Geben und Nehmen ist Motor für eine erfolgreiche Netzworkearbeit. Das hat auch mit Großzügigkeit zu tun. Das ist nicht nur Zeit, sondern das sind auch Wissen und Information. „Wer nur konsumiert und sich nicht aktiv einbringt, bekommt auch nicht das, was er in einem Frauen-Netzwerk sucht. Nur wer sich engagiert, wird auch gesehen und kann von Kontakten langfristig profitieren“, so Anette Handt vom Verband Schöne Aussichten. Die Kommunikationsberaterin aus Fuhlsbüttel hält daher auch nichts von Frauen, die nur ihre Visitenkarten unter das Volk bringen wollen. Diese Partys mit der Hoffnung auf die schnelle Mark, wenn man nur genug Visitenkarten in kurzer Zeit verteilt, sind ohnehin out. Denn diese flüchtigen Kontakte haben keinerlei nachhaltigen Wert für eine gute Geschäftsbeziehung.

„Mädchen-Gedeck“ für wenig Geld

Das mag sich in der Frauenwelt schon herum gesprochen haben – nicht aber die Erkenntnis, auch Geld in eine effektive Netzworkepflege zu investieren. Das fängt beim Essen an. Während Männer bei ihren Geschäftskontakten ein fürstliches Drei-Gänge-Menü verspeisen, bestellen sich Frauen das „Mädchengedeck“: Mozzarella mit Tomate und dazu eine Weißweinschorle. Oder könnte man nicht doch einfach den Salat kurz vor dem Computer essen und dabei die Mails lesen, statt sich mit einer Frau aus dem Netzwerk zu treffen? Die Organisatorinnen von Frauen-Netzwerken können da ein Liedchen mitsingen, wenn sie für den Netzworkeabend im eigens angemieteten Veranstaltungsraum eines Hotels mit Buffet und Getränken für die Damen 24 Euro von jeder verlangen - und dann gefragt werden, ob das denn so teuer sein muss. „Frauen haben keine Netzworkekultur“, bringt es Rena Bargsten auf den Punkt, die lange Jahre als Deutschland-Präsidentin für European Woman`s Management Development (EWMD) aktiv war. Die Hamburger Unternehmerin plädiert für ein stärkeres Netzworke über die Grenzen des eigenen Verbandes hinaus. „Gemeinsam sind wir stärker und können Synergien nutzen. In Wirtschaft und Politik bekommen wir Gehör, wenn wir mehr PS auf die Straße bringen.“

Nicola Sieverling

Typisch Hamburgerin?

Alster, Elbe und Reeperbahn sowie Franzbrötchen und Labskaus sind Merkmale, die für unsere Hansestadt typisch sind. Was aber ist mit den Bewohnern selbst? So manch eine Hamburgerin hat bestimmt schon einmal den Spruch gehört: „Du bist so eine typische Hamburgerin.“ Wobei ganz korrekt ist meine Wiedergabe des Spruches nicht. Viel mehr heißt es typisch Harvestehuderin, typisch Blankeneserin oder typisch Schanzen-Maus. Was macht aber diese drei „Stereotypen“ von Hamburgerinnen aus? Ganz einfach: Fashion und Lifestyle.

Am Eppendorfer Baum flaniert die Harvestehuderin mit der Kinderkarre vorweg schiebend oder/und der besten Freundin gern im neusten All Star-Schuhmodell zur Röhren-Jeans oder sie trägt das, was gerade die Fashion-Magazine als das Musthave anpreisen. Frau hat an der Alster einfach ein Studium im *Instyle*-Lesen mit summa cum laude absolviert. Lieblings-Begleiter der Alsteranerin ist nicht etwa der Mann, sondern der Shopper, in dessen Tiefe sich neben Lippenstift, Geldbörse und Smartphone mindestens ein Ray-Ban-Hipster befindet. Sobald die Vermutung nahe liegt, die Sonne könnte sich gleich zeigen, sitzt das Piloten-Modell auf der Nase, man genießt eine Aperol-Spritz mitten auf dem E-Baum und erfreut sich eines leichten Fischgeruches aus dem Nachbarladen. Das ist dort der Lifestyle, genau wie auf den Isemarkt gehen, sich mit der Freundin



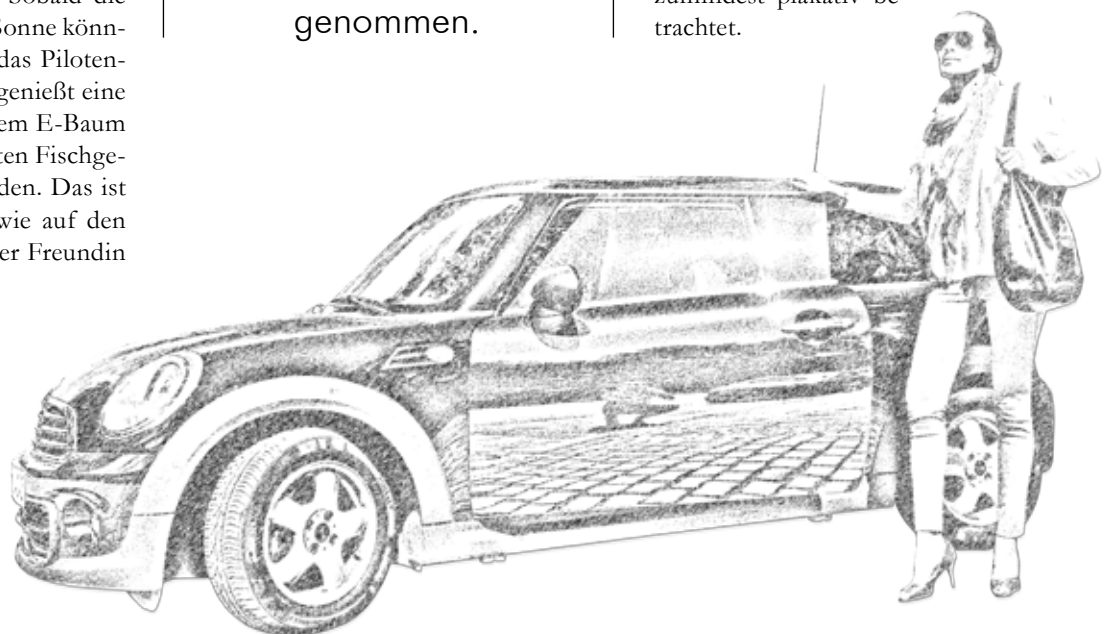
Christiane Kaufholt

Individuell und einzigartig möchten wir Frauen sein. Doch dann hört man den Spruch „typisch Hamburgerin“. Gibt es sie? Wenn ja, was macht sie aus? Ich habe uns mal etwas unter die Lupe genommen.

zum Kaffee treffen und über Männer und Beziehungen quatschen, Mini fahren oder im offenen Sportwagen auf dem Beifahrersitz den Binnensee umrunden, so tuend als suche man einen Parkplatz. Wird Frau dieses „Luxusleben“ zu langweilig, eröffnet sie gerne eine Boutique – natürlich in ihrem Viertel an der Alster – die dient eigentlich mehr als neuer Treffpunkt für die Freundinnen als der Wirtschaft.

Nicht viel anders schauen die Vorlieben der Frauen im Westen der Stadt aus. Wobei die typische Blankeneserin, vor allem beim Styling, doch deutlich konservativer ist: Sie trägt Ralph Lauren-Bluse, Tweed-Jacke und Perlen-Ohringe.

Einen noch etwas anderen Typ Frau als an Alster und Elbe ist in der Schanze anzutreffen: Ihr Lifestyle ähnelt dem, den man aus der Hauptstadt kennt: bunt und trashig. Diesen Typ gibt es im Vergleich zu den anderen auch noch nicht lange, er hat sich in den letzten Jahren entwickelt. Und weil er noch so jung ist und irgendwie auch zu sehr an Berlin erinnert, gilt er gemeinhin nicht als typisch hamburgisch. Fazit: Die Frauen an Alster und Elbe – sie sind die typischen Hamburgerinnen – zumindest plakativ betrachtet.



Den Einkaufswagen gibt's bei uns.

So macht shoppen Spaß!



Audi



Das Auto.



Nutzfahrzeuge



SKODA



Service mit Leidenschaft.

16 x in Hamburg & Norderstedt

Auto Wichert GmbH | www.auto-wichert.de | info@auto-wichert.de

Stockflethweg 30 | Hamburg | Tel. 040 . 52 72 27-0
 Wendenstr. 150-160 | Hamburg | Tel. 040 . 25 15 16-0
 Bornkampsweg 2-4 | Hamburg | Tel. 040 . 89 69 1-0
 Blankeneser Landstr. 43 | Hamburg | Tel. 040 . 86 66 60-0
 Hoheluftchaussee 153 | Hamburg | Tel. 040 . 42 30 05-0
 Holsteiner Chaussee 190 | Hamburg | Tel. 040 . 57 70 97 90
 Oldesloer Straße 90 | Hamburg | Tel. 040 . 55 08 169
 Segeberger Ch. 181 & 188a | Norderstedt | Tel. 040 . 52 99 07-0
 Ulzburger Straße 167 | Norderstedt | Tel. 040 . 52 17 07-0
 Ohechaussee 194 | Norderstedt | Tel. 040 . 30 98 544-70




ENDLICH SOMMER!

Shopping - Genuss in der Bleichenhof-Passage



ERLESENES FÜR JEDEN SINN.

Große Bleichen 35 · 20354 Hamburg · www.bleichenhof.de
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 10-19 Uhr · Sa 10-18 Uhr

A woman with long, straight blonde hair and blue eyes is smiling. She is wearing a black, sleeveless dress with intricate gold and silver sequin and beadwork. The background is plain white.

Perfekt? Nein!
Auch bei den du
Monts gibt es wie
in jeder guten
Beziehung auch
mal kleine
Streitigkeiten.

„Gutes
Benehmen –
ein Essential,
um geachtet
zu werden.“

Mirja du Mont *macht Mode*

Schauspielerin, Model, zweifache Mutter und seit Kurzem Inhaberin einer Hamburger Mode-Boutique. Mirja du Mont zeigt einmal mehr, dass sie alles andere ist, als nur die „Frau von...“ – eine Denke, die die 38-Jährige übrigens sehr nervt.

Meine Mutter hat 30 Jahre lang eine Mode-Boutique geleitet. Ich bin quasi mit dem Geschäft aufgewachsen und interessiere mich seitdem ich Mädchen bin für Mode“, erzählt Mirja du Mont sitzend in einem stylischen Jeans-Overall bei einer Rhabarbersaftschorle in einem Blankeneser Café in unmittelbarer Nachbarschaft zu ihrer neu eröffneten Boutique „Desdemona“. Die Mode, die es dort in den Regalen zu entdecken gibt, besteht nahezu aus Einzelteilen – zumindest ist jedes Stück nur einmal in einer Größe erhältlich. Mirja du Mont lieferten die kreativen Ideen für die Kleidung, die dann vom Designer Pedram Nejad (Paisley Bespoke) umgesetzt werden. Das Angebot zeigt einen breitgefächerten Stil: Vom klassischem Maßanzug über hochwertige extravagante Bomberjacken bis hin zu femininen Röcken und Blusen. Für die unterschiedlichsten Fashionistas ist etwas dabei.

Mirja du Mont trägt privat eher das, was nicht unbedingt Mainstream ist. Darum gehören ein Overall in Leo-Print und eine Jeans-Jacke mit Glitzer aus der aktuellen Kollektion im Geschäft zu ihren persönlichen Highlights. Allerdings sich das Recht herauszunehmen zu sagen, was die absoluten Musthaves sind, die in keinem Kleiderschrank fehlen dürfen, kommt für die Blankeneser Modeexpertin nicht in Frage: „Wer von uns hat schon den ultimativen Geschmack und kann festlegen, was absolut in oder out ist.“



Foto: fame pr & Management

Mirja du Mont liebt Mode, die nicht Mainstream ist. Solche, aber auch klassisch-feminine Outfits gibt es bei Desdemona. Anblicke, die auch Jan Kralitschka und Christian Tews (r.) gefallen haben.

Beim Einrichten des Geschäftes haben Mirja du Monts Freunde und Ehemann Sky tatkräftige mit angepackt. Nicht nur dabei erfährt die zweifache Mutter, die seit Jahren modelt und schauspielert, Unterstützung. „Mein Mann und ich organisieren uns gut. Wenn ich vor der Kamera oder auf der Bühne stehe, hält er mir den Rücken frei und nimmt kein Engagement an, sondern managt alles Zuhause und umgekehrt ist es genauso. Natürlich gibt es auch bei uns, wie wahrscheinlich in jeder Partnerschaft, den ein oder anderen Streitpunkt – bei uns ist es z.B. das Thema ‚Ordnung‘: Mein Mann ist eher der Penible und ich mehr oder weniger die Chaotische.“

Mirja du Mont ist eine gewisse Unabhängigkeit wichtig. Als „die Frau von...“ wahrgenommen zu werden, gefällt ihr gar nicht – ist aber ein Thema, das ihr als Partnerin eines bekannten Schauspielers, der mit Eyes White Shut auch in internationalen Kinofilmen mitgespielt hat, nicht unbekannt ist. Ein wichtiges Essential, das Frauen mit sich bringen sollten, um geachtet zu werden und das sie auch von ihrer 13-jährigen Tochter verlangt, ist gutes Benehmen. Beruflich hingegen macht die vielseitige Mutter ihren Kindern jedoch keine Vorschriften: „Sie sollen das tun, worauf sie Lust haben und ihre eigenen Erfahrungen sammeln.“

Christiane Kaufholt

„Zeig, was du in dir hast!“

Laufsteg-Trainer und Diplom-Ökologe. Das ist Jorge González, der König des Catwalks! Wir sprachen mit dem Eppendorfer über Vorurteile, Trends und sein neuestes Projekt: die Chicas Walk Academy.

Spätestens seit seinem Auftritt bei Heidi Klums „Germany's next Topmodel“ ist Jorge González deutschlandweit bekannt. Seine schrillen Outfits und Sätze wie „Hola Chicas“ machten den Kubaner über Nacht zum Publikumsliebbling. „Du bist gut so wie du bist“: Genau dieser Philosophie folgt auch das neueste Projekt des TV-Stars: „Chicas Walk Academy by Jorge González“ – ab dem 24.6. immer dienstags um 20:15 Uhr bei VOX. Gezeigt wird, wie Frauen mit Jorges professioneller Hilfe an ihrem Selbstbewusstsein und Auftreten arbeiten. Mit seinem Team begleitet der Coach die Chicas sechs Wochen lang. So soll an Einstellung, Rhythmusgefühl und dem richtigen Gang gearbeitet werden. Der Clou: Das Training erfolgt auf hohen Hacken! „Egal ob 9, 15 oder 18 cm! Die Heels sind ein Instrument, mit dem sich die gesamte Körpersprache verändert“, so der Personality-Coach. „Diese aufrechte und starke Haltung soll sich mit unserer Hilfe auf das innere Wesen übertragen! Wir wollen gemeinsam neue Facetten entdecken, die jede Frau in sich trägt. Durch die Medien haben wir allerlei Komplexe. In der Academy spielen Hautfarbe, Größe und Gewicht keine Rolle.“ Weniger Schubladendenken – das wünscht sich Jorge. „Leider denken Menschen in unserer Gesellschaft sehr stereotyp und beurteilen andere stark nach äußeren Faktoren“, kritisiert der 46-Jährige. „Trau dich! Meine Cousine in Kuba trägt hohe Schuhe, viel Schmuck und Make-up – ist aber Chirurgin und steht zu sich und ihrem Stil.“ Individuell und authentisch von innen und außen – dafür steht Jorge González. Einem Trend folgt der erfahrene Image-Berater und Stylist nicht: „Natürlich sind Farben und Prints im Sommer wieder sehr modisch! Aber nichts ist wirklich neu. Es kommt alles wieder, bloß in anderen Interpretationen und Kombinationen. Ich sage immer: Rot mag Trend sein, aber muss ich dann automatisch Rot tragen, wenn es mir doch überhaupt nicht steht?“ *Daniel Johnson*





Professionelle Beratung für den perfekten Auftritt! Neben Laufstegtraining gibt Jorge González gemeinsam mit seinem Team aus Stylisten, Schauspielcoaches und Tanzdozenten Frauen auf der „Chicas Walk Academy“ die Möglichkeit, neue Facetten an sich zu entdecken und aufrecht durch das Leben zu gehen - stark, sexy und selbstbewusst!

© VOX/Timmo Schreiber

Badhotel ★★★★★ Sternhagen

ORIGINAL NORDSEE-THALASSO-HOTEL



DURCHATMEN.
AUFTANKEN.
ENTSCHLEUNIGEN.

Prämiert:

Panorama-Gourmet-Restaurants,
u. a. 2 Michelin-Sterne und Dünen-Weinkeller.
Panorama-Café. Hauseigene Konditorei.
Sonnengarten am Meer.

Hervorragend bewertet:

Schönheits-, Gesundheits- und
Physiotherapieabteilung.
Original Thalasso-Anwendungen.
Meerwasser-Badlandschaft.

Wir freuen uns auf Sie.



Familie Sternhagen
D-27476 Cuxhaven-DUHNEN ·
Telefon +49 (0)47 21 434-0
Arrangements unter
WWW.BADHOTEL-STERNHAGEN.DE



Foto: Thomas Leidig

Eine der vorgestellten, erfolgreichen Schwarzen ist Judoka Miryam Roper Yearwood. Als erste Deutsche belegte sie Platz 1 in der Weltrangliste und ist Hoffnungsträgerin für die olympischen Spiele 2016.



Projekt-Initiatorin
Dayan Kodua (33):
„Ich wünsche mir,
dass mein Kind
eines Tages nach
seinem Können
berurteilt wird, nie-
mals nach seiner
Hautfarbe!“

„Stolz auf *dunkle Haut*“

Die Hamburgerin Dayan Kodua wollte wissen, wo die schwarzen Menschen in dem Land sind, das sie so liebt. Fragte sich, warum sie in Öffentlichkeit und Medien so selten vorkommen. Für Ihr Buchprojekt „My Black Skin“ begab sie sich auf die Suche und fand 25 erfolgreiche afrodeutsche Persönlichkeiten. Wir stellen drei vor.



Sylvaina Gerlich ist Mitglied des Hamburger Integrationsbeirats und gründete 2010 den gemeinnützigen Verein „Interkulturelles Migranten Integrationscenter“.

Beatrace A. Oola wartete nicht auf Veränderungen, sie schuf sie: Mit der Gründung des „Africa Fashion Day Berlin“ – ein europäisches Netzwerk für Modedesigner afrikanischer Herkunft.



Erzählt die Geschichte von 25 erfolgreichen afrodeutschen Persönlichkeiten: *My Black Skin* von Dayan Kodua, Fotograf: Thomas Leidig, Texte Susanne Dorn, Verlag selfmann+söhne, 60 Seiten, 35 Euro



Frau Kodua, warum haben Sie den Titel „My Black Skin“ gewählt und definieren Menschen über ihre Hautfarbe?

Dieses Projekt ist nur wegen der Hautfarbe entstanden. Die schwarze Hautfarbe spielt immer und überall eine Rolle. In Deutschland fällt sie offensichtlich aus dem Rahmen und ist auf den ersten und wohl auch zweiten Blick wenig deutsch. Das was einst und wohl auch heute zum Teil noch als Makel gilt, zeigen die Protagonisten des Bildbands mit Stolz. Und sie zeigen, dass hinter dem Offensichtlichen ganz individuelle Menschen stecken, die persönliche Lebenswege meistern und Andere, ganz gleich welcher Herkunft, inspirieren können.

Sind Sie selber mit Rassismus konfrontiert worden?

Ich bin ein sehr positiver Mensch mit einem starken Selbstbewusstsein und so lasse ich solche Themen nicht an mich heran. Aber natürlich begegnen mir Intoleranz oder mangelnde Sensibilität immer wieder, oft ist sie noch nicht mal verletzend gemeint, sondern einfach gedankenlos. Als Partygast wurde ich erst vor kurzem von einer älteren Dame angewiesen, ihr etwas zu trinken zu bringen – sie konnte sich einfach nicht vorstellen,

dass eine schwarze Frau genauso geladen war wie sie. Gerade bei der jüngeren Generation merke ich aber auch eine starke Veränderung und eher Neugier, aber eine totale Sprachlosigkeit, da sie zwischen überkommenen Klischees und neuer Political Correctness gefangen sind.

Sie wollen eine Debatte anstoßen, wie würden Sie sich den Umgang mit dem Thema Hautfarbe wünschen?

Ich finde es albern, dass offensichtlich Andere zu ignorieren, genauso falsch ist es, Menschen mit schwarzer Hautfarbe in eine Vorurteilsschublade zu stecken. Ich wünsche mir einen respektvollen, aufgeschlossenen Umgang mit dem Thema Hautfarbe. Etwa indem Sie Menschen fragen, wo ihre Wurzeln liegen. Das ist ein wirklicher Gesprächsauftakt, der eine Vielfalt von Antworten zulässt. Bei mir wäre die Antwort: In Ghana und in Kiel. Wenn das Gegenüber dann nicht neugierig auf die Geschichte zur Person ist, weiß ich auch nicht. Diese Frage nach den „Wurzeln“ kann man übrigens auch ganz toll vermeintlich typisch Deutschen stellen, da kommen ganz spannende Erkenntnisse zutage. Weitere Infos auf myblackskin.de

„Es setzt ein Umdenken ein!“

Frauen haben es in deutschen Unternehmen schwer, in Führungspositionen zu gelangen. HAMBURG WOMAN sprach mit **Wirtschafts-Expertin Kristina Tröger** über weibliche Karrierechancen.

HAMBURG WOMAN: Sie sind nicht nur Chefin des Unternehmerinnenverbandes, sondern auch seit vielen Jahren selbst unternehmerisch tätig. Haben sich heute – im Gegensatz zu Ihrer Anfangszeit – die Karrieremöglichkeiten für Frauen geändert?

Kristina Tröger: Ja – ich bin Vorsitzende des Landesverbands Hamburg/Schleswig-Holstein des bundesweiten Verbands deutscher Unternehmerinnen. Mein Engagement im VdU ist mir sehr wichtig. Denn aus meiner eigenen Karriere ist mir bewusst, wie bedeutend ein Netzwerk für den beruflichen Erfolg sein kann. Mein Wunsch ist es, dass irgendwann das Thema „Frauen in Führungspositionen“ Selbstverständlichkeit ist. Zum Glück hat sich viel zum Positiven verändert, aber es gibt noch viel zu tun. Frauen begegnen heute in der Regel weniger Ressentiments, wenn es um die Führung eines bestehenden oder Gründung eines neuen Unternehmens geht. Doch ist es noch immer keine Selbstverständlichkeit, dass Frauen diese Positionen innehaben. Rollenvorbilder sind sehr stark in unserer Kultur verhaftet. Sie zu überwinden braucht Zeit.

Junge Frauen schreiben heutzutage die besseren Abiture, studieren etwa gleich häufig – nur ganz oben kommen sie noch viel zu selten an. So sagt man.

Die Rede ist von einer gläsernen Decke (glass ceiling).

Wie stark bzw. durchlässig ist diese 2014?

Wie wären ihre Auswirkungen zu verringern?

Das habe ich selbst zu Beginn meiner Karriere in einem Konzern erfahren und es hat dazu beigetragen, dass ich mich für die Selbstständigkeit entschieden habe, weil ich die letzte Stufe der Hierarchie nicht erklimmen konnte. Hier setzt seit einiger Zeit ein Umdenken in der Wirtschaft ein, und viele Unternehmen sind schon sehr bestrebt, mehr Frauen in Führungspositionen zu bringen. Es muss selbstverständlich werden, dass Vereinbarkeit von Familie und Beruf ein Thema ist, das beide Elternteile betrifft und nicht einseitig zu Lasten der Frauen und ihrer Karriere gehen darf. Die Wirtschaft kann auf das Potenzial gut ausgebildeter



FOTO: Ulrich Tröger

Frauen nicht verzichten! Und das nicht nur wegen des Fachkräftemangels.

Über welche Eigenschaften müssen Frauen verfügen, um erfolgreich zu werden? Was raten Sie jungen Unternehmerinnen?

Von der eigenen Idee überzeugt zu sein und dieses Feuer auf andere zu übertragen, das macht eine erfolgreiche Unternehmerin aus! In der Regel sind Frauen hervorragend vorbereitet und haben einen detaillierten Businessplan. Aber: Sie brauchen generell auch Mut, z.B. bei der Beantragung eines größeren Kreditvolumens, damit das Unternehmen wachsen kann. Der Austausch mit erfolgreichen Unternehmerinnen in einem Netzwerk wie dem VdU kann dabei helfen.

Ein oft besprochenes Problem ist es, Karriere, Haushalt und vielleicht sogar noch Kinder unter einen Hut zu bringen. Welche Lösung würden Sie hier vorschlagen?

Das ist eine Herausforderung, vor der alle

Eltern stehen. In Punkto Kinderbetreuung sind wir auf einem guten Weg. Doch brauchen wir auch weiterhin den flächendeckenden Ausbau von qualitativ hochwertigen Betreuungsangeboten, die auch zeitlich flexibel verfügbar sind. Dazu würde es helfen, wenn die Arbeitskultur in deutschen Unternehmen sich ein wenig mehr am skandinavischen Vorbild orientieren und z.B. Besprechungen nicht mehr nach 17 Uhr angesetzt würden.

Klischee oder Tatsache: Die Unternehmenskultur ist bei weiblichen Führungskräften anders.

Stimmt das? Wenn ja, inwiefern?

Der VdU hat 2013 seine Mitglieder befragt und die Ergebnisse mit einer männlich dominierten Vergleichsgruppe gespiegelt. Dabei kam heraus: Frauen führen anders – in Nuancen. Sie setzen andere Prioritäten: In frauengeführten Unternehmen rangiert Mitarbeiterbindung weit vor Boni und Dienstwagen. Hier werden flexible Arbeitszeitmodelle schon deutlich häufiger gelebt. „Soft skills“ führen den Weg, „hard profits“ sind dann das Ergebnis. Weitere Studien haben ergeben, dass Frauen von Natur aus langfristiger denken.

Unternehmensziele werden somit längerfristig angelegt. Das ist vor allem bei den Finanz- und Liquiditätsplanungen sichtbar.



TAMARA COMOLLI FINE JEWELRY COLLECTION

tamaracomolli.com

...neu in unserer Kollektion!

Freuen Sie sich mit uns auf
die farbenfrohen Schmuckstücke
von TAMARA COMOLLI.

18K Gold

Juwelier CABOCHON

CABOCHON Juwelen Handels GmbH

Alstertal EKZ · Heegbarg 31 · 22391 Hamburg · Tel. (040) 60 82 46 98 und 60 82 47 05 · Fax (040) 60 82 13 20
info@juweliercabochon.com · juweliercabochon.com

„Es gibt keinen Traumpartner“

Sternschanze – der neue Hamburg-Roman von **Ildikó von Kürthy**, der es in sich hat. Er erzählt von den Klischees an der Alster, von einer Mitvierzigerin zwischen Cellulite und Liebeslust, die aus Langeweile ihren Mann betrügt und von Null anfangen muss. Und wie schaut es im Privatleben der 46-jährigen Bestsellerautorin aus Hamburg selbst aus?

„Unnormale Erwartungen treffen auf normale Menschen“

Wie haben Sie schlimme Trennungen überwunden?

Trennungen überwindet man gar nicht, man erträgt sie notgedrungen, das ist meine Erfahrung. Erst hält man sie einfach nur aus. Und zwar ziemlich schlecht. Und irgendwann gehören auch die Abschiede, die man nehmen musste, zum Leben dazu. Um manche Menschen trauere ich bis heute. Und zwar gern, weil ich es mittlerweile als Bereicherung empfinde, jemanden zu vermissen. Meinen Vater zum Beispiel. Andere fehlen mir nicht. Leider. Mit zeitlichem Abstand schrumpft ja manche vermeintlich riesengroße Liebe in sich zusammen.

Liebeskummer, das lehrt die Erfahrung, geht in der Regel vorbei. Auch wenn es sich dann jedes Mal wieder so anfühlt, als würde dieser spezielle, in dem man gerade steckt, ganz gewiss für immer dauern.“

In unserer modernen Welt scheint es immer schwieriger zu werden, den richtigen Partner zu finden. Woran liegt das Ihrer Meinung nach?

Unnormale Erwartungen treffen auf normale Menschen. Da muss man entweder Kompromisse machen, und dem Typen, der vielleicht die falsche Turnschuhmarke trägt, trotzdem einen zweiten Blick gönnen oder man bleibt allein.

Ein beliebtes Argument der ewigen Singles lautet: „Ich bin einfach so anspruchsvoll.“ Ach ja? Dann wird es Zeit, die Ansprüche zu überprüfen und der Wirklichkeit anzupassen. Alles andere ist dämlich. Besonders Frauen laufen mit gnadenlos überfrachteten Beziehungsvorstellungen durch die Gegend und wundern sich dann, dass sie nicht den richtigen Mann finden.

Den einfühlsamen, männlichen Kerl, der gut verdient, dennoch viel Zeit hat, Kinder liebt, den Müll runter bringt, sich blendend mit seiner Mutter versteht, treu ist und im Bett eine Granate. Ja wo versteckt der sich bloß? Nur in Eurer Phantasie! Schon mal gehört, dass man nicht alles haben kann?! Die mangelnde Bereit-

schaft zum Kompromiss, zum Durchhalten, wenn's schwierig wird, Desillusionierungen zuzulassen ohne sie für das Ende der Liebe zu halten – nur so findet man einen Partner und behält ihn auch länger als fünf Minuten.“

Was würden Sie Langzeit-Singles auf Partnersuche raten, um doch noch den Traumpartner zu finden?

Es gibt keinen Traumpartner. Man selber ist ja auch keiner. So einfach ist das. Wenn man sich das klar macht und den Mut hat, törichte

Hoffnungen aufzugeben, kann man einen Partner finden.“

Kommunikation ist Ihr Fachgebiet. Außerdem sind Sie in einer langjährigen Partnerschaft mit Kindern glücklich. Wie schaffen Mann und Frau es, erfolgreich miteinander zu kommunizieren? Wie gelingt das Ihnen und Ihrem Mann?

Mal besser, mal schlechter und mal gar nicht. Ich bin übrigens auch nicht ständig glücklich, keine Ahnung, wer so einen Quatsch über mich erzählt. Mein Mann und ich haben im Laufe der Jahre nur wenige unserer Probleme in den Griff bekommen. Aber wir haben einige zu den Akten gelegt, ohne eine Lösung gefunden zu haben. Das kann sehr befreiend sein, festzustellen, dass sich manche Dinge niemals ändern werden und man getrost aufhören kann, sich deswegen die Köpfe einzuschlagen.

Der von mir sehr geschätzte Therapeut und Autor Arnold Retzer sagt: „Sich einen dauerhaften Partner auszusuchen heißt, sich ein paar dauerhafte Probleme auszusuchen. Und dabei kommt es letztlich nicht darauf an, sich zu vertragen, sondern sich zu ertragen. Das heißt, der Verzicht auf die Lösung des Problems ist die Lösung. Und dem ist nichts hinzuzufügen.“

Ändern sich mit dem Älterwerden auch die Beziehungsprobleme? Wenn ja wie? Und entwickelt man eventuell auch andere Lösungsstrategien?

Ich bin eigentlich erstaunt, wie wenig sich meine Probleme im Laufe der Jahre verändert haben. Wenn es ernst wird, bin ich im-

mer noch eine total schnell beleidigte, unsachliche und super blöde Ziege, die sich selbst viel zu ernst nimmt. An der Lösung arbeite ich noch.

Was halten Sie vom Online-Dating? Was sollten die Nutzer Ihrer Meinung nach beachten?

Online-Dating ist eine gute, moderne und sehr effektive Methode, sich auf Partnersuche zu machen. Aber sie ist total unromantisch. Im Internet kann man sich nicht riechen, nicht anfassen, nicht hören, nicht die vielen, kleinen, wichtigen Regungen des Gegenübers beobachten und auf sich wirken lassen. Deswegen finde ich es wichtig, das Online-Date so schnell wie möglich in die Realität zu holen, ehe sich im digitalen Raum eine Beziehung entwickelt, die mit der Wirklichkeit womöglich wenig zu tun hat. (Quelle: PARSHIP.de)

Foto: Frank Grimm



Beziehungsprobleme verschönert Ildikó von Kürthy weder in „Sternschanze“ noch privat.



BUCHTIPP

Nicki ist 43 und seit zehn Jahren mit Oliver verheiratet. Der hat einen gut bezahlten Job, der Nicki ein Luxusleben in Harvestehude gestattet – wenn shoppen, Kaffee trinken gehen und schnattern mit Freundinnen als Luxusleben durchgeht. Aber Nicki langweilt ihr Leben und sie nimmt sich einen Liebhaber, ihr Mann schmeißt sie raus, Nicki zieht in die Schanze, muss noch mal bei null anfangen und am Ende ... das soll hier nicht verraten werden. Schließlich soll auch der neue und neunte Roman der Hamburger Bestsellerautorin Ildikó von Kürthy „Sternschanze“ noch Überraschungen bereithalten. Rowohlt Verlag, 2014, Preis: 17,95 Euro.



KAISER REICH

**MASSAGEN  BEAUTYSHOP  WIMPERNEXTENSIONS
KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN**

GEGEN VORLAGE DIESER ANZEIGE ERHALTEN SIE BIS ZUM 30. AUGUST EINEN PREISNACHLASS VON 20% AUF UNSERE MASSAGEN.

PRO PERSON IST NUR EIN GUTSCHEIN MÖGLICH.

20%

ERIKASTRASSE 74 • 20251 HAMBURG EPPENDORF
TEL. 040 244 325 84 • WWW.KAISERREICH-HAMBURG.DE

NEU IN EPPENDORF!

Drachen-Damen

mit langer Tradition

Bei einem sehr, sehr lauen Lüftchen richtete der NRV die 54. Auflage der „Drachen Damen-Regatta“ auf der Alster aus. Mitmachen dürfen, anders als der Name es vermuten lässt, aber auch Männer, solange eine Frau die Pinne in der Hand hält! Mit 15 Booten und Crews, darunter zwei komplette Frauenteam, ging ein respektables Feld aufs Wasser. Dort ließen die Bedingungen zwar leider nur eine Weitefahrt zu, das tat der guten Stimmung – vor allem später an Land – aber zum Glück keinen Abbruch. Siegerin wurde Cornelia Zachariasen (rechts unten) mit Mann Gerd und Lena Leschhorn (NRV). Mehr Infos: nrv.de



Eines des Sporthighlights für die Ladies der Stadt ist die „Damen Drachen-Regatta“ des Norddeutschen Regatta Vereins.

Woman's Run: Tipp von einem Gold-Girl

Am 28. Juni gehen rund 5.000 Frauen beim Craft Woman's Run im Stadtpark an den Start. 12 von ihnen hatten im Vorfeld Glück, sie gewannen ein Lauf-Training mit Weitsprung- und Sprintstar Heike Drechsler. Das Gold-Girl von 1992 und 2000 gab persönliche Tipps wie: „Das Tempo und auch den Untergrund stetig zu wechseln. So schaffe ich mir selbst Puffer für Ruhephasen, in denen der Körper durchatmen kann und halte nach hinten raus länger durch.“ Wer den Läuferinnen in Hamburgs grüner Lunge die Daumen drücken will, hat in der Nähe des sogenannten „Woman's Village“ ab 15 Uhr (Start 5 km) und 17.30 Uhr (Start 8 km) die Chance dazu.

Coachte Läuferinnen in Hamburg: Heike Drechsler.

In der City:

HAGEL expandiert!

HAGEL befindet sich auf Expansionskurs! Die Hamburger Lifestylemarke betreibt neben 16 urban-stylischen Friseurlounges in exponierten Lagen Hamburgs auch einen Online-Shop mit 300 Marken und über 20.000 verschiedenen Haarpflege- und Beautyprodukten: hagel-shop.de ist europaweit einer der führenden Anbieter im Bereich Online-Shop für Premium-Haarpflegeprodukte. Dabei gilt stets die Firmen-Philosophie: „Wir wollen, dass sich die Kunden wohlfühlen und die schönen Seiten des Lebens genießen. Ob online oder in einem unserer Salons: wir möchten, dass sich unsere Kunden mit Haut und Haar wohlfühlen. Denn wer sich wohlfühlt, ist schön. Und wir glauben daran, dass dieses Gefühl jeden Tag ein bisschen besser macht“, so Marketing-Leiter Andre Ludwig. Das geht ab dem letzten Juniwochenende auch in einem weiteren HAGEL-Shop – im Jungfernstieg 48, natürlich wieder in bester Lage! Weitere Infos unter: hagel-hair.de



Neue Chefin

Dr. May Shana'a übernimmt in diesem Jahr den für die Beiersdorf AG bedeutenden Bereich Forschung & Entwicklung (F&E). Die gebürtige Libanesin verfügt über 26 Jahre Erfahrung im Management von globalen F&E-Organisationen multinationaler Konzerne. 20 Jahre war sie im Bereich der Körperpflege und Kosmetik tätig. Ihr Vorgänger, der langjährige Leiter der Hautforschung Prof. Dr. Klaus-Peter Wittern, geht in den Ruhestand.

Leitet künftig einen der wichtigsten Bereiche bei Beiersdorf:
Dr. May Shana'a.






Think Pizza...



24 x in Hamburg
Gleich bestellen:
joeys.de

**Hamburg,
meine Pizza.**

people

Stil

kennt keine Größe!

Frauen lieben **Guido Maria Kretschmer**! Der Designer versteht einfach, was sie wollen! Dass zeigt er einmal mehr mit seiner neuen Kollektion, die er in Hamburg präsentierte. Dabei verriet er uns, was für ihn Fashion-Fauxpas sind und welcher sein persönlicher war.

HAMBURG WOMAN: Mode für Mollige – warum?

Guido Maria Kretschmer: Ich glaube, es ist wichtig zu zeigen, dass mollig sein nicht unbedingt die Eintrittskarte dafür ist, nur langweilige Oversize-Mode zu tragen. In den letzten Jahren haben mich oft E-Mails erreicht, die dieses Thema angesprochen haben und ich sehe es auch regelmäßig in meiner Sendung „Shopping Queen“, wie schwer es für Frauen mit einer größeren Konfektionsgröße ist, Modisches in den Geschäften zu finden.

Warum hast du im Rahmen deiner „normalen“ Kollektion keine Mode für „stärkere Mädchen“?

Die High Fashion-Betriebe nehmen solche Aufträge gar nicht an. Für die hört Mode schon oft bei Konfektionsgröße 40 auf.

Problemzonen – nur ein Thema bei fülligeren Frauen?

Ich denke, dass auch ganz schmale Mädchen ihre Probleme haben. Als Brett ist es auch nicht einfach Proportionen zu zaubern. Jede Frau sollte die Arme weit aufmachen für den Konstitutionstyp, der sie ist. Ich habe mit meiner neuen Kollektion auch versucht, niemanden auszugrenzen. So ist die Mode bereits ab Größe 40 erhältlich, was nicht bedeutet, dass man mit dieser Kleidergröße schon als mollige Frau durchgeht. Auch passen in



Der Frauen-Versteher: Starke Mädchen schrieben dem Star-Designer, es gibt keine wirklich angesagte Oversize-Mode. Anlass genug für den 48-Jährigen Mode für Mollige zu machen.

Langweilig war gestern! Von elegant über sexy bis urban – die neue Curvy-Kollektion kleidet Frauen bis Kleidergröße 52 modisch. Diese und weitere Outfits aus der Guido Maria Kretschmer-Kollektion by Heine unter www.heine.de.





„Ich bin Fan demokratischer Mode, die für alle gemacht ist!“

einige Teile Frauen mit Größe 38 oder 36. Ich bin einfach ein Fan demokratischer Mode, die für alle gemacht ist.

Was haben dicke Frauen, was dünne nicht haben?

Auf alle Fälle etwas mehr Gewicht und sie schwitzen ein bisschen mehr... Was den Humor anbelangt, vielleicht stimmt die Behauptung, dass mollige Frauen davon mehr haben. Ich denke, das liegt aber daran, weil in ihnen einfach mehr Leichtigkeit steckt und zwar aus dem Grund, weil das Leben für sie in einigen Bereichen aufgrund ihres Körpers einfach schwerer ist. Letztendlich möchte ich das aber nicht verallgemeinern, es gibt solche und solche – bei dicken sowie auch dünnen Frauen.

Goes und No-Goes?

Ein Go ist es, gescheit zu sein – das hilft schon einmal sehr. Ein weiteres ist es Farben zu tragen, die mit der Haut korrespondieren, der richtige BH ist auch sehr

wichtig und dass die Tasche zur Körperproportion passt.

Was ich gar nicht gut finde, dass sind auf dem Rücken geschnallte kleine Rucksäcke, Trekking-Sandalen und mir gefallen nicht so sehr Wolle an den

Beinen, ungepflegte Füße in Sandalen oder Joghurt-Flecken auf T-Shirts.

Dein persönlicher Fashion-Fauxpas?

Der ergab sich in einer Silvester-Nacht. Irgendwie hatte ich fälschlicherweise gedacht oder verstanden, dass das Motto der Party „Country“ sei. So tauchte ich auf dem Event im kariertem Vivienne Westwood-Anzug auf. Alle anderen waren aber, wie halt oft üblich bei einer Silvester-Party, elegant im Smoking unterwegs. Ich sah einfach total verkleidet aus.

Wird es eine zweite Kollektion für große Größen geben?

So genaue Gedanken habe ich mir noch nicht gemacht.

Christiane Kaufholt



GEWINNEN SIE EIN OUTFIT VON GUIDO!

Guido Maria Kretschmer liefert mit seiner „Guido Maria Kretschmer by Heine“-Curvy-Kollektion, bestehend aus insgesamt rund 50 angesagten Teilen in den Größen 40-52, Frauen, denen ihre Figur häufig bei der Kleiderwahl im Weg steht, die passende Antwort.

Mit HAMBURG WOMAN können Sie jetzt ein Outfit für starke Frauen des Star-Designers gewinnen! **Verraten Sie, warum Sie die „stärkste“ Power-Frau Hamburgs sind.** Schreiben Sie Ihre kurze Begründung unter dem Betreff „Starke Frau“ mit einem Foto von Ihnen sowie Ihrem Kontakt an c.kaufholt@alster-net.de oder per Post: Magazin Verlag Hamburg, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg. Einsendeschluss: 30.07.2014.

Die HAMBURG WOMAN-Redaktion entscheidet anschließend, wer die beste Begründung geliefert hat. Diejenige kann sich eines der drei Outfits auswählen. Die Gewinnerin wird benachrichtigt.

QR-Code scannen und am Gewinnspiel teilnehmen!



MEINE GESCHICHTE.
MEIN DESIGN.



Sommer, Sonne
Urlaub unter Palmen

Meine Geburtstagsparty
am Strand

ENTDECKE DIE NEUE SOMMER-KOLLEKTION 2014

pandora.net

 Folge uns auf facebook.com/PandoraDeutschland


PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS

**PANDORA STORE
AEZ**
Heegberg 31
22391 Hamburg

**PANDORA STORE
Europa Passage**
Ballindamm 40
20095 Hamburg

**PANDORA STORE
EEZ**
Osdorfer Landstraße 131
22609 Hamburg

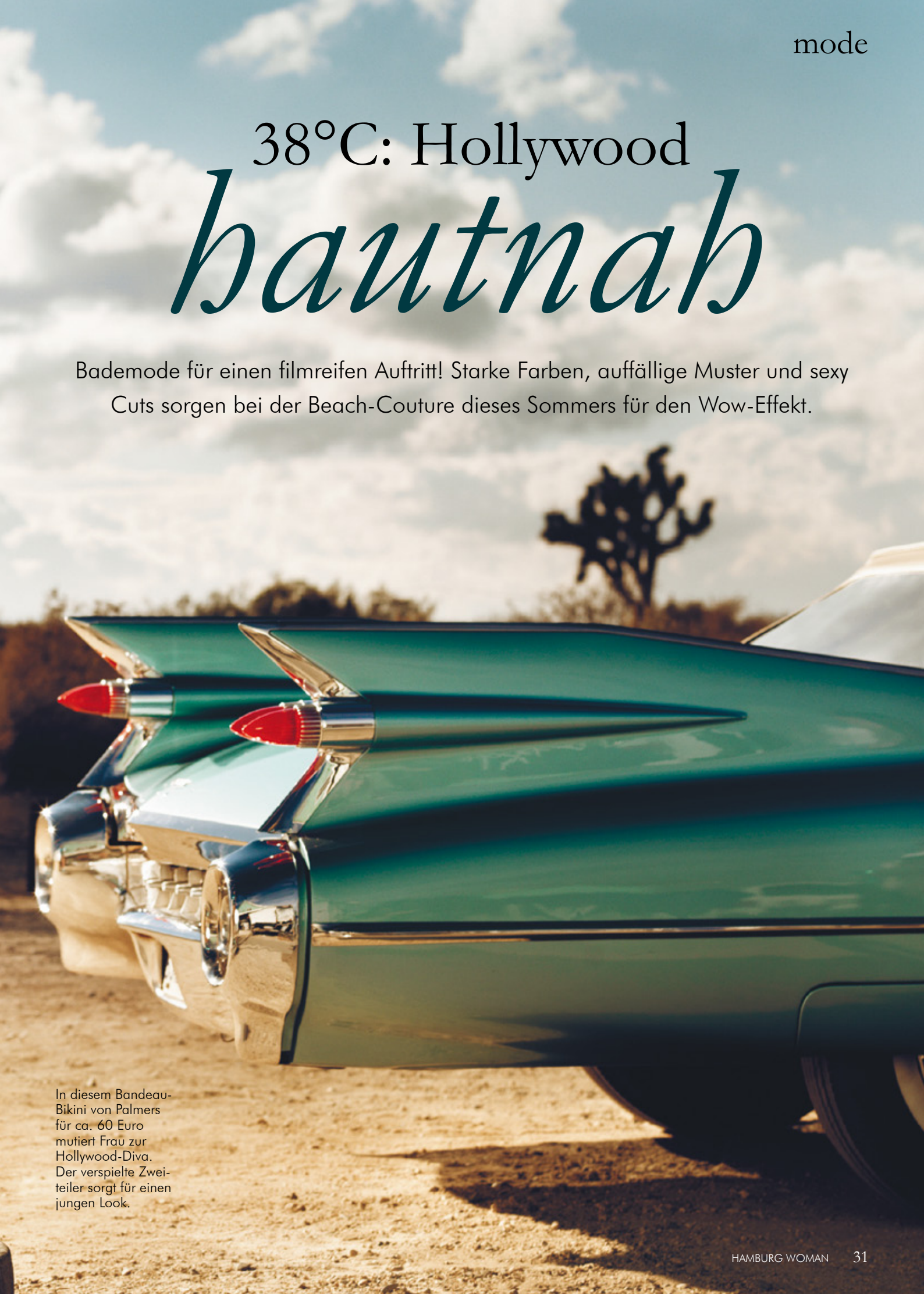
**PANDORA STORE
Hamburger Meile**
Hamburger Straße 49
2083 Hamburg

**PANDORA STORE
Heroldcenter**
Berliner Allee 38 – 44
22850 Norderstedt



38°C: Hollywood *hautnah*

Bademode für einen filmreifen Auftritt! Starke Farben, auffällige Muster und sexy Cuts sorgen bei der Beach-Couture dieses Sommers für den Wow-Effekt.



In diesem Bandeau-Bikini von Palmers für ca. 60 Euro mutiert Frau zur Hollywood-Diva. Der verspielte Zweiteiler sorgt für einen jungen Look.

75¢

95¢

45¢

TWO EGGS BACON
HASH BROWNS COFFEE
FR. TOAST SAUSAGE
SYRUP JUICE COFFEE
HOT CEREAL JUICE



In diesem Outfit von Palmers punktet Frau als der Hot Spot am Strand: Das gefütterte Bikini-Top für ca. 50 Euro und die Pant für ca. 30 Euro stehen für weibliche Eleganz.





Auf Streife unter der Sonne Kaliforniens mit diesem Modell von Palmers: Triangel-Top für ca. 35 Euro und Bikini-Höschen für ca. 25 Euro in schwarz-weißer Streifenoptik – ein Klassiker mit dem gewissen Etwas.



SAINT TROPEZ - NEWPORT - PORTO CERVO

GAASTRA[®]

— Since 1897 —



10 % Gutschein

Entdecken Sie jetzt die Kollektion online unter gaastrastore.com und sparen Sie 10 % mit dem Code:
► **HAMBURG14**



Der Gutschein ist nur gültig für den Gaastra Onlineshop bis zum 31. 08. 2014 · Pro Kunde ist nur ein Gutschein einlösbar · Gilt nicht für reduzierte Artikel
Nicht für den Kauf von Geschenkgutscheinen einlösbar · Nicht mit anderen Promotions und Gutscheinen kombinierbar · Eine rückwirkende Gutschrift ist nicht möglich

Die ~~neue~~ alte Lust der

„Frauen verkennen ihre eigene Lust“, behauptet ein US-Schriftsteller. In seinem neuen Buch möchte er Frauen ihr Geschlechtsleben erklären – und geht dabei den ältesten Legenden auf den Leim. Peinlich, findet unser Redakteur Christian Luscher!

Plethysmograph nennt man das Gerät, das den Frauen erklären soll, was sie erregend finden – zur Not auch gegen ihren Willen. Dies beschreibt jedenfalls der US-amerikanische Autor Daniel Bergner, dessen Buch „Die versteckte Lust der Frauen“ kürzlich für Aufsehen sorgte. Ebendiese „versteckte Lust“ versteckt sich nämlich gerade – vor der Frau selbst. Und nur Geräte wie der Plethysmograph können den geheimen Wünschen auf die Spur kommen. Das geht so: Der Plethysmograph, der aus einer Lichtröhre samt Sensor besteht, wird in die Scheide eingeführt und misst ihre Durchblutung, ergo ihre Feuchtigkeit, ergo die Erregung. In der Serie von Studien, die Meredith Chivers von der Queens University durchführte, wurden derartig präparierten Frauen mehr oder weniger pornographische Filme gezeigt. Dabei maß man ihre Scheidendurchblutung und befragte sie zusätzlich, ob sie das nun erregend fanden. Ein ähnlicher Versuch wurde bei Männern durchgeführt. Veränderungen im Penis-Umfang wurden mit Aussagen über die eigene Erregung abgeglichen. Aus dieser Konstellation entstanden Ergebnisse, die Autor Bergner ganz wundersam vorkamen. Kurz gefasst: Wenn Männer aussagen, sie seien erregt,



Daniel Bergner. Die versteckte Lust der Frauen. Ein Forschungsbericht. Aus dem Amerikanischen von Henriette Zeltner. Knaus Verlag, 256 Seiten, 16,99 Euro

Frauen

ist auch meistens eine Erektion festzustellen. Bei Frauen muss eine Erregung nicht zwangsläufig mit erhöhter Scheidenaktivität einhergehen, ebenso wie auch Frauen, die aussagen, nicht sonderlich erregt zu sein, manchmal dennoch stärker durchblutete Scheidenwände haben. An diesem eher banalen Fund macht der Autor den Großteil seiner Argumentation fest. Er begründet die Ergebnisse damit, dass die „Manipulation des Verstandes“ und die „Einmischung höherer Hirnregionen“ den Frauen die wohlverdiente Erregung verhaseln. „Zwischen Gehirn und Vagina“, sagt der Autor, bestehe bei ihnen ein riesiger Unterschied. Dadurch könnten Frauen ihre Körpersignale nicht richtig deuten. Soll heißen: Die Frauen wissen einfach nicht, was gut für sie ist. Dass diese Erklärung nicht nur zu kurz greift, sondern von einem hochproblematischen Frauenbild zeugt, dürfte einleuchten. Tatsächlich ist dieses Missverständnis eines der häufigsten zwischen Männern und Frauen. Bei den Herren der Schöpfung – da stimmen sie selbst meistens bereitwillig zu – ist die Grenze zwischen Hirn und Penis nicht so streng gezogen. So wirkt sich auch die sexuelle Erregung vorrangig aufs Glied aus. Sollte mal keine Lust vorliegen, lässt sie sich mit einigen Handgriffen auch umgekehrt herstellen. Der große Irrtum entsteht, wenn Männer dieses einfache Prinzip auch auf die Frauen übertragen. Ein solches vorsintflutliches Verständnis der weiblichen Lust wird mit Büchern wie dem von Bergner noch zementiert. Die weibliche Erregung ist um einiges komplexer als die männliche – doch statt dies anzuerkennen, wird den Frauen eingeredet, sie seien blockiert. Dass etliche andere Faktoren, auch nicht-körperliche und nicht-genitale, ihren Anteil an der weiblichen Erregung haben, wird so unterschlagen und die Verantwortung, von diesem oder jenem nicht erregt zu sein, auf die Frauen abgewälzt. Das ist Sexologie nach Gutsherrenart, die man im 21. Jahrhundert eigentlich für überwunden halten sollte.

5 Tipps für ein gesundes Sonnen- bad

Die Haut als unser größtes Körperorgan schützt uns vor der Außenwelt – eine flexible Hülle, die dehnbar und elastisch ist. Aber sie ist als unser Schutzmantel auch allen äußeren Einflüssen ausgesetzt und damit auch den Sonnenstrahlen. Sie wärmen und bräunen uns, sind aber auch schädlich:

HAMBURG WOMAN sagt, worauf Sie achten sollten.

A man with a beard and mustache is performing a handstand on a beach. He is wearing white shorts and is smiling. In the foreground, the back of a woman wearing a pink bikini is visible. The background shows the ocean and a clear blue sky.

Auf die Menge kommt es an

Die meisten Menschen gehen viel zu sparsam mit der Sonnencreme um. Nur ein hoher Lichtschutzfaktor alleine reicht nicht aus, um optimal vor UV-Strahlung geschützt zu sein. Besser großzügig auftragen und darauf achten, alle der Sonne ausgesetzten Hautpartien einzucremen. Die Ohrmuscheln werden beispielsweise oft vergessen. Experten gehen davon aus, dass ein 80 Kilo schwerer Mann 40 Gramm Creme benötigt. Cremt man zu wenig, so suggeriert ein hoher Lichtschutzfaktor Schutz, den der Verbraucher gar nicht erreicht. Hautärzte raten zum maximalen Lichtschutzfaktor 30, mit dem der Sonnenhungrige ausreichend geblockt ist. Das ist die magische Zahl, weil LSF 50 nur unwesentlich mehr bringt. Fazit: Lieber also einen Faktor 30 gut aufgetragen als von einem Lichtschutzfaktor 50 zu wenig zu verwenden.

Gesundheit durch Vitamin-D

Das Thema Sonne ist sehr komplex. Es gibt doch nichts Schöneres, als in der Natur zu sein und die Sonne auf der Haut zu spüren. Manche von uns werden dabei so richtig euphorisch. Wohl dosiert und richtig geschützt kann sie sogar die Befindlichkeit des Menschen und seine Gesundheit stärken. Je heller die Haut, desto besser wird die Sonnenstrahlung für die Vitamin-D-Produktion genutzt. Dieses Sonnenhormon ist lebenswichtig. Etwa 60 Prozent der Bundesbürger sind jedoch unterversorgt, schätzen Hautexperten. Vitamin D trägt zum Knochenaufbau bei und stärkt das Immunsystem. Wer langsam bräunt, hält die Schäden der Haut gering. Deshalb die Haut langsam an die Sonnenstrahlen gewöhnen und die ersten Urlaubstage lieber mit Hut und Sonnenbrille im Schatten verbringen. Vor allem in der Mittagszeit sollte die Sonne gemieden werden.

3 Sinnvoller Trend, nicht nur für Kinder

In den vergangenen Jahren hat sich UV-Schutzkleidung immer stärker durchgesetzt. Diese Bekleidung ist besonders für Eltern von Kleinkindern eine Erleichterung, da in vielen Familien das Eincremen einem Wettbewerb im Schlammcatchen gleicht. Außerdem kann man davon ausgehen, dass der angegebene Lichtschutzfaktor nicht – wie bei Sonnencreme – im Laufe des Tages abnimmt. Kleidung mit Lichtschutzfaktor ist also ein durchaus sinnvoller Trend – nicht nur für die Kleinen. Doch auch hier ist Vorsicht geboten! Ist die Kleidung beim Baden nass geworden oder liegt sie zu eng an, wird der angegebene Lichtschutzfaktor nicht erreicht. Man sollte deshalb zu klein gewordene Stücke großzügig aussortieren – auch wenn die Kinder dank der Stretch-Eigenschaften des Materials oft noch hineinpassen.

4 Kein guter UV-Schutz

Viele Frauen glauben, dass ein Besuch im Sonnenstudio vor Schäden durch die Sonne schützt. Aber, die Sonne schießt UVB-Strahlen auf die Erde. Die Sonnenbank produziert jedoch UVA-Strahlen, wodurch keine Lichtschwiele entsteht, die einen hauteigenen Sonnenschutz produzieren kann. Man holt sich im Solarium also nur eine Art Pseudoschutz. „Mit diesem vermeintlichen Freifahrtschein fahren einige Menschen in die Sonne, ohne zu bedenken, dass sie zwar ‚sonnengebräunt‘ durch die Sonnenbank sind, aber keinen guten UV-Schutz haben“, sagt der Dermatologe Prof. Volker Steinkraus. Die Sonnenbank hat allenfalls eine Bedeutung für das psychische Wohlbefinden. Dennoch: Die langwelligeren UVA-Strahlen auf der Sonnenbank fördern die Hautalterung, weil sie am tiefsten in die Haut eindringen. Das zeigt sich durch Falten und den Verlust an Elastizität.

5 Hautcheck bringt Sicherheit

Eine gebräunte Haut gilt heutzutage als schön und gesund. Doch die Haut vergisst nichts – noch Jahre später kann es zur Entwicklung von Hautkrebs kommen. Allen voran gilt, Veränderungen zu registrieren. Das kann jeder selbst oder mithilfe des Partners. Und wenn sich eine Veränderung der Haut zeigt, sollte sofort ein Hautarzt konsultiert werden. Im Übrigen ist es generell empfehlenswert, sich regelmäßig beim Hautarzt einem Hautcheck zu unterziehen. Dabei werden Muttermale mit einem Auflichtmikroskop oder mithilfe eines Computers stark vergrößert dargestellt und vermessen. So können Symmetrie, Ränder sowie unterschiedliche Farbnuancen des Muttermals genau beurteilt werden. Zudem können auffällige Veränderungen der Haut rechtzeitig erkannt werden.

Nicola Sieverling



In guten Händen bei B!aesthetics



Susanne Bechtel ist Ärztin und Inhaberin der Praxen B!aesthetics und seit Jahren auf dem Gebiet der **medizinischen Aesthetik** tätig. In Hamburg residiert die erfolgreiche Schönheitsärztin in bester Lage an der Alster. Dort bietet sie folgende ästhetische Methoden – ohne operative Eingriffe – in edlem Wohlfühlambiente an.

HYALURONSÄURE

Ist ein natürlicher Bestandteil unserer Haut. Volumendefekte im Bereich der **Nasolabialfalte**, **Lippen und Plisseefalten** werden sofort ausgeglichen. Mit Belotero®, einer biosynthetisch hergestellten Hyaluronsäure, ist es gelungen, einen Filler zu finden, den der Körper kaum von der körpereigenen Hyaluronsäure unterscheiden kann. Die im Bereich der Falten verringerte Hyaluronsäure wird ersetzt. Die Haut wird merklich glatter und frischer.

BOTOX & CO.

Mit Bocouture®, einem Botulinumtoxin, dem »Botox« der Firma Merz, lassen sich **Zornes- und Stirnfalten sowie Krähenfüße** effektiv behandeln. Die Wirkung tritt nach ca. einer Woche ein und hält, je nach Typus, drei bis vier Monate an. Auch übermäßiges Schwitzen kann effektiv behandelt werden. Hier hält die Wirkung meist bis zu neun Monaten an.



RADIESSE® FACELIFT

Mit den Jahren baut sich das Gesichtsvolumen besonders im **Wangengebiet** ab. Dadurch sinken die Konturen, erschlaffen und die Haut wird faltig. Mit Radiesse® wird das verlorene Volumen wieder hergestellt und die Konturen werden gestrafft. Selbst Nasenkorrekturen und **Handrückenliftings** sind möglich.

DIE FETTWEGSPRITZE

Doppelkinn, Bauch, Hüftpolster und weitere Problemzonen können durch gezieltes Injizieren eines Wirkstoffes weggeschmolzen werden. Die Fettzellen werden dann über die Lipolyse im Körper abgebaut. Vier Wochen nach der Behandlung lassen sich häufig schon erste Erfolge messen.



Details wie diese Antilopenlampe sorgen für heimisches Flair in den Räumen. Passend zu Bechtels Praxis-Motto: „Luxuriös, aber gemütlich und sauber, ohne steril zu wirken!“



Schönheit in bester Lage:
Susanne Bechtel residiert mit ihrer Praxis in der Sloman-Burg.



WEISSER MOSCHUS

Moschus macht ein Parfüm unsterblich, denn sein Duft - eine Kombination aus fein-holzlig, leicht-süß und fruchtig-sauber, die sehr sympathisch wirkt - hält endlos lange an. Der Duftbaustein entwickelt zusammen mit der Körperwärme eine harmonische Aura der Freundlichkeit und des Vertrauens, was bei den Mitmenschen unterschwellig eine ganze Reihe Assoziationen hervorrufen kann wie Beschützerinstinkte, Reinheit und Zärtlichkeit. In Kombination mit lebhaften Akzenten der Bergamotte, gefolgt von einem Akkord aus Rosen und Freesien zum Beispiel in **L'Instant Magic** von **Guerlain**. 7,5 ml für ca. 110 Euro.

Die Psychologie der *Düfte*

Von lieblich-sanft bis sinnlich-mystisch: Ein Parfüm kann uns innerhalb von Sekunden verzaubern. Jeder Duft löst unbewusste und spontane Bilder in uns aus und öffnet Türen in ferne emotionale Welten. HAMBURG WOMAN zeigt kostbare Parfüms und beschreibt die Wirkung ihrer Ingredienzien. Text: Daniel Johnson

EICHENMOOS:

Die wohlriechenden Flechten wachsen an Eichen und anderen Bäumen. Ihr Duft ist entsprechend waldig, moosig, erdig. Er ist nicht nur entspannend und ausgleichend, sondern wirkt auch leicht aphrodisierend. Auch der Kopfnote von Fate Woman wohnt ein anziehender Zauber inne. Im Fond treffen die mächtigen Aromen von Weihrauch, Eichenmoos und Leder aufeinander und bilden einen mythischen Duftakkord, der für unbekannte Dimensionen und Geheimnisse steht. **Fate Woman** von **Amouage**, 50 ml für ca. 240 Euro.



Italienische Iris

Ihr strahlender, blumiger Duft wirkt sehr elegant und romantisch. Eine gewisse Frische verleiht dem Duft außerdem einen verlockenden und exotischen Charakter. Die Iris wurde bereits von den Indianern als Heilpflanze verwendet und ist bis heute dafür bekannt, dass sie eine beruhigende Wirkung besitzt.

Ihr Duft soll harmonisieren und trösten. Neben dem beruhigenden Charakter fördert die Iris aber auch die Kreativität. Sie steigert die Lebensfreude und lässt uns wieder träumen. Ihr Duft regt an und wirkt erotisierend. Zum Beispiel in **Very Sexy Touch** von **Victoria's Secret**. 100 ml ca. 80 Euro.

JASMIN

Die kleinen Blüten der Jasmin haben eine enorme Ausstrahlung mit magischer Anziehungskraft und riechen sowohl stark als auch blumig-berauschend.

Besonders verführerisch ist die süßliche Honignote. Wer den Duft der Jasminblüten schnuppert, taucht ein in eine sinnlich-exotische Welt. Der ideale Duft zum Verlieben! Zart und warm harmonisiert dieser Akzent optimal mit der süßlichen und pudrigen Note des violetten Flieders, wie zum Beispiel in **Idylle Duet** von **Guerlain**. 50 ml für ca. 90 Euro.



Foto: Victoria's Secret/www.imagesportal.com

SANDELHOLZ

Es hat einen warmen und samtigen Duft, der uns sofort an den Orient erinnert: Er verkörpert eine geheimnisvolle Schönheit, erinnert uns an alte Kulturen, an Regenwälder, unendliche Landschaften und geheimnisvolle Paläste. Das Sandelholz-Öl bringt uns das Morgenland nach Hause. Ihm wird nachgesagt, dass es die Kreativität fördert, Kraft und Phantasie schenkt und Ruhe und Zufriedenheit gibt. Der Duft soll auch antidepressiv, beruhigend und entspannend bei Angst, Stress und Schlaflosigkeit wirken. Außerdem wird dem Duft eine leicht aphrodisierende Wirkung nachgesagt, was sogar wissenschaftlich bewiesen wurde. Die fruchtig-florale Mischung aus Erdbeere, Jasmin und Sandelholz ist unwiderstehlich und wirkt verlockend, wie zum Beispiel in **Gorgeous** von **Victoria's Secret**. 100 ml für ca. 130 Euro. Inspiriert durch Schönheiten wie Brigitte Bardot, spiegelt dieser Duft eine unnachahmliche feminine Weiblichkeit wieder.

ROSE

Die Königin der Blumen und der unangefochtene Trendduft des Sommers! Der volle Rosenduft strahlt harmonisch, intensiv und fast schon berauschend. Wie gemacht sind die Düfte für die edle Genießerin, die hochwertige Düfte und damit einhergehend persönlichen Stil, Eleganz und kultiviertes Auftreten schätzt. Und so wirkt der Duft auch auf das Gegenüber. All das verkörpert **Joy** von **JEAN PATOU** - einst das teuerste Parfum der Welt. Das Geheimnis seiner Anziehungskraft: kostbarste Ingredienzen und eine meisterhafte Komposition, deren blumiges Bouquet auf den natürlich-reichhaltigen Noten von Jasmin und Rose fußt. **Joy** von **JEAN PATOU**. 15 ml für ca. 300 Euro.



16 SALONS IN HAMBURG

FINDEN SIE EINEN IN IHRER NÄHE: WWW.HAGEL-HAIR.DE

NEUER SALON
AM JUNGFERNSTIEG
AB ENDE JUNI

24 STUNDEN ONLINE SHOPPEN: WWW.HAGEL-SHOP.DE

20.000 Produkte von mehr als 300 Top-Marken

HAGEL
SCHÖN FÜR MICH

DIE EXPERTEN FÜR HAARPFLEGE,
FRISUREN & STYLING

BERGAMOTTE

Die Zitrusfrucht wird sowohl von Frauen als auch von Männern gleichermaßen für ihren lebhaften, frischen Duft mit fruchtig-süßen Nuancen geschätzt. Bergamotte ist der ideale Stimmungsmacher, schenkt Freude und Optimismus. Und auch nach außen signalisiert die Trägerin Freude am Leben und einen erfrischenden ersten Eindruck. Durch den Fond von Patchouli und Vanille entsteht etwas ganz Besonderes. Ein Duft, der die spielerische Seite der Frau erweckt: **Angel von Thierry Mugler**. 75 ml für ca. 160 Euro.



Foto: Victoria's Secret/www.imagesportal.com

AMBER

Ursprünglich wurde dieser beliebte Duftbaustein aus Walsekret gewonnen. Ethisch-korrekt wird Ambergris heute künstlich hergestellt und riecht ein wenig holzig, trocken, dennoch aber balsamisch-süß. Teilweise wird der Duft auch als erdig und warm beschrieben. Der Duft verströmt ein orientalisches Flair. In geringer Konzentration verleiht es einem Parfüm eine gewisse Samtigkeit. Auch erinnert der Duft von Amber leicht an den zarten Duft des menschlichen Körpers.

Auf Männer soll Amber eine ganz besondere Wirkung haben! Laut Forschungen erweckt es den Beschützerinstinkt. Diese geschieht vor allem, wenn das Parfum im Nackenbereich aufgetragen wird. Verführerisch kombiniert mit funkelnder Pflaume, überzeugt der Duftstoff zum Beispiel in **Angel von Victoria's Secret**. 75 ml für ca. 40 Euro.

Sexy und selbstbewusst, so wie das Wesen der Ikonen – das Eau de Parfum Victoria's Secret Angel verleiht Flügel zum Abheben.

PATCHOULI

Das Öl aus den getrockneten Blättern des Patchoulistrauchs verströmt einen starken, durchdringenden Geruch. Er ist holzig, fast modrig, erdig und animalisch zugleich, exotisch und moschusartig. Patchouli hat viele Facetten – es wirkt aphrodisierend, bringt das Chi in Balance und gilt als Glücksbringer für Wohlstand. Zum Beispiel in **New York Patchouli von Bond No. 9 Unisex**. Hier raffiniert unterlegt mit betörenden Lilien- und Fliedernuancen. Harziges Amber, cremiges Sandelholz und kontrastierendes Zedernholz verleihen im Zusammenspiel mit Moschus einen erotischen Kick. 100 ml für ca. 340 Euro.





Zielgerichtet an den Problemzonen abnehmen ohne Jo-Jo-Effekt: Die 21-Tage-Stoffwechselkur, das Abnehmprogramm der Promis, gibt es jetzt auch im MeridianSpa.

Mit **MeridianVital** zum

Wohlfühlgewicht

MeridianSpa steht seit 30 Jahren für Fitness, Wellness und Bodycare auf Premium-niveau. Jetzt bietet der Fitness- und Wellness-Experte am Standort Wandsbek erstmalig mit MeridianVital auch ein Rundum-Paket zum Thema Stoffwechselaktivierung an.

Gesund sein, gut aussehen, sich fit fühlen! So lautet das Motto im neuen Stoffwechsel-Kompetenzzentrum MeridianVital in Wandsbek, das sich dort in enger Kooperation mit starken Partnern präsentiert. Unter Anleitung eines erfahrenen Teams, bestehend aus Heilpraktikern und ganzheitlichen Ernährungsberatern, haben Gesundheitsinteressierte ab sofort die Möglichkeit, mehr über Stoffwechselaktivierung, Detox und eine gesunde und vitale Lebensweise zu erfahren.

Das Besondere: Im MeridianVital findet jeder sein Konzept für eine erfolgreiche Gewichtsreduktion, individuelle Gesundheitsvorsorge und ein optimales Wohlfühlgefühl. Dafür sorgen die mit Bedacht aufeinander abgestimmten Angebote. Abnehmwillige sollten sich zum Beispiel zur 21-Tage-Stoffwechselkur beraten lassen. Die erfolgreiche Methode, mit der hartnäckige Fettdepots an Bauch, Hüften und Oberschenkeln schwinden können, basiert auf den vier Grundbausteinen Ernährung, homöopathische Globuli, Premium-Vitalstoffe und moderates Kraft-/Ausdauertraining. Ziel der Kur ist es, den Stoffwechsel zu aktivieren und neu zu programmieren, damit der übliche Jo-Jo-Effekt nach der Gewichtsabnahme nicht auftritt. Die 21-Tage-Stoff-

wechselkur ist nicht nur ein Angebot im MeridianVital, auch alle Hamburger MeridianSpa bieten sie inklusive umfassender Beratung und individuellem Trainingsplan an. Nicht-Mitglieder können ebenfalls im Rahmen einer speziellen Kurzmitgliedschaft an diesem Programm teilnehmen. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, die Kur selbstständig und ohne Betreuung durchzuführen. In diesem Fall unterstützt ein Begleitheft.

Lassen Sie sich zur **21-Tage-Stoffwechselkur** beraten!

MeridianSpa Eppendorf: Fr., 20.06., 19.00 Uhr

MeridianSpa City: Di., 24.06., 19.00 Uhr

MeridianSpa Alstertal: Do., 03.07., 19.00 Uhr

MeridianSpa City: Do., 10.07., 19.00 Uhr

MeridianSpa Wandsbek: Fr., 11.07., 19.00 Uhr

MeridianSpa Eppendorf: Di., 15.07., 19.00 Uhr



Um telefonische Anmeldung unter 040/65 89-0 oder an der Rezeption des nächstgelegenen MeridianSpa wird gebeten. Weitere Informationen erhalten Sie auf www.meridianvital.de.

„What's in my purse?“

Was hat Profi-Tänzerin **Christine Deck** in ihrer Handtasche?



Von der eleganten Clutch für den roten Teppich bis zum praktischen Shopper - Christine besitzt weit über 90 Handtaschen! Hier mit ihrer Lieblingshandtasche von Versace: „Diese Tasche wirkt schlicht und klassisch, ist aber super kombinierbar und setzt mit den goldenen Applikationen traumhafte Akzente!“



1



2



3

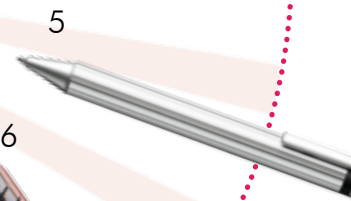


4



9

„Immer mit dabei:
1. Lipgloss von être belle verleiht meinen Lippen einen frischen, sexy Schimmer. **2.** Mein Geheimtipp! Skinvision von être belle versorgt meine Haut mit Feuchtigkeit. **3.** Meine Sonnenbrille von Ray Ban ist das perfekte Accessoire für den Sommer. **4.** Was wäre ich ohne mein Handy! Mit meinem iPhone bin ich überall erreichbar. **5.** Ich habe gerne meinen eigenen Kugelschreiber immer griffbereit. **6.** Auf meine Haarbürste von Remington ist Verlass. **7.** Frisch und blumig! ‚Pleasures‘ von Estée Lauder ist mein Markenzeichen. **8.** Seit 2 Jahren immer dabei! Mein Portemonnaie von Michael Kors hat eine super Größe. **9.** Komplettiert mein Make-up: das Bräunungspuder mit zwei Schattierungen von Kanebo sorgt für goldene Highlights und tollen Schimmer auf den Wangen.“



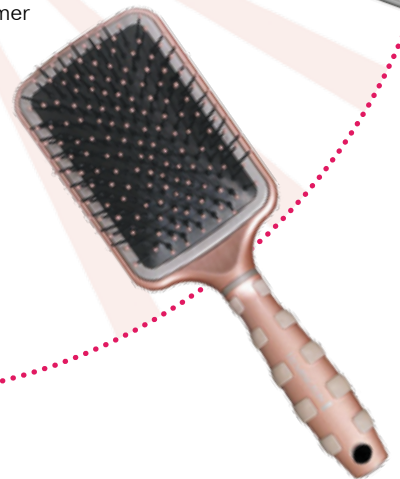
5



8



7



6

Hagenbeck

Hamburgs tierisches Original

Hey! Hai!



Alle Wetter. Ein Erlebnis.
Tierpark mit Eismeer und Tropen-Aquarium.

hagenbeck.de



Perfekt *einrichten*

Einrichten ist keine Glückssache! Wer sich vorher ein paar Gedanken macht, oder sich Rat einholt, wird **mehr aus seinen Räumlichkeiten herausholen**, als derjenige, der die Gestaltung nur seinem spontanen Bauchgefühl überlässt. Deswegen stellen wir die besten Tipps aus einem neuen Wohnbuch vor.

Wirkt historisch, ist es aber nur bedingt: ein fotografisch vergrößertes Porträt. Das ist nicht nur ein Hingucker, sondern ermöglicht auch das Spiel mit Farben.



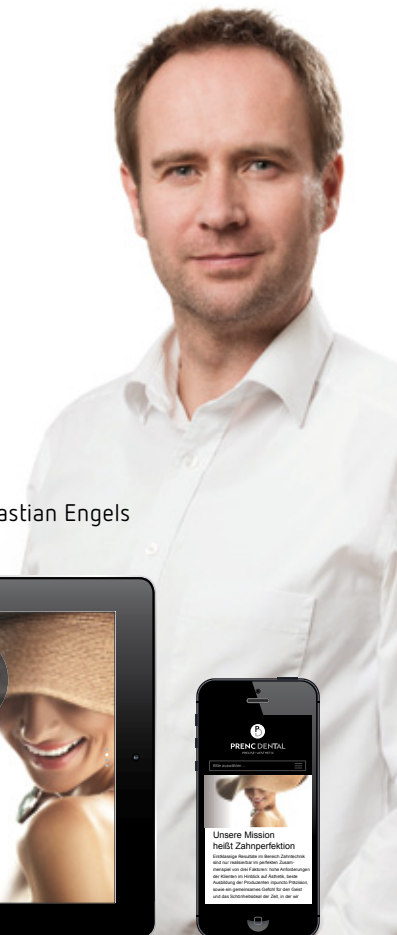
Ein gelungener
Materialmix –
wie hier gezeigt
beispielsweise
Beton, schwarzer
Kunststoffboden
und Holzdielen
– wertet jede
Wohnung auf!



René Schuch

WebDress.de

Ihr Internet-Auftritt als Erfolgsmodell



Sebastian Engels



Kundenbeispiel: Prenc Dental GmbH



Sie möchten mit Ihrer Website eine richtig gute Figur machen?

Dann lassen Sie sich von uns einen maßgeschneiderten WebDress erstellen!
René Schuch, Gesellschafter & Creative Director der PLAN S Werbeagentur GmbH
und Sebastian Engels, Inhaber von SEFotografie haben auf Basis Ihrer langjährigen
Erfahrung das WebDress Angebot entwickelt und bereits für zahlreiche
ambitionierte Kunden umgesetzt.

**Nutzen Sie unser umfassendes Knowhow bei flexiblem Leistungsumfang,
Responsive Webdesign, professioneller Fotografie, kurzen Projektzeiten und
festgelegten Preisen – perfekt für kleine und mittelständische Unternehmen.**

Wir beraten Sie gern: Telefon 040 46 09 54 14 · info@webdress.de
Alsterdorfer Markt 6 · 22297 Hamburg
www.webdress.de



WebDress.de

Powered by PLAN S Werbeagentur GmbH
& Sebastian Engels Fotografie



Wohntipp: Damit in offenen Küchenregalen optisch Ordnung herrscht, sollten die Inhalte in Gruppen arrangiert werden.

Das große Wohnbuch,
Juliane Zimmer / Anne
Zuber, SCHÖNER
WOHNEN (Hrsg.),
Callwey Verlag, 192
Seiten, 254 Farbfotos,
geb. mit Schutzumschlag,
29,95 Euro



Wie bekommt ein Raum Atmosphäre? Was ist das richtige Sofa? Wie viel Dekoration ist erlaubt? Was ist das Geheimnis guten Lichts? Fragen über Fragen. Beantwortet werden sie von den beiden Wohnexpertinnen und Journalistinnen Juliane Zimmer und Anne Zuber, die seit Jahren für das Magazin Schöner Wohnen tätig sind. Denn sie haben gerade ihr Wissen zum Thema „Einrichten“ zusammengetragen, und es im Guide „Das große Wohnbuch“ veröffentlicht.

In 18 Kapiteln vermitteln die Autorinnen den Lesern DOs und DON'Ts beim Einrichten, erklären Wohnstile und zeigen, auf welche Details man achten muss, welche Farben zu welchen Räumen passen und dass es für jeden Grundriss eine perfekte Einrichtung gibt. Dabei geht es teils um allgemeine Themen wie etwa die Frage nach der Ordnung, aber auch um Konkretes wie die Frage nach der „Harmonie von Decke Wand und Boden“. Alle wichtigen Wohnpartien werden behandelt, vom Flur, über die Küche oder das Kinderzimmer bis zum Garten.

Die in den Kapiteln aufgeworfenen Fragen werden anhand von gut bebilderten und schön anzuschauenden Beispielen beantwortet. Zusätzlich gibt es wissenswerte Informationen, etwa dass Helligkeit nicht in Watt sondern Lumen gemessen wird, oder auch wie mit Tricks Wohnraum-Fehler kaschiert werden können.

Fazit: Bei der Menge der Tipps sollte jeder Anregungen für sein kleines oder großes Reich finden, die es verschönern. Das Buch ist eine prima Hilfe für Interior-Einsteiger, bietet aber auch erfahrenen Wohn-Stylisten als Nachschlagewerk spannende Einrichtungslösungen. Es macht Lust aufs Renovieren!

knw

3 Top-Tipps der Wohnexpertinnen

GLAS UND GLANZ

„Sie mögen keine Tischdecken? Und der alte Holztisch ist Ihnen zu derb? Dann legen Sie eine Glasplatte drauf. Kronleuchter drüber, altes Silber und geschliffene Gläser auf den Tisch, schon sieht das Ganze funkelnd, leicht und schwebend aus, ohne dass Sie großen Aufwand betreiben müssen.“

SCHAFFEN SIE EINE INSEL IM RAUM

„Wenn sich ein Designerstück in eine Sitzgruppe einordnen soll, erfordert das Fingerspitzengefühl. Am besten gelingt das mit einem Teppich. Er gibt den Möbeln optischen Halt und macht aus einer unkoordinierten Ansammlung von Sofa, Sesseln und Couchtisch ein geschlossenes Ensemble.“

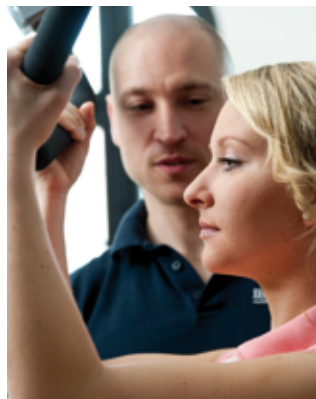
VERSCHIEDENE STÜHLE KOMBINIEREN

(In der Küche, d.Red.) „Das wirkt lebendig, und jeder kann sich seinen Liebling aussuchen, auf dem er am bequemsten sitzt. Wenn Sie antike Stühle oder Vintage-Modelle ins Auge gefasst haben, prüfen Sie die Sitztiefe. Früher waren die Stühle insgesamt zierlicher, das empfindet man heute nicht mehr als komfortabel.“



RAFFAELE RICCARDI

HEGESTRASSE 11A
EPPENDORFER BAUM 43
MÜHLENKAMP 6A
DAMMTORSTRASSE 25



Body Focus

Hocheffizientes Personal Training

- Reduzieren Sie Körperfett und Gewicht
- Stärken Sie Ihre Muskeln und straffen Sie Ihre Figur
- Bauen Sie Rücken- und Nackenschmerzen ab

**Schlank, gesund und leistungsfähig
- in nur 20 Minuten pro Woche!**

Trainieren Sie mit der innovativen HIT-Methode immer unter Aufsicht eines Personal Trainers an medizinischen Geräten.



Jedes Training 1 zu 1 mit Personal Trainer



Keine Dauermitgliedschaft, keine Grundgebühr, flexible Terminplanung, Onlinebuchung



20 Minuten, einmal pro Woche genügen

„Als Orthopädin und aus eigener Erfahrung kann ich das Training bei Body Focus uneingeschränkt empfehlen. Es ermöglicht auch bei bestehenden Beschwerden ein effektives und sicheres Training des gesamten Körpers.“

Dr. med. Andrea Lodde

Gänsemarkt 33 • Tel 040/3571 4480 • www.body-focus.de

We love

Frisch und gesund! Ob als Beilage, Vorspeise oder Hauptgang serviert – Salat steht im Sommer hoch im Kurs. Die Redaktion von HAMBURG WOMAN hat für Sie zwei Highlights herausgesucht!



salad!





Foto: Bertolli

Cocktailtomaten mit Pesto

Zutaten für 2 Portionen:

300 g Cocktailtomaten, 5 EL BERTOLLI Olivenöl extra vergine – Gentile, 1 EL BERTOLLI Essig - Balsamico Bianco, 1 TL Zucker, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 5 EL BERTOLLI Pesto Verde, 3 EL Gemüsebrühe, 200 g Mozzarella, 150 g Rucola

Zubereitung:

1. Tomaten waschen, trocken tupfen und mit einer Gabel einstechen. Mit 2 EL Olivenöl, Zucker, Balsamico, Salz und Pfeffer mischen. Auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 200 ° C (Umluft: 180° C) ca. 20 Minuten backen.
2. Pesto, Brühe und restliches Olivenöl mischen. Mozzarella grob zerpuffen. Rucola waschen, trocken schleudern und putzen.
3. Rucola, gebackene Tomaten und Mozzarella mischen, mit Pesto beträufeln.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Backzeit: 20 Minuten

Lauwarmer Salat mit gebratenen Hähnchenbruststreifen

Zutaten für 4 Portionen:

400 g Tomaten, 250 g Äpfel, 90 g rote Zwiebel, 4 EL RAMA Culinesse Pflanzencreme, 1 TL Zucker, 3 EL Balsamicoessig, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, 250 g Hähnchenbrustfilet, 125 g Römersalat, 12 Walnusskerne

Zubereitung:

1. Tomaten und Äpfel waschen. Tomaten entkernen, Stielansatz herausschneiden und grob würfeln. Äpfel vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Zwiebel schälen, in Streifen schneiden.
2. In 3 EL Pflanzencreme zuerst die Äpfel anbraten, dann die Zwiebeln zugeben und mit dem Zucker bestreuen. Tomaten zugeben, kurz mitbraten und mit Essig ablöschen. Mit den Gewürzen kräftig abschmecken und beiseite stellen.
3. Hähnchenbrustfilet abspülen, trocken tupfen, in Scheiben schneiden und in der restlichen Pflanzencreme unter Wenden ca. 4 Minuten braten, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.
4. Salat waschen, trocken schütteln, in Streifen schneiden und in einer Schüssel mit der warmen Apfel-Tomaten-Mischung vermengen. Auf Teller verteilen, mit Hähnchenbruststreifen umlegen und mit grob zerkleinerten Walnusskernen bestreuen. Sofort servieren.

Zubereitungszeit: 45 Minuten



Foto: Rama



Bioland

Lauwarmes Salat mit gebratenen Hähnchenrussstreifen

**VOLLER
EINSATZ
FÜR DAS
BESTE.**

*Genuss ohne Verantwortung geht für mich nicht! Ich wünsche
mir natürliche und wertvolle Lebensmittel für uns und unsere
Kinder! Inklusiv Erhaltung und Förderung unserer natürlichen
Lebensgrundlagen: Biologische Vielfalt, artgerechte Tierhaltung,
Klima- und Trinkwasserschutz.
Das schmeckt meiner Familie und mir. Deshalb bin ich Bio-
land-Bauer!*

Gereon Güldenberg, Rösslerhof, Bioland-Mitglied seit 1999

www.bioland.de

Schlemmen wie im Urlaub, so wirken die meisten Rezeptkreationen wie dieser Zander auf Taboulé aus dem neuen Kochbuch des Hamburger Sternekochs!



Mittelmeer-Aromen

„Auch ein Sternekoch kann ganz normal kochen“, sagt Ali Güngörmüs und möchte das in seinem neuen Kochbuch zeigen. Wichtig ist ihm dabei, dass die eingesetzten Aromen – seien sie aus Europa oder Nordafrika – den „Charakter des Grundproduktes fein unterstreichen“.

Zander mit Limetten-Mayonnaise und Taboulé



Taboulé ist ein erfrischender Sommerbegleiter für viele gebratene und gegrillte Fleisch- und Fischgerichte. Es eignet sich auch gut fürs Büffet und zum Mitbringen auf einer Sommerparty. Durch die reichlich darin verteilte Minze und den Zitronensaft wird das Gefühl von Frische noch verstärkt. Mit den übrigen Zutaten können Sie kreativ umgehen: Auch fein gewürfelte Paprikaschoten und Gurken sind gut geeignet für ein Taboulé. Wenn Sie keinen Bulgur bekommen können, geht es auch mit Couscous. Und wenn Sie es gern etwas orientalischer hätten, dann schmecken Sie das Taboulé doch einmal mit Ras el-Hanout oder Dukka ab!

Zutaten für 4 Personen

Taboulé: 100 g Bulgur, 300 ml Gemüsebrühe, 2 EL Pinienkerne, 70 g getrocknete Tomaten, 5 EL Olivenöl, 1 Bund glatte Petersilie, 1 Bund Minze, ½ Orange, 1 Zitrone

Limetten-Mayonnaise: 1 Limette, 2 Eigelb, 1 EL Gemüsebrühe, 100 ml Rapsöl, 4 Zanderfilets mit Haut (à 80 g, küchenfertig), 3 EL Rapsöl, Salz, Pfeffer, Zucker

Zubereitung:

Den Bulgur in einen Topf geben, mit sehr heißer Gemüsebrühe übergießen und zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Die getrockneten Tomaten fein hacken. Wenn der Bulgur gar gezogen ist, die getrockneten Tomaten, Pinienkerne und das Olivenöl hinzugeben. Petersilie und Minze fein hacken, die Orange und die Zitrone auspressen. Das Taboulé mit den Kräutern, Salz, Pfeffer, Orangensaft und Zitronensaft abschmecken.

Für die Limetten-Mayonnaise die Schale der Limette abreiben, die Limette auspressen.

Die Eigelbe und die Gemüsebrühe in einen hohen Rührbecher geben und das Rapsöl langsam mit einem Stabmixer einmischen.

Die Mayonnaise zum Schluss mit Salz, Zucker, Limettensaft und -abrieb abschmecken.

Die Zanderfilets auf der Hautseite in einer Pfanne in Rapsöl braten und erst wenden, wenn sie an den Seiten schon goldbraun sind.

Die Filets auf dem Taboulé servieren und die Limetten-Mayonnaise dazu reichen.

BUCHTIPP:

Bücher von Sterne- und TV-Köchen gibt es viele. Warum? Weil es funktioniert! Und Spaß macht! Das gilt zumindest für Ali Güngörmüs' – Star-Koch des „Le Carnard Nouveau“ – neues Werk. Zeigt es doch glücklicherweise keine komplizierten und abschreckenden Haute Cuisine-Basteleien, sondern getreu Güngörmüs' Motto „Gute Produkte, einfach zubereitet“, eine nachkochbare, ehrliche Küche. Für seine etwas über 100 Rezepte hat der 37-Jährige das Beste der Mittelmeerländer zusammengesammelt – mal mehr, mal weniger orientalisch. Vegetarisches liegt dabei knapp vor Meeresgetier, gefolgt von Fleisch. Kleiner Nachteil dabei: Nicht jeder wird die teils erforderlichen Gewürzmischungen zur Hand haben. Das betrifft aber nur einen kleinen Teil der Rezepte! Was gefällt: Zu jedem Gericht gibt es wissenswerte Erläuterungen und Zubereitungstipps des Meisters.

Fazit: Ein gelungener Mix aus Bekanntem und Neuem mit spannenden Anregungen Aromen und Produkte mutig zu kombinieren. Einen meiner Sommerfavoriten zeigen wir auf diesen Seiten.

HAMBURG WOMAN wünscht viel Spaß beim Nachkochen! Kai Wehl



Anke Harnack

„Zugegeben: Meistens kommt mir die Zeit zwischen den Toren recht lang(weilig) vor. Aber: Genau diese Zeit nutze ich, um die Jungs auf dem Rasen gründlich zu begutachten. Ich fiebere also inoffiziell immer mit der Mannschaft, die die knackigsten, kernigsten und coolsten Typen auflaufen lässt! Männer, die vollkommen WM-versessen bis zum Endspiel out of order sind, haben meine vollste Solidarität. Aber, Jungs: Beschwerst euch nicht, wenn nach der WM die von euren Frauen geführte To-do-Liste (Rasenmähen, Heckschneiden, Badezimmer streichen etc.) meterlang ist!“



Andrea Lüdke

„Ich freue mich schon riesig auf's Mitfiebern und Public Viewing bei herrlich brasilianisch warmen Nächten wie in São Paulo. Zeitlich dürfte das mit dem Zeitunterschied von fünf bis sechs Stunden gut hinkommen, denn die Spiele beginnen dort zwischen 18 Uhr und 3 Uhr nachts deutscher Zeit. Wenn es allerdings zur Verlängerung oder zum Elfmeterschießen kommt, wird es schon nach Mitternacht werden. Wir spielen in Gruppe G, also für uns angenehme Zeiten. In jedem Fall hoffe ich, dass es nach all der Randalie im Vorfeld doch ein friedliches Fest wird und Korruption, Gewalt und Rassismus in den Hintergrund treten.“

Promi-Damen

Fußba

Nina Bott

„Ich kann es kaum erwarten! Mein Sohn und ich haben das Pannihäft schon fast voll! Rechtzeitig zum 1. Deutschlandspiel sind wir aus Schweden wieder zurück.“



Foto: Tim Dabrovohly

Vanessa Blumhagen

„Ich liebe nationale Großereignisse wie die Fußballweltmeisterschaft! Man spürt eine brodelnde Energie im Land, die Vorfrende aller auf jedes Spiel. Ich fiebere mit Freunden und Fremden beim Public Viewing oder im eigenen Wohnzimmer. Fußball ist Emotion pur. Da kann man den Alltag hinter sich lassen, 90 Minuten lang im Auf und Ab schimpfen, zittern, jubeln. Das macht den Reiz dieses Turniers aus. Dass gerade in Brasilien trotz allem viel Armut herrscht und für eine „saubere“ WM Menschen ihre Häuser räumen und manche sogar ihr Leben lassen mussten, darf man aber nicht vergessen. Das ist das traurige Kapitel solch eines Großereignisses.“



Foto: Manfred Boumann/Luxulashes

Foto: Mathias Bothor



Foto: Christine Lutz

Ina Menzer

„Sagen wir mal so: Boxen finde ich spannender! Sport verbindet Menschen - und das finde ich toll. Und solange mein Mann nicht mit Fahnen verkleidet durch die Gegend läuft und die Vuvuzela zuhause benutzt, ist alles gut. Die WM werde ich wahrscheinlich, wie jedes Jahr, nur bei unserer Mannschaft mitverfolgen.“

Foto: Reif Vannenberg



Marie Amiere

„Ich freue mich riesig auf die WM! Ich liebe diese Fußball-Euphorie und wenn auch noch das Wetter mitspielt, ist die WM einfach ein unvergessliches Happening! Als halbe Ghanaerin, freue ich mich auf das Spiel Deutschland - Ghana! Egal wer gewinnt, ich werde mich freuen.“

im

Welfieber?

Die WM läuft und die Männerwelt steht Kopf! Aber wie steht es um die Frauen? Wir fragten 11 Hamburgerinnen über ihr Verhältnis zum Kick des Jahres.

Petra van Bremen

„Als Holländerin, aufgewachsen in einer Familie in der wir immer zusammen die EM und WM verfolgt haben, freue ich mich sehr auf die kommende Meisterschaft 2014. Unsere Wohnung ist in Orange geschmückt, obwohl mein Ehemann mehr zur deutschen Mannschaft hält. Auf dem Balkon hängen deswegen auch zwei Flaggen, eine deutsche und eine holländische. Wir schauen uns viele Spiele an, aber die wichtigsten sind natürlich die Spiele von Holland und Deutschland. Sich zu verkleiden gehört auch dazu und wenn Freunde eingeladen sind, müssen die auch verkleidet kommen und holländischen Käse und Bier ertragen können. Richtung Finale steigt die Spannung bei uns zuhause, weil wir beide wollen das unser Land gewinnt.“



Foto: Oliver Beckmann



© FLC by Marie Amiere / Foto by Sylvio Kühn

Simone Bruns

„Ich bin natürlich interessiert, wenn die deutsche Nationalmannschaft spielt und schaue die Spiele gemeinsam mit Freunden. Von der Weltmeisterschaft an sich habe ich geteilte Meinung. Ich habe mitbekommen, dass es bereits vor der Weltmeisterschaft aufgrund sozialer Missstände Proteste seitens der Bevölkerung gab. Auf der einen Seite gibt das Land Brasilien viel Geld für neue Stadien aus, auf der anderen Seite jedoch, könnte dieses Geld sehr wohl für soziale Projekte oder Schulen ausgegeben werden, an was es Brasilien leider immer noch mangelt. Ich hoffe, dass es während der Weltmeisterschaft nicht zu Ausschreitungen kommt.“



Katja Suding

„Die Fußball-WM ist der sportliche Höhepunkt des Jahres. Ich freue mich sehr darauf, mit meinen beiden Söhnen und Freunden die Spiele zu schauen. Versessene Männer brauche ich nicht, vor allem dann nicht, wenn ich ihnen auch noch erklären muss, was Abseits ist und was nicht. Fußballbegeisterte und Fans, die mit Leidenschaft dabei sind, verstehe ich aber gut. Ich kann auch mal laut werden, wenn ich am Spielfeldrand oder sogar gelegentlich auf dem Platz stehe. Fußball ist voller Emotionen und das ist gut so.“

Foto: Stefan Thurmman

Caroline Hamann

„Fußball-WM ist bei uns keine reine Männersache. Selbst meine beiden kleinen Töchter freuen sich darauf. Eine WM ist immer auch ein großes Fest und das gefällt uns allen. Ich lasse mich gerne mitreißen von dieser Euphorie rund um den Ball, wir laden Freunde ein, grillen, leiden mit oder freuen uns. Da wir eine multikulturelle Familie sind, gucken wir nicht nur die deutschen Spiele, sondern auch Spanien (Familie meines Mannes) und Frankreich (beide Familien) und wenn Zeit ist, auch die großen Fußballnationen. Jedes Spiel ist spannend, aber richtig toll wäre es natürlich, wenn Deutschland am Ende im Finale steht.“



Carolin Fortenbacher

„Die WM ist ein riesen Volksfest, die Stimmung in den Kneipen und auf den Fanmeilen ist unbeschreiblich. Das ganze Land befindet sich in einem herrlichen Ausnahmezustand, den man überall spürt. Auch wenn ich selbst kein wirklicher Fußballfan bin, freue ich mich sehr darauf, dass eine der schönsten Nebensachen der Welt für einen Monat so wichtig sein darf. Fußball ist eines der nachvollziehbarsten und strategischsten Mannschaftsspiele. Es geht um die Teamleistung, um den Zusammenhalt. Der Sport ist optisch attraktiv und spannend, man kann herrlich mitfiebern. Wahrscheinlich sehe ich die Deutschlandspiele und das Finale. Ich baue fest darauf, dass die deutsche Elf es erreicht!“

Foto: KIDA



Foto: H&S und / Kaja Zimmermann

Haute Couture für die Sinne.



Chambord Royale:

1cl Chambord *mit* Sekt,
Prosecco *oder* Champagner
auffüllen: prickelnd, edel
und fruchtig!



CHAMBORD®

Mit Herz dabei!

Fernanda Brandao ist Teil der WM: Die gebürtige Brasilianerin berichtet für die ARD aus ihrem Heimatland!

Fußballgucken ist auch bei Frauen in, zumindest zur WM. Das hat die Umfrage auf den vorherigen Seiten ans Licht gebracht. Eine Hamburgerin ist besonders glücklich über das Fußballhighlight 2014: Multitalent Fernanda Brandao, 31: „Ich bin völlig WM-verrückt, seitdem ich weiß, dass Brasilien Ausrichter ist. Ich war mir immer sicher, 2014 bin ich live dabei. Jetzt habe ich sogar noch die Ehre dort arbeiten zu dürfen und meine Sicht der Dinge Deutschland mitteilen zu können, das ist fantastisch.“

In Belo Horizonte geboren, wuchs sie die ersten Jahre in Rio auf, bevor sie mit ihrer Mutter nach Deutschland kam – mit neun Jahren. Später machte sie hier eine Ausbildung zur Fitnesstrainerin und Tänzerin. Mit Erfolg, war sie doch in vielen Musikvideos zu sehen, etwa bei Sarah Connor oder Rick Astley. Später sang sie dann selbst, als Laava und bei den Hot Banditoz. Richtig bekannt wurde die Hamburgerin neben Dieter Bohlen als Jurorin der DSDS-Staffel 2011. Trotz ihres langen Aufenthalts in Deutschland ist sie mit ihrem Heimatland fest verwurzelt. „Meine Familie lebt dort, auch meine Mutter, denn vor fünf Jahren ist sie zurückgegangen.“ Dieses Wissen macht sich der Südwestfunk zunutze und hat sie für die ARD über den Atlantik geschickt. Als „On-Reporterin“



berichtet die quirliche Powerfrau rund um das Thema Land und Leute und über die Seele des Landes, wie sie selber sagt: „Brasilien ist voller Magie, groß und abwechslungsreich. Trotzdem denken die meisten natürlich in erster Linie an die typischen Klischees wie Fröhlichkeit und Musik. Beides gibt es, aber auch eine ernste Seite. Viele Leute sorgen sich um die Zukunft. Trotzdem verlernt dabei niemand das Lachen. Das will ich vermitteln.“

Diese ernste Seite ist bekanntermaßen beim Confed-Cup in Form von Protesten und Ausschreitungen zutage getreten. „Die wird es auch während zur WM geben“, war sich die Hamburgerin schon vor ihrer Abreise sicher. Leider hatte sie Recht, so der Anschein bei Redaktionsschluss. „Ich hoffe, dass es friedlich bleibt. Die Protestler, die organisiert vorgehen, werden nichts Böses im Sinn haben, aber es gibt immer kleine Gruppen von Idioten, die auf solche Momente hoffen.“ Friedliche Proteste versteht sie: „Korruption,

ein fehlendes soziales Netz und eine teils soziale Gleichgültigkeit des Staates sind Gründe für die Unzufriedenheit vieler Brasilianer.“ Ihren Spaß im Land lässt sie sich dadurch aber nicht verderben und hat ein anderes, wenn auch geringfügiges, Problem: Wem die Daumen drücken, falls Deutschland gegen Brasilien spielt? „Schwer, beide verdienen aus unterschiedlichsten Gründen den Sieg!“ Kai Wehl

Denken Sie dänisch!



Unsere unkomplizierte Denkweise führt häufig zu überraschenden Lösungen.
Informieren Sie sich jetzt über den dänischen Weg im Private Banking!

Persönlich. Ehrlich. Nah.
jbpb.de

Jyske Bank · Ballindamm 13 · 20095 Hamburg · Tel.: 040 / 3095 10-0 E-Mail: privatebanking@jyskebank.de

Jyske Bank Private Banking ist eine Geschäftseinheit der Jyske Bank A/S, Vestergade 8-16,
DK-8600 Silkeborg, CVR-Nr. 17616617. Die Bank wird von der dänischen Finanzaufsicht beaufsichtigt.

 **JYSKE BANK**
PRIVATE BANKING



TRUE RELIGION

TRUE RELIGION, AEZ
HEEBARG 31, 22391 HAMBURG



Das extravagante L.A.-Brand True Religion im AEZ ist bekannt für umwerfende Damenmode und Herrenmode. Dazu zählen Jeanshosen, die klassischen Rockerstil mit Elementen aus HipHop und R'n'B verbindet. True Religion gehört zum „Must have“ für alle, die Wert auf Mode und atemberaubenden Stil legen. Überzeugen Sie sich selbst!

Fußball-Männer *beobachtet!*

Raffaela Scheibner macht es ihrem berühmten Vater Hans nach und beleuchtet die WM kritisch.

Mein Mann sieht Fußball ...“ lautet der Song einer Single zur WM von Raffaela Scheibner. „Die Idee kam von meinem Vater, der zur WM das Thema ‚Frauen und Fußball‘ beleuchten wollte“, erklärt die 22-Jährige. Herausgekommen ist auch ein gleichnamiges Programm, mit dem Familie Scheibner gerade durch die Lande tourt. Papa Hans lästert, Tochter Raffaela singt – das tut sie übrigens seit ihrem Abi in Scheibners Weihnachtsdauerbrenner „Wer nimmt Oma“. Diesmal geht es nicht um die störende Vorfahrin, sondern um sich verwandelnde Männer.

Aus der Sicht einer Frau wird besungen, was Fußball mit Mann macht: „Das Spiel an sich ist ja schon komisch – 22 gestandene Kerle rennen hinter einem kleinen Ball her und benehmen sich wie die Kinder, schmeißen sich hin, mal auf-, mal untereinander, boxen und jubeln. Es geht ihnen dabei nur noch um das Spiel, was sonst noch abläuft, merken sie nicht – da könnte auch die Welt untergehen. Egal, ob sie selber kicken oder bei dem einen oder anderen Bierchen Fußball im Fernsehen gucken.“ Das zu beobachten, vor allem jetzt bei der WM, sei sehr amüsant, findet die Kabarettisten-Tochter, die sich selbst als „wenig fußballinteressiert“ einstuft. Und das, obwohl ihr Freund BVB-Fan ist und sie einst in jungen Jahren für den TSV Duwo 08 die Fußballstiefel geschnürt



hat. „Drei Jahre lang und es war auch lustig. Aber irgendwann war auch gut“, erklärt sie. So möchte sie dann auch lieber statt Nationalspielerin zu werden, in die Fußstapfen ihres Vaters treten. Allerdings eher im Gesangsbereich als Singer/Songwriterin. „Ich tendiere nicht ganz so stark in die Kabarettichtung. Sein Talent, so gut mit kritischer Feder zu schreiben, habe ich leider nicht geerbt. Macht aber nichts. Deswegen soll es bei mir neben Nachdenklichem und Gesellschaftskritischem auch um ganz alltägliche Dinge wie den klassischen Liebeskummer gehen“, sagt die Winterhuderin schmunzelnd. Sie habe bereits viele Ideen und einiges sei am Laufen. Aktuell arbeitet Raffaela an ihrer ersten CD. „Es fehlen aber noch ein bis zwei Lieder“, gibt sie zu. Ein wenig Zeit hat sie noch: Angepeilt ist ein Veröffentlichungs-

termin Ende des Jahres. Stilrichtung: Chansons, auf deutsch – getextet mit persönlichen Geschichten von ihr selbst, überarbeitet von ihrem Vater. Wenn das nicht doch recht satirisch wird! Und das in Form deutscher Chansons. „Ich bin gespannt, wo das hinführt“, sagt die International Business-Studentin, die im August ihren Master macht. Trotzdem zieht es sie auf die Bühne. „Meine tiefe Stimme und inhaltsreiche, unterhaltsame Texte, das passt gut zusammen. Es wäre ein Traum, diese Kombination auf die Bühne zu bringen.“

FRAUEN:
 SET, Nolita, bloom, MAISON SCOTCH, Hot Lava, B. Belt, Custommade, STAR MELA, LEON HARPER, bloomingville u.a.



KINDER:
 Little Label, Steiff, Hummel, Spirit of Hope, Danefae, Fr. Sarah, Hickups, Blue Effect, Lebig, u.a.

NEU IM STORE:
 Armbänder von HIPANEMA, Wohnaccessoires von Tinekhome, Taschen und Accessoires von fab

beautifulday®
 Mode & Lifestyle

Hartungstraße 16 | 20146 Hamburg-Rotherbaum
 Tel. 415 45 790 | Mo. - Fr. 10 - 19, Sa. 10 - 16 Uhr
www.beautifulday.de | www.facebook.beautifulday.de

Machen Sie im Sommer eine gute Figur!



Mit dem 30-Minuten-Training, dem bewährten Ernährungskonzept und der individuellen Betreuung von Mrs.Sporty.

Verlieren Sie 3 Kilo oder gewinnen Sie 50 Euro!* Gültig bis 30.06.14.

Jetzt gratis informieren:
0800 555618023
www.mrssporty.com

* 50 Euro erhält ein Neumitglied von Mrs.Sporty bar auf die Hand, sofern sich nach 3 Monaten regelmäßigen Trainings (3 x pro Woche à 30 Min.) und gesunder planmäßiger Ernährung nach dem Mrs.Sporty-Verlieren Sie 3 Kilo oder gewinnen Sie 50 Euro!-Programm keine Verringerung des Körpergewichts um mindestens 3 Kilo einstellt. Für das „Verlieren Sie 3 Kilo oder gewinnen Sie 50 Euro!“-Programm gelten besondere Teilnahmebedingungen und Tarife. Diese finden Sie unter www.mrssporty.de/3kg-abnehmen-Aktion. Nur in teilnehmenden Mrs.Sporty Clubs. Gültig bis 30.06.2014.

Mrs.Sporty Hamburg-Poppenbüttel
 Moorhof 7b
 22399 Hamburg
 Tel.: 040-6116 4690
www.mrssporty.de/club239

Mrs.Sporty
 Ihr persönlicher Sportclub



Die neuen
 KOLLEKTIONEN SIND DA!

M-JAY®
 FASHION

WE LOVE TO DRESS YOU!



Sommer, Sonne, *Cabrio!*

Im Frühsommer angekommen erfreuen wir uns über jeden einzelnen Sonnenstrahl, da wird die Fahrt im Cabrio der Pflichttermin in der Agenda.



Als in Hamburg gelandete Steirerin musste ich eines schnell lernen, nämlich das schöne Wetter so zu nutzen, wie es kommt – einfach im Büro auf Pause drücken und raus in den Park oder rein in das Cabrio. Mein Objekt der Begierde ist das kleine Schwarze von Audi, knapp und

knackig fährt es sich Oben-Ohne durch die Hamburger Innenstadt, vorbei an grünen Kanälen und Backsteinbauten. Mit dem Wind im Haar und der Sonne im Gesicht lässt man den Gefühlen freien Lauf und die Sorgen bekanntlich hinter sich. Das Wetter hielt Stand, Temperaturen wie im Hochsommer

versüßten mir die Testfahrt bis in die späten Abendstunden. „Da werden Sie geholfen“, pflegte Verona Poth einst zu sagen, aber bei Auto Wichert ist dieser Leitsatz Programm, denn Service und persönliche Betreuung stehen an erster Stelle – klar, dass mich ein netter Mitarbeiter bei Abholung perfekt in den Wagen einwies. Ein alltagstaugliches Cabrio? Das A3 Cabrio zeigt seine volle Größe im täglichen Gebrauch, die Rücksitzbank ist gut zu erreichen und der Sitzkomfort ist gegeben, sofern man eine Körpergröße von 180 cm nicht überschreitet und der Kofferraum bietet tatsächlich Raum für ein bisschen mehr als den Einkauf am Markt. Richtig spannend wird es beim Handling und Fahrverhalten, denn gerade in Hamburg macht es Sinn, das Verdeck während der Fahrt schließen zu können und dann noch ausreichend Rundumsicht für anstehendes Parkmanöver zu haben. Eigentlich eine perfekte Mischung zwischen klassischer Eleganz und sportlicher Dynamik – wie das kleine Schwarze eben – passt immer!

Für Sie getestet:**Audi-A3-Cabriolet
Ambition 1.4 TFSI**

- ★ Leistung: 140 PS Frontantrieb
- ★ Verbrauch: 5 Liter/100 Kilometer (kombiniert)/ CO2-Emission (kombiniert) 114 g/km
- ★ Getriebe: Handschaltung / 6-Ganggetriebe
- ★ Stauraum: Umlegbare Rücksitze erweitern den Stauraum von 260 auf 674 Liter – als maximale Ladelänge werden 150 cm angegeben.

Glamour	★ ★ ★ ★ ☆
Emotion	★ ★ ★ ★ ☆
Im Alltag	★ ★ ★ ★ ☆
Technik	★ ★ ★ ★ ☆



Unsere Expertin für Mode und Motoren: Dajana Eder schreibt den meistgelesenen Motorblog, der Fashion und Autos kombiniert: impulsee.at! Für HAMBURG WOMAN testet sie regelmäßig Autos, die Frauen gefallen. Ihr Outfit für das Audi-Cabrio: Seidenschal, Handschuhe, Tasche von Roeckl | Ceramic Uhr von Jacques Lemans | Armband, Kette und Ohrringe von Solarplexus.

Heiko Bott

SALON

Stephansplatz 1 • 20354 Hamburg
Telefon: 040/37 517 888
www.heikobott.de

Erzählt auf der neuen Platte Geschichten ihres Alltags: die Hamburger Jazz-Sängerin Ulita Knaus.



Ulita Knaus: The Moon On My Doorstep (Must Have Jazz / Membran)
Mehr Infos auf www.ulita-knaus.com!

Jazz ganz persönlich

Gerade erschienen: „The Moon On My Doorstep“, das sechste Album der Jazzsängerin Ulita Knaus aus Altona. Diesmal präsentiert sie vor allem selbstgeschriebene, englischsprachige Songs, aber auch Neuinterpretationen von Songs von Pink Floyd, Tom Waits und Peter Fox. Thema diesmal sind die großen, kleinen Themen: Leben, Überleben, außen und innen. Ein spannendes Album und ein großer Wurf für die Hamburgerin.

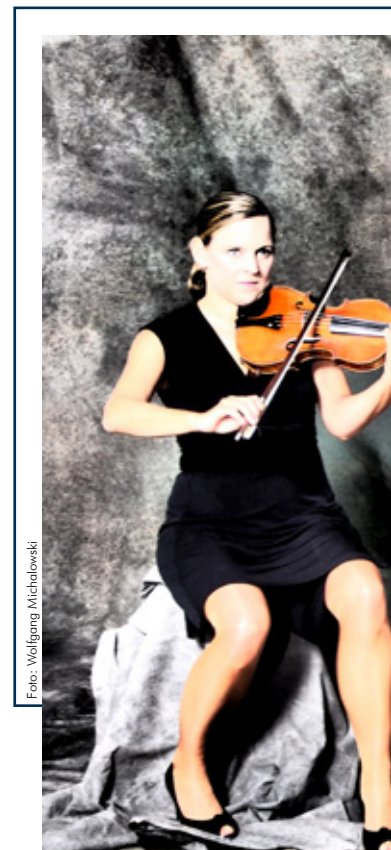


Foto: Wolfgang Micholowski

Foto: Steven Häberland

Hohe Nachfrage

„Zu viel Information“ heißt das sechste Studioalbum, das die Hamburger Musikerin Annett Louisan Anfang des Jahres herausgebracht hat. Ein Konzert auf Kampnagel war so schnell ausverkauft, dass die Lokalmatadorin am 8. Oktober ein Zusatzkonzert in der Laeiszhalle gibt. Karten dafür sind (noch) zu haben!



Annett Louisan: „Zu viel Information“ (105music/Sony Music). Mehr Infos und Karten auf www.annettlouisan.de!

Pop-Chansons

Die Hamburgerin Katriana macht sehr charmante, akustische Song-Miniaturen. Auch auf ihrem dritten Album „Aber klar doch“, im März erschienen, erzählt sie Alltagsgeschichten in spannenden Instrumentierungen. Katriana debütierte mit 13 Jahren auf dem Hamburger Rockspektakel, nach einer Ausbildung zur Sängerin und Pianistin folgte 2004 die erste Veröffentlichung. Von der Kritik wurde ihr neues Album sehr freundlich aufgenommen.

Katriana: „Aber klar doch“ (Pussy Empire Recordings/Broken Silence). Mehr Infos auf www.katriana.de!



Foto by Svenja von Schulzendorf



Wie die Schmetterlinge

„Tiden“ (Zeit) heißt das aktuelle Album der Band Fjarill, bestehend aus Aino Löwenmark und Hanmari Spiegel. Ihr ehemals elegisch-melodiöser Folkpop ist um einiges mitreißender, rhythmuslastiger und energischer geworden. Die multikulturellen Facetten des Duos kommen zur Geltung, ohne auf die sanften Töne, die an den namensgebenden Schmetterling (schwedisch: „fjarill“) gemahnen, zu verzichten.

Fjarill: Tiden (Edel:Content) Mehr Infos auf www.fjarill.com!



Foto: Maike Hellig

YouTube-Stars

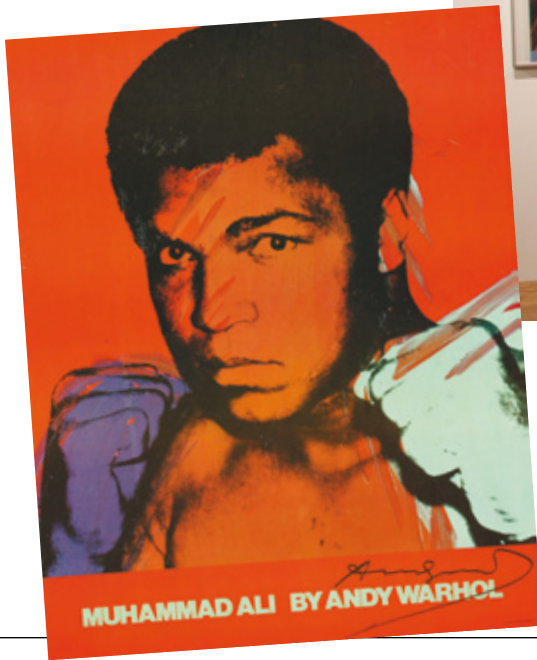
Über 6-millionenmal wurde er angeklickt, ihr Film auf dem Videoportal YouTube: Darin liefern sich die vier Hamburgerinnen von Salut Salon einen musikalischen Wettstreit zu Vivaldis „Sommer“ aus den „Vier Jahreszeiten“. Ein viraler Hit, über den weltweit anerkennend berichtet wurde.



Hier können Sie das Erfolgsvideo anschauen!
Mehr Infos gibt's auf www.salut-salon.com!



1964/65 gelang Andy Warhol der internationale Durchbruch mit seinen großformatigen Gemälden, Plakaten sowie farbig übermalten und überdruckten Schwarzweißfotos.



Andy Warhol, Muhammad Ali, 1978, Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg, © 2014, The Andy Warhol Foundation for the Visual Arts, Inc. / Artists Rights Society (ARS), New York, Michael Hill

Pop Art-Ikonen

Das **Museum für Kunst und Gewerbe** zeigt noch bis zum 7.9. „**Posters. Andy Warhol**“. Zu sehen sind über 100 Arbeiten Warhols (1928-1987) der in den 40er-Jahren seine Karriere als Grafikdesigner begann. Rund 20 Jahre später wandte sich das Multitalent der freien Kunst zu und wurde anschließend Mitbegründer und bedeutendster Vertreter der US-amerikanischen Pop Art. Infos: mkg-hamburg.de

VERNISSAGE - Samstag, den 12. Juli 2014 ab 11.00 Uhr



Jim ter Kuile - Bildgröße: 120 x 180 cm

Farbenfroher Hochadel

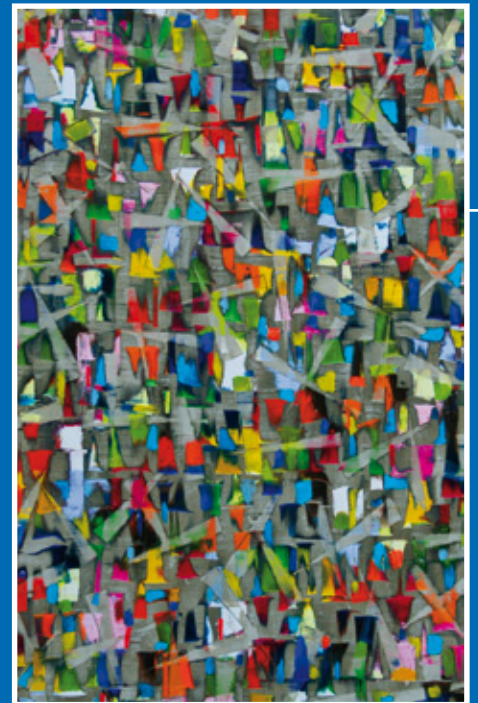
trifft

vielfarbige
Abstraktion

Jim ter Kuile
& Petra Rös-Nickel

Die Künstler sind während der Vernissage anwesend.

Ausstellungsdauer bis 27. Juli 2014.



Petra Rös-Nickel - Bildgröße: 90 x 140 cm



Foto: Reinhard Hunger

Beruf und Kind?

Mütter, die auch noch einen Beruf ausüben, sind heute immer noch eher eine Ausnahme. In ihrem neuen Buch beschreibt die Hamburger Bestseller-Autorin **Nina Puri** den Alltag zwischen Kita und Konferenz und zeigt die Schwierigkeiten dieses Lebensentwurfs und warum er trotz aller politischen Bemühungen bisher noch nicht klappen kann.

Nina Puri: „Karriere im Eimerchen“. Taschenbuch, 240 Seiten, Knauer, 9,99 Euro.



Isabell Abedi (Text), Dagmar Henze (Illustrationen): „Und hier kommt Tante Lisbeth!“ (Loewe-Verlag, 80 Seiten Hardcover)
Mehr Infos auf www.isabell-abedi.de



Freche Tante

Die preisgekrönte Hamburger Kinderbuch-Autorin Isabel Abedi legt mit „Und hier kommt Tante Lisbeth“ das neueste Buch ihrer Figur Lola vor. Das Mädchen spielte schon in etlichen Büchern die Hauptrolle. Diesmal jedoch geht es um ihre Tante, die ganz anders ist als andere Tanten, denn sie ist – vier Jahre alt! Das Buch erzählt davon was sie unternimmt, um ihren Eisbären Knut zurückzubekommen und viele andere Abenteuer. Ein Vorlese Spaß für die ganze Familie!



Foto: Hergen Schimpf © Loewe Verlag

OSTSEE-GALERIE

Timmendorfer Strand

KUNST IMMER WIEDER NEU ERLEBEN!

Unsere Öffnungszeiten:
Di. - Sa. 10:00 - 18:00 Uhr
So. 12:00 - 18:00 Uhr

Strandallee 85 · 23669 Timmendorfer Strand
Tel. 0 45 03 / 70 40 41 · E-Mail: ostseegalerie@hotmail.de
www.ostsee-galerie-timmendorfer-strand.com



Stylisch:
Modell Petra
van Bremen
mit Bag von
Roeckl



Profifänzlerin Christine Deck
mit Designerin Ella Deck
(sie sind Cousinsen) und den
Designerinnen Nadja Atwal
und Cindy Morawetz (v.l.)



Sängerin Julia Kretschmer-Wachmann
und Annika Littmann (r.)



Organisierten das Event:
Nadine Geigle und
Claudia Schulz (r.)

BUSINESSLOUNGE

Gut 300 Frauen aus allen Bereichen der Hamburger Gesellschaft trafen sich in der Elbkantine des Unilever-Hauses in der HafenCity zur ersten HAMBURG WOMAN Business Lounge. Im Mittelpunkt des Abends stand eine prominent besetzte Frauen-Talkrunde, geleitet von TV-Moderatorin Annika de Buhr. Zum Thema „Die große Herausforderung! Familie, Karriere und immer gut aussehen – geht das zusammen?“ Es diskutieren Kristina Tröger (VdU), Ina Menzer (Boxweltmeisterin), Caroline Beil (Moderatorin) und die Rathaus-Politikerin Katja Suding. „Die erste HAMBURG WOMAN Business Lounge ist der Start einer neuen Eventreihe, die die führenden Frauen der Stadt zusammenbringt. Heide Simonis' Vorwurf, „Frauen können nicht netzwerken“, ist damit für Hamburg widerlegt“, erklärte Gastgeber und Verleger Wolfgang E. Buss zufrieden. Der Initiator des gelungen Abends nutzte diesen auch, um sein neues Magazin HAMBURG WOMAN vorzustellen, dessen erste Ausgabe Sie gerade in den Händen halten!



Prickelnd:
Schauspielerin
Sandra
Quadflieg
testet einen
süßen Drink
mit Chambord



Johanna Prinzessin von
Sachsen-Coburg und Soul-
Jazzstar Love Newkirk (v.l.)



Pianistin Dr.
Jasmin Böttger und
Musikmanagerin
Ilona Schulz-
Baumgart (r.)



Stifterin Hannelore Lay



Unternehmerin
Christina Block mit
Silke Lange (r.)



Julia Quentin und
Lena Hilbert (r.)
von Auto Wichert
einer Erfrischung
von Lillet



Anja Glathe vom Sponsor
Auto Wichert mit Tochter
Julia und Schauspielerin
Andrea Lüdke (v.l.)



Die Talkrunde: Caroline Beil, Ina Menzer, Annika de Buhr, Katja Suding und Kristina Tröger (v.l.) mit Gastgeber und Verleger Wolfgang E. Buss



Comedian Janina Korn und Janina Youssefian (l.)

Fotos: Rike Schulz



Moderatorin Isabelle Delling und Christiane Kaufholt, Chefredaktion (r.)



Janina Vollert (l.) und Schauspielerin Dayan Kodua



Ließ sich vom MeridianSpa-Team fitmassieren: Comedian Tanja Schumann



Auto- und Fashion-Bloggerin Dajana Eder und Chefredakteur Kai Wehl



Audi stellte den Promis einen praktischen VIP-Shuttle



Beauty-Expertin Filiz Christoph-Atas mit Schauspielerin Nova Meierhenrich (r.)



Sängerin Saskia Leppin mit Moderatorin Khadara Sufi (r.)



Alle Fotos auf Facebook!





Tagesschau-Sprecher Jan Hofer (l.) und HoCa-Programmchef Daniel Kampa



Peter König und Agenturchefin Nane Mundt



Sängerin Julia Kretschmer-Wachsmann und Investor Klausmartin Kretschmer



Initiatorin Kirsten Fehlauer und Moderator Carlo von Tiedemann



Las aus dem letzten Teil einer Vampir-Trilogie von Autorin Sylvia Madsack: Siegmund Tischendorf

GRUSELLESUNG

Spuky! Passend zum Vampir-Thema des neu erschienenen Buchs „Hymne an die Nacht“ (Hoffmann und Campe) von Sylvia Madsack gab es eine Buch-Premiere auf dem Ohlsdorfer Friedhof. Als kulturelle Spielstätte diente das über 100 Jahre alte Mausoleum bei Kapelle 7. Hunderte Kerzen, Fledermaus-Projektionen sowie Wolfsgeheul und Eulenrufe vom Band verliehen dem morbiden Gemäuer einen ganz besonderen Charme. Rund 60 Gäste folgten der Einladung der Autorin, darunter „Tagesschau“-Chefsprecher Jan Hofer, die Designer Bent Angelo Jensen und Uli Schneider sowie Star-Fotografin Esther Haase. Aus dem Werk – letzter Teil der Trilogie um den Vampir Graf Stanislaw – las der Schweizer Schauspieler Siegmund Tischendorf.

Fotos: Stephen Wallocka



Privatdozent Dr. med. Fabian Fehlauer

CHARITY EMPFANG

Die Hamburger Sternschnuppe e.V. lud zum Frühlingsempfang ins Ö1, dem Sterne-Imbiss des Landhaus Scherrer. Zahlreiche Mitglieder und Unterstützer des Vereins kamen mit Initiatorin Kirsten Fehlauer zusammen, um bei einem entspannten Get-together Kontakte zu pflegen und zu spenden. Ziel: Mittellosen, krebserkrankten Kindern in medizinisch unterentwickelten EU-Ländern, vorerst in Rumänien, eine Behandlung im Strahlencentrum Hamburg oder bei dessen Kooperations-Partnern zu ermöglichen, inkl. An- und Abreise und der Unterkunft in Hamburg. Knapp 5000 € kamen zusammen! Weitere Infos: www.hamburger-sternschnuppe.de



Eva Irina Doyé (Vorstand Hiege Stiftung), Dr. Wolfgang Hiege und Astrid Hiege und Veranstalterin Simone Bruns (v.l.)



Marion Hollmann und Christina Siebold (r.)

BENEFIZABEND

In den Räumlichkeiten der HanseMercur organisierte Kunstagentin Simone Bruns einen Benefiz-Abend zugunsten der Hiege-Stiftung gegen Hautkrebs. Dank einer von Dr. Katharina Prinzessin zu Sayn-Wittgenstein durchgeführten Kunstauktion von mehr als 20 Fotografien, die von bedeutenden Künstlern wie Karin Szekey und Prof. F.C. Gundlach für den guten Zweck zur Verfügung gestellt wurden, und dem Engagement namhafter Sponsoren kamen an dem Abend rund 50.000 Euro zusammen. „Wir freuen uns sehr darüber, dass die Veranstaltung für unsere Stiftung ein so großer Erfolg war“, sagt Stifter Dr. Wolfgang Hiege.

Fotos: Abi Schmidt



Philipp Woermann und Gattin Ines



Wirtschaftssenator a.D. Gunnar Uldall mit Frau Lore



Fotografenlegenden Volker Hinz und Prof. F.C. Gundlach (r.)



Model Petra van Bremen und Ehegatte Michael Kubenz

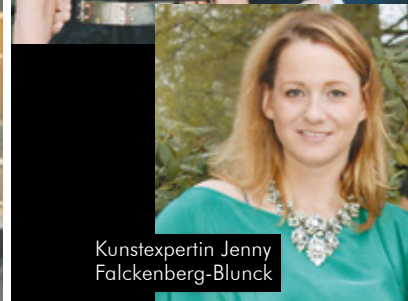
Fotos: Stephen Persch



Dr. Katharina Prinzessin zu Sayn-Wittgenstein, Barbara von Wienskowski, Brita Kohrs und Kurt Ehlermann (v.l.)



Die Dermatologinnen Dr. Christine Heins und Dr. Susanne Steinkraus (r.)



Kunstexpertin Jenny Falckenberg-Blunck

TASCHENTAUGLICH!



MAGNUS
NA KLAR!

www.gute-laune-trinken.de



Nane Mundt und Julia Wachsmann (r.)



Marion Fedder, Kathrin Aust und Christina von Stempel (v.l.)



Simone Bruns und Hekuran Shehu



Kristin Kossi und Andrea Lüdke (r.)

CHARITYLUNCH

30 Frauen aus der Hamburg Society trafen sich zum Ladies-Lunch auf der Uhlenhorst. Kunstagentin Simone Bruns, PR-Expertin Birgit Eickbohm und Hekuran Shehu, der Chef der Kette Asia Quick und des Mizu, hatten dazu eingeladen. Auf der einen Seite sollte der Ladies-Lunch Anlass für anregende Gespräche geben und zum Netzwerken genutzt werden – aber er verfolgt auch auf Wunsch der Gastgeberinnen einen Charitygedanken: Rund 200 Frauen leben in Hamburg auf der Straße. Gerade im Winter wird es dort durch die Kälte richtig gefährlich. Um diese Frauen zu unterstützen, sie mit Bekleidung und warmen Mahlzeiten zu versorgen, wurde auf der Veranstaltung Geld gesammelt.



Andrea Brodtmann und Marlies Möller (r.)



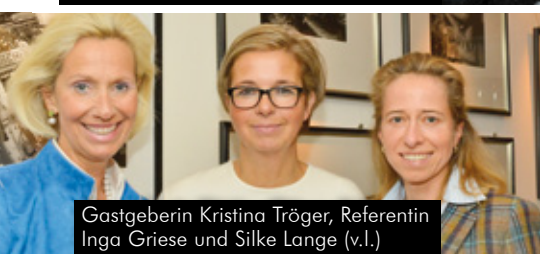
Birgit Eickbohm und Eveline Hall (r.)



Sandra Dutke und Monika Landsky(r.)



Hannelore Lay und Ulla Giercke (r.)



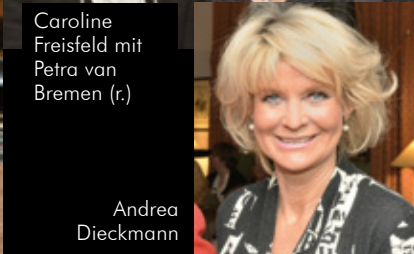
Gastgeberin Kristina Tröger, Referentin Inga Griese und Silke Lange (v.l.)



Caroline Freisfeld mit Petra van Bremen (r.)



Cristina Helms-Meier, Petra Enkelking und Sabine Brandt (v.l.)



Andrea Dieckmann

FRAUENPOWER

Über den schwierigen Spagat Karriere, Kinder und Familie miteinander zu verbinden, diskutierten prominente Frauen in der vornehmen Hanse Lounge an der Alster. Eingeladen zu diesem Thema hatte Kristina Tröger, Vorsitzende des Verbandes Deutscher Unternehmerinnen in Hamburg. Einem Impulsreferat der Journalistin und Autorin Inga Griese folgten Unternehmerinnen und weibliche Führungskräfte. Ziel der Veranstaltung, so die Gastgeberin, ist der lebhaft Austausch mit Persönlichkeiten aus Wirtschaft und Gesellschaft, denn natürlich steht der Netzwerkgedanke im Vordergrund: „Frauen mit Führungsverantwortung müssen miteinander im Gespräch bleiben“.

Impressum

Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.)
Chefredakteur: Kai Wehl **Stellv. Chefredakteurin:** Christiane Kaufholt **Redaktion:** Nicola Sieverling, Christian Luscher, Daniel Johnson, Jonas Sachtelber
Chefgrafikerin: Stefanie Oldhaver **Grafik:** Juliane Duczmal, René Kriese, David Nagel, Luka Plepp, Niklas Brüning **Titelgestaltung:** Stefanie Oldhaver
Produktion/Anz.-Disponentin: Carmen Garrot, Birgit Schümann **Buchhaltung:** Carmen Garrot **EDV- und DTP-Beratung:** IT-Service Thilo Noack
Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, 22880 Wedel **Vertrieb:** Sandra Schmelter-Haun, Magazin Verlag Hamburg, Eigenvertrieb
Media-Beratung: Michael Oeser, Oeser Media Service GmbH, Tel.: 040 - 3808 3600, E-Mail: oeser@oesermedia.de
Verlag: Magazin Verlag Hamburg HMV GmbH, Barkhausweg 11, 22339 Hamburg **Zentrale:** 040 / 538 9 30-0, **Fax:** 040 / 538 9 30-11, Mo.- Fr.: 9.00 bis 13.00 Uhr
Redaktion: 040 / 538 9 30 46, Mo.- Fr.: 9.00 bis 16.00 Uhr
Verteilung/Vertrieb: 040 / 538 34 52 **E-Mail:** redaktion@alster-net.de, anzeigen@alster-net.de **Internet:** www.hamburg-woman.de (alle Verlagsprodukte auf www.alster-net.de)
 HAMBURG WOMAN wird kostenlos an ausgewählte Haushalte verteilt und liegt zusätzlich in Partner-Geschäften und HAMBURG WOMAN-Shorepoints für Sie bereit.



Franziska Knuppe (l.) und Verona Pooth



Barbara Schöneberger



Mirja und Sky du Mont



Judith Rakers mit Ehemann Andreas Pfaff



Sorgte für Stimmung: Beth Ditto

JUBILÄUMSPARTY

Das People-Magazin GALA lud zur großen „20 Jahre GALA“-Jubiläumsparty an Bord der EUROPA 2 ein, das neueste Flottenmitglied von Hapag-Lloyd Kreuzfahrten. Über 650 geladene Gäste aus der Fashion-, Beauty- und Lifestyle-Branche, aus Medien und Entertainment erwartete eine extravagante Geburtstagsparty auf dem modernen Luxussschiff mit Fahrt auf der Elbe. Auf der Bühne des Pooldecks führte Moderatorin Barbara Schöneberger durch einen Abend voller Glanzpunkte. Absolutes Highlight war der Auftritt von Beth Ditto, Frontfrau der Band Gossip, die ein exklusives Acoustic Set auf der Bühne des Pooldecks zum Besten gab.

Photo by Gisela Schöberl/Getty Images for Gala

ANZEIGEN-SPEZIAL

Heilen mit der Weisheit der alten Chinesen



Dr. Angela Stahl, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie, behandelt nach Gesichtspunkten der ganzheitlichen Medizin.

Was man gerne macht, macht man auch besser. So gesehen, können sich Patienten von Dr. Angela Stahl glücklich schätzen. „Ich liebe meinen Beruf“, sagt die seit 1993 in Norderstedt niedergelassene Neurologin und Psychotherapeutin und hat sich deshalb nach der Facharzt-

Ausbildung nicht mit dem bis dahin Erlernten begnügt. Es folgte im Bereich der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) eine lange, vielschichtige Hochschul-Ausbildung an der Universität Witten-Herdecke. Dr. Stahl: „Allein sieben Jahre dauerte es, bis ich meine erste Akupunkturnadel gesetzt habe.“ Nun ist Dr. Angela Stahl Mitglied in dem sehr kleinen Zirkel von Medizinern auf deutschsprachigem Boden, mit abgeschlossenem Hochschulstudium der TCM.

Antrieb für diese Mühe und Geduldprobe war eine Erkenntnis, die Dr. Angela Stahl schon früh gewann: „Nur eine Medizin, die sowohl den körperlichen wie auch den psychischen und spirituellen Gegebenheiten eines Menschen gerecht wird, kann auf Dauer zur Heilung oder Besserung führen“, sagt die zudem auch erfahrene Ernährungsmedi-

zinerin und Ärztin für Naturheilkunde.

Deswegen verknüpft sie die Schulmedizin mit der TCM, um für eine Stabilität zwischen Schulmedizin, Psychotherapie und Naturheilverfahren – alles eingebettet in die chinesische Denkweise – zu sorgen.

„Es gibt schulmedizinische Erkrankungen, die man mit Chemie behandeln muss“, betont Dr. Stahl, „aber für viele Krankheitsbilder, wie zum Beispiel Migräne oder psychosomatische Symptome bis hin zum immer häufiger auftretenden Burn-out-Syndrom oder auch Angsterkrankungen, ist die Traditionelle Chinesische Medizin eine mögliche Therapie oder zumindest geeignete Mitbehandlung, da sie den



Menschen in seiner Gesamtheit begreift.“

Für Dr. Angela Stahls Praxis-Alltag gilt daher: Es gibt keinen Alltag! „Zu mir können fünf Menschen mit Migräne kommen, und fünfmal werde ich einen anderen Behandlungsplan erarbeiten“, sagt Frau Dr. Stahl. „Jeder Mensch ist einzigartig, und so soll auch seine Behandlung sein.“

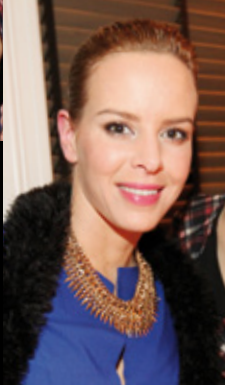
Neurologie und Psychiatrie

Psychotherapie • Naturheilverfahren
Ernährungsmedizin • Akupunktur • TCM
(Universitätsabschluss in Traditioneller Chinesischer Medizin)

Rathausallee 7-9 • 22846 Norderstedt
Tel. 040/35 96 98 00 • Fax 040/35 96 98 099
kontakt@stahl-nerven.de • www.stahl-nerven.de
im Therapiezentrum für Chinesische Medizin



Sängerin Ronja Hilbig und Moderatorin Verena Kerth (r.)



Tänzerin Isabel Edvardsson



Model Natascha Ochsenknecht, Gastgeberin und Sat.1 Society-Expertin Vanessa Blumhagen sowie die Mode-Designer André Borchers und Nicola Eibich (v.l.)



Schauspielerin Nina Bott

Fotos: Luxus Lashes Lounge/Fatke Schulz

VIPOPENING

Die Sat.1 Society-Expertin Vanessa Blumhagen hatte zum VIP Opening der ersten LUXUSLASHES™ LOUNGE in Hamburg geladen und viele Celebrities und Freunde der neuen Inhaberin kamen. Zur Begrüßung in den neuen Räumlichkeiten in Rotherbaum – ansprechend mit Stuck und Kronleuchtern gestaltet – gab es ein Glas Champagner, bevor es quer über die Straße ins Bistro & Weinbar Neumann's zum Weiterfeiern ging. Bei dem einen oder anderen Glas Wein, Flammkuchen und Flying Buffet wurde dem Anlass entsprechend über Beautythemen gefachsimpelt.



Buch-Projektinitiatorin Dayan Kodua mit Ex-Senator und Gastredner Ian Karan

Schmuckdesignerin Anne Rose und Software-Experte Sangwa Rwabuhiri

Fotograf Thomas Leidig

LAUNCHEVENT

„Und wo liegen Ihre Wurzeln?“ Das war beim Release-Event des Buchprojektes „My Black Skin“ eine der meistgestellten Fragen. Persönlichkeiten wie Marie Amière oder Nelson Müller aber auch „hidden heroes“ mit schwarzafrikanischen Wurzeln wurden von Star-Fotograf Thomas Leidig abgelichtet und berichten in dem Werk darüber, wie sie erfolgreich hierzulande Fuß gefasst haben und die Schwierigkeiten dabei. Unter den Gästen waren viele der Portraitierten und Unterstützer des Projektes. Ex-Senator und Mäzen Ian K. Karan präsentierte einige der „Fotomodelle“, sprach während der Buchpräsentation und steuerte das Vorwort bei.

Fotos: Werner Emmerich



Ehepaar Anja und Bernd Glathe (Auto Wichert) und PR-Beraterin Claudia Schulz (m.)

OFFICE PARTY

Zur „After Work Open Office Party“ an drei Tagen lud PR-Managerin Claudia Schulz ein. Rund 120 Gästen nutzten die Gelegenheit zu diesem Party-Marathon anlässlich des Bezugs neuer Räumlichkeiten in Winterhude. Dabei präsentierte die Inhaberin nicht nur die neue Retro-Meeting-Lounge mit stilechten Käse-Igel und Eiskonfekt, auch das neue Team-Mitglied: Mario Galla, bisher als Top-Model bekannt, stellte sich vor. Bei Drinks und Leckereien amüsierten sich Kunden, Medien-Kollegen und Freunde.

Fotos: Robin Läsch/Mediapublikationen.de, Henning Betaldorf/Nicola Röttemberg, röttemberg.de



Fashion-Expertin Beatrice A. Oola und Laura Lehmeke (r.)

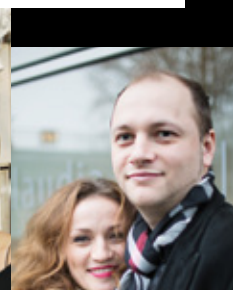


Business-Frauen Nina Deutschmann, Janina Vollert und Pernille Behnke (v.l.)

Couturier Jürgen Hartmann



Bettina Berger und Gunnar Sadewater, beide HSV Handball-Marketing



Box-Weltmeisterin Ina Menzer mit Ehmann Dennis

RINDCHEN'S

WEINKONTOR

www.rindchen.de



Françoise Antech-Gazeau führt das Familienunternehmen Antech in nunmehr 6. Generation. Ihre Ur-Ur-Großmutter Eugénie Limouzy, gründete – für die damalige Zeit ein absolutes Novum – das Unternehmen.

Perlen des Glücks

Perlen sind Frauensache. Zu diesem Ergebnis kommt man unweigerlich, wenn einem dieser Crémant Rosé der begnadeten Sektmacherin Françoise Antech die Schauer über den Rücken laufen lässt. Mit seiner grazilen Sinnlichkeit, dem wundervollen Himbeernäschen, der faszinierend feinen Perlage und der belebenden Frische ist er die denkbar schönste Möglichkeit, auf das Leben anzustoßen.

Wir laden Sie herzlich ein, den Crémant Rosé in einem unserer Hamburger Kontore ganz unverbindlich zu probieren. Denn das gehört zu unserem Verständnis von Genuss: Nur Weine, die Ihren eigenen Gaumen überzeugt haben, werden auch Ihre Gäste begeistern.

Gerd Rindchen



DEUTSCHLANDS WEINHÄNDLER DES JAHRES 2011, 2012, 2013 und 2014*
*Ausgezeichnet von der Berliner Wein Trophy unter dem Patronat der OIV (Organisation Internationale de la Vigne et du Vin).

14,80 €
0,75 Liter

1 Liter 19,73 €
Art.-Nr. 203300212

Kontor EPPENDORF Christoph-Probst-Weg 3 · Kontor UHLENHORST Hofweg 62
Kontor GROSS FLOTTBEK Osdorfer Landstraße 33 · Kontor SASEL Waldweg 1a
Weitere Kontore finden Sie unter www.rindchen.de/kontore

Rindchen's Weinkontor GmbH & Co. KG · Ellerhorst 1 · 25474 Bönningstedt. Ab 75 € Warenwert beliefern wir Sie frei Haus, bei geringerem Warenwert zahlen Sie lediglich einen Verpackungs- und Versandkostenanteil von 6,95 € innerhalb der Bundesrepublik Deutschland.

DIE 21-TAGE-STOFFWECHSELKUR

MERIDIAN

VITAL

- ✓ STOFFWECHSEL AKTIVIEREN
- ✓ GEWICHT REDUZIEREN
- ✓ VITALITÄT GEWINNEN

Sie suchen nach einer Möglichkeit, schnell und effektiv Gewicht zu verlieren? Die **21-Tage-Stoffwechselkur** ist derzeit bundesweit ein großes Thema. MeridianSpa bietet sie inklusive umfassender Betreuung und individuellem Trainingsplan auch Nicht-Mitgliedern in jedem Hamburger MeridianSpa an.

Lassen Sie sich beraten und kommen Sie zum Infoabend im

MeridianSpa Eppendorf Fr 20.06., Di 15.07., jeweils 19.00 Uhr

MeridianSpa City Di 24.06., Do 10.07., jeweils 19.00 Uhr

MeridianSpa Alstertal Do 03.07., 19.00 Uhr

MeridianSpa Wandsbek Fr 11.07., 19.00 Uhr

Bitte melden Sie sich telefonisch oder an der
Rezeption Ihres nächstgelegenen MeridianSpa an.
040/65 89-0 · www.meridianspa.de

MERIDIAN VITAL
Detox. Stoffwechsel. Ernährung.