

HAMBURG WOMAN

FÜR ALSTER, ALSTERTAL, HAFENCITY, ELBVORORTE & WALDDÖRFER

5
TIPPS
GEGEN
HERBSTBLUES

TERMINE,
DIE SICH LOHNEN

Meret Becker
hat *Liebes-*
kummer
in Songs
verarbeitet

Sex &
Spaß
– Autorin
verrät, wie
Sie Ihre
Beziehung
retten

MODE-
CHECK
MIT EVA
HABERMANN

JETTE JOOP ÜBER

VORURTEILE

ALS „TOCHTER VON“ WIRD SIE OFT UNTERSCHÄTZT. HEUTE KANN SIE DAMIT UMGEHEN.

MEINE GESCHICHTE.
MEIN DESIGN.

Den habe ich mir
ganz spontan gegönnt



Meine Glücksfee

ENTDECKE DIE NEUE HERBST-KOLLEKTION
pandora.net

 Folge uns auf facebook.com/PandoraDeutschland


PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS

**PANDORA STORE
AEZ**
Heegberg 31
22391 Hamburg
HAMBURG WOMAN

**PANDORA STORE
Billstedt-Center**
Möllner Landstraße 3
22111 Hamburg

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

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

**PANDORA STORE
Hamburger Meile**
Hamburger Straße 49
22083 Hamburg



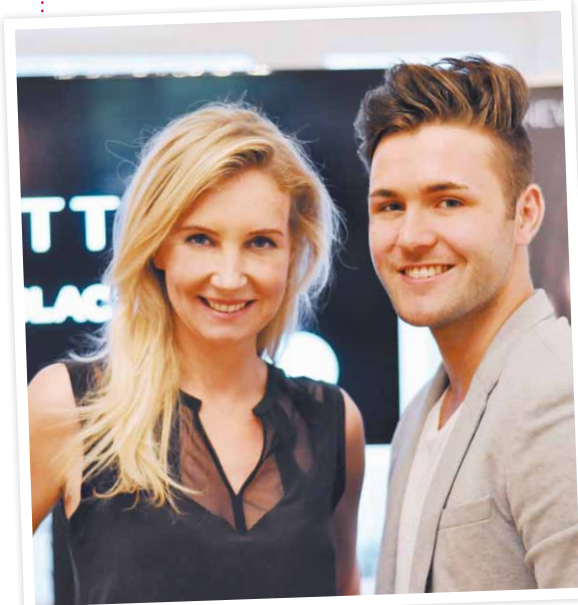
Spitzen-Frauen für goldene Zeiten

Mit uns an der Macht wäre das anders gelaufen, sagen viele Frauen, wenn Männer ein Geschäft vermasseln oder gar ein Unternehmen in den Ruin treiben. Und glaubt man US-Studien, die besagen, dass Firmen, in deren Vorständen mehr als drei Frauen sitzen, eine höhere Eigenkapitalrendite erwirtschaften, dann werden mit Frauen an der Spitze bald goldene Zeiten anbrechen. Ist es doch schon normal geworden – eine Frau als Kanzlerin, Ärztin, Bank-Vorstandsvorsitzende, Spitzenköchin etc. Es ist unübersehbar: Die Stunde der Frauen hat geschlagen! Es gab nie so viele selbstbewusste, interessante und gut ausgebildete Frauen. Sie werden Unternehmen, Wirtschaft und am Ende auch die Welt verändern. Aber nicht alleine! Sondern im gemischten Team – gemeinsam mit Männern, Alten, Jungen und Menschen unterschiedlichster Herkunft. Davon sind wir überzeugt und das belegt auch die Recherche von Redakteurin Nicola Sieverling zu „Top-Frauen verändern die Arbeitswelt“ auf Seite 11. Die weib-

liche Power bereichert Prozesse, sie vervollständigt sie. Es geht dabei nicht um nett, niedlich, feminin, sondern um die „weibliche Kunst“, mal fokussiert und machtbewusst, mal empathisch und nachsichtig zu sein. Diese Frauenpower spiegelt auch einmal mehr diese Ausgabe wieder: Meret Becker, die als Künstlerin und Mutter über ihre innersten Gefühle spricht. Designerin Jette Joop, die es gelernt hat, mit ihren Neidern als „Tochter von“ nachsichtig umzugehen und mit ihrer Muse beweist, dass ein gemischtes Team profitabler arbeitet als ein homogenes. Annemarie Dose, die mit Empathie, aber auch aus eigenem Interesse bedürftige Menschen mit der Hamburger Tafel unterstützt oder die Hamburger Vorreiterin der Frauenrechte: Lida Gustava Heymann, die schon Anfang des 20. Jhd. ein feministisches Frauenzentrum gründete, in dem berufstätige Frauen Beratung, einen Mittagstisch und Kinderhort in Anspruch nehmen konnten ... Geschichten, Stories und Interviews, die Ihnen die Zeit vergolden werden!

Christiane Kayhott *K. Wolf*
CHEFREDAKTION

FÜR HAMBURG WOMAN TRAFEN WIR...



Jette Joop – erfolgreiche Unternehmerin und Designerin. HAMBURG WOMAN-Redakteur Daniel Johnson traf die 44-Jährige zum Exklusiv-Interview. Jette sprach mit ihm über ihr neuestes Parfum und stellte uns den neuen Mann in ihrem Leben vor: das Model Jakob Wilhelm, Jettes neue Muse! Groß, gutaussehend und 23 Jahre jung. Ist diese Beziehung rein geschäftlicher Natur? Jette Joop über die Freizeit mit ihren Kindern, Vorurteile und ihre Schwächen. Gibt es Dinge, die eine Joop nicht kann? Alles über Hamburgs Star-Designerin und welche Qualitäten ein Mann mitbringen muss, um der Blondine zu gefallen, lesen Sie auf S. 14!



Das HAMBURG WOMAN-Cover zeigt ein Motiv aus der aktuellen Sportalm-Kampagne, www.sportalm.at.

**FÜNF ARGUMENTE DAFÜR.
KEINS DAGEGEN.**



Mehr Fahrspaß ging nicht. Dafür aber mehr Türen. Der neue MINI 5-Türer. Ab dem 25. Oktober 2014 bei uns. Kommen Sie vorbei und erleben Sie ihn live bei einer Probefahrt.

Ein Mix aus MINI Gefühl, leichtem Einstieg und viel Beinfreiheit: Mit dem neuen MINI 5-Türer zeigen Sie, was Sie draufhaben – und reinbekommen.

Mehr Türen heißt nicht weniger Pep. Mit dem MINI 5-Türer sind fünf Türen so aufregend wie das schnittigste Coupé. Der etwas längere Radstand gibt diesem nützlichen Teufelskerl ein ausgeprägtes Raumgefühl. Und eine völlig neue Facette der MINI Persönlichkeit.

Der MINI 5-Türer ist nicht weniger als ein straßentaugliches Gokart. Kurze Überhänge, tiefer Schwerpunkt, dazu eine breite Spur und ein steifes Chassis machen ihn spannender als die anderen 5-Türer da draußen. Die Multilenker Hinterachse und die von der Karosserie entkoppelten Stoßdämpfer geben Ihnen echten Limousinen-Komfort – ohne Abstriche beim MINI typischen Fahrspaß. MINI Herz, was willst du mehr?

Kraftstoffverbrauch kombiniert: 6,0 [5,5] bis 3,6 [3,8] l/100 km, CO₂-Emission kombiniert: 139 [128] bis 95 [99] g/km. Werte in [] gelten für Fahrzeuge mit Automatic-Getriebe Steptronic.

BMW AG Niederlassung Hamburg

MINI Hamburg

Hauptbetrieb

Offakamp 10-20
22529 Hamburg
Tel.: 040-55301-10

Filiale Wandsbek

Friedrich-Ebert-Damm 120
22047 Hamburg
Tel.: 040-55301-30

Filiale Bergedorf

Bergedorfer Straße 68
21033 Hamburg
Tel.: 040-55301-40

Filiale Elbvororte

Osdorfer Landstraße 50
22549 Hamburg
Tel.: 040-55301-50

www.MINI-Hamburg.de

DER NEUE MINI. JETZT AUCH MIT 5 TÜREN.



14

Jette und die Männer



72

Frauen-
schwärm



28

Gefühls-
Mensch



54

Land-
lust

INHALT

HAMBURG WOMAN OKTOBER 2014

GESELLSCHAFT

10 **Zeitgeist:** Wie Frauen in Führungspositionen die Arbeitswelten verändern

24 „**Sex gehört zum Leben** und sollte etwas Natürliches sein“, findet Autorin Steffi von Wolff

30 **News:** von engagierten Schauspielerinnen, einer neuen TV-Köchin und Modetrends

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

PEOPLE

12 **Die Autorin Micaela Jary** schreibt Roman über Frauen zu Zeiten des 1. Weltkrieges – HAMBURG WOMAN zeigt das historische Vorbild

14 **Jette Joop** redet über ihren Aufstieg und die Männer an ihrer Seite

16 **Experimentiert wie eine Schauspielerin:** die Fotografin Svenja von Schultendorff

26 **Seit 20 Jahren unterwegs** für Menschen die notleiden: Annemarie Dose

28 **Meret Becker ist zurück** und redet über die Schwierigkeit, Privates und Beruf zu vereinen

54 **Land gepachtet:** Die Schauspielerin Andrea Lüdke über ihre Freude an eigenem Obst und Gemüse

70 **Notruf Hafenkante-Cop** Sanna Englund über die neue Staffel, Hamburg und den Hafen

72 **Bei ihm dürfte fast jede Frau** schwach werden: Ex-Bachelor Jan Kralischka über seine neue (alte) Beziehung

74 **Will mit neuem Album,** eigenem Plattenlabel und mehr Eigenständigkeit durchstarten: Jazzerin San Glaser



DEINE STADT DEIN KÖRPER DEIN CLUB

**JETZT
IST
ALLES
NEU!**

Bundesstraße 107
Hamburg Eppendorf/Eimsbüttel

Telefon 040 401281
www.kaifu-lodge.de
f/kaifulodge



Deine neue

**KAIFU
LODGE**





77

Mode-Trends

32

perfekt
gepflegte
Hände

46



leckere
Vegan-Rezepte

60



MODE

32 **Inspiriert durch den anmutigen Style** der Französinen: unsere Herbstmode

38 **Tops & Flops:** Modecheck von Schauspielerin Eva Habermann

40 **Gut zu wissen:** ein neues Buch zeigt das who is who der deutschen Mode-Szene

44 **Prominente Hamburgerinnen** öffnen für uns ihre Handtaschen: diesmal das Model Petra van Bremen

BEAUTY

46 **Tipps: Mit wenigen Schritten** zur perfekten Handpflege

48 **Hilfe gegen müdes Aussehen:** Die wichtigsten Fragen zu Augenlidkorrektur

50 **Damit Sie besser durch die kühle Jahreszeit kommen:** 5 Tipps gegen den Herbstblues

KOCHEN

60 **Ein veganes Herbst-Menü** zum Verlieben und Nachkochen – guter Geschmack ist garantiert

WOHNEN

64 **Tipps für die richtige Farbwahl** in Haus und Wohnung sowie das passende Buch dazu!

68 **Vorgestellt: Zwei Inneneinrichter** mit Erfolgskonzept – seit 15 Jahren!

KULTUR

76 **Kunst- & Kulturtipps:** von Fantasy-Songs einer Castingshow-Finalistin und fröhlich melancholischen Kurzgeschichten

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.



Heiko Bott

SALON

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



SPÄTSOMMERTAGE

Shopping zur schönsten Jahreszeit 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

Top- Frauen

verändern die
Arbeitswelten

Kein eitles Machtgehabe, keine langatmigen Meetings – dafür mehr Geld in der Kasse. Sie sorgen für mehr Umsatz, mehr Motivation und haben das Wohl des ganzen Unternehmens im Auge: Frauen im Topmanagement verändern die Arbeitswelt.

Was Personalberater mit Gespür schon längst wissen und für ihre Kunden gezielt nutzen, kommt auch endlich in der realen Welt an. Studien aus den USA belegen, dass gemischte Teams in der Firmenführung sich betriebswirtschaftlich rechnen. Ein Vorstand, der mit mehr als drei Frauen besetzt ist, erwirtschaftet eine bis zu 54 Prozent höhere Eigenkapitalrendite. Dann brechen für die Hansestadt Hamburg goldene Zeiten an, denn der Anteil der weiblichen Führungskräfte in den städtischen Unternehmen stieg innerhalb von nur drei Jahren von 15,9 auf 29,4 Prozent. Das ist eine beachtliche Entwicklung.

Was machen Frauen in Chefpositionen anders als Männer? Sie setzen weniger auf eitle Selbstdarstellung, sondern auf Dialog mit ihren Mitarbeitern. Sie hören besser zu und gehen mit den ihnen anvertrauten Projekten verantwortungsvoller mit Weitblick und Augenmaß um. Machtspiele sind ihnen eher zuwider und Protz ebenfalls. Mein Luxus-Füller. Meine Autoschlüssel. Mein Smartphone. Schicke Insignien der Macht, die Männer bei Meetings erst einmal auf den Tisch legen. Dann wissen die anderen gleich mal Bescheid. Wenn die einzige Frau am Verhandlungstisch jetzt mit einer Gucci-Handtasche punkten will, hat sie verloren. Der Präsidentin der Bundesbank-Hauptverwaltung in Hamburg waren bis zu ihrem Abschied im Januar dieses Jahres diese Statusspielchen ziemlich egal. Da stand Adelheid Sailer-Schuster konsequent drüber. Wenn ihr danach war, stieg sie aus ihrem Dienstwagen und ging die letzten hundert Meter zu Fuß in ihr Büro. Für jeden Top-Manager eine sichtbare Schwächung seiner Machtposition. Ein absolutes no go. Als die Hamburgerin Gabriele Traude-Stopka in der Douglas Holding als Vorstandsmitglied und Arbeitsdirektorin einstieg und weiterhin in ihrem roten BMW selbst zu den Filialen fuhr, wurde sie jäh ausgebremst. Ihr Mitarbeiterstab bat sie händeringend, auf ein blaues Fahrzeug umzusteigen und einen Fahrer ans Steuer zu lassen. Sonst sei ihr Team bei den anderen Vorständen des Konzerns nicht vollwertig anerkannt.

Doppelbüros für mehr Offenheit

Das zeigt: Frauen in Top-Positionen könnten tradierte Rollenmuster und von Männern über Jahrzehnte geprägte Verhaltenskodexe in Unternehmen nur langsam aufbrechen. Langatmige Meetings bis zum späten Abend, Endlos-Diskussionen ohne Sachorientierung und Zielführung mit „Gockel-Gehabe“ – das hält nach wie vor Frauen mit Führungsqualität davon ab, die Karriereleiter konsequent nach oben zu klettern. Wer will sich das antun? Aber es geht auch anders. Mit Mut und Durchsetzungsvermögen. Als alleinige Vorstandschefin von Gruner+Jahr veränderte Julia Jäkel innerhalb von 12 Monaten die verlagsinternen Arbeitsstrukturen. Bei ihr gibt es keine Konferenzen nach 17 Uhr, dafür Doppelbüros auf der Vorstandsetage für mehr Offenheit

und Transparenz. Die mächtige Medien-Managerin selbst sitzt nicht im Elfenbeintürmchen, sondern diskutiert mit Redakteuren über Aufmacher-Themen und die Fotoauswahl. Es weht ein frischer Wind im Haus – zuweilen auch mächtig heftig. Julia Jäkel steht derzeit im Kreuzfeuer der Kritik wegen des geplanten Stellenabbaus beim stern. Konfliktscheu ist sie nicht, ebenso wie Yahoo-Chefin Marissa Meyer. Sie kam nach einer nur zweiwöchigen Auszeit nach der Geburt ihres Kindes zurück ins Büro und schaffte sogleich das Home-Office für ihre Mitarbeiter ab. Präsenzpflcht für ihr kreatives und junges Team, das bis dahin am Schreibtisch, am Strand oder beim Sport Ideen für den Konzern entwickelte.

Viele Frauen an den Schalthebeln sind notwendig

Von Frauen geprägte Arbeitswelten haben nichts mit Kuschelkurs und Friede, Freude, Eierkuchen am Arbeitsplatz zu tun. Es soll Männer geben, die dies mit einer gewissen Häme tatsächlich glauben und damit die Macht und den Erfolg der Frauen herabzustufen versuchen. Frauen in Führungspositionen ziehen derweil an ihnen vorbei. In deutschen mittelständischen Betrieben hat bereits jedes fünfte Unternehmen eine Frau in einer leitenden Position. Eine enorme Wirtschaftskraft mit Wachstumspotential. Doch fördern Frauen andere Frauen und ziehen sie mit nach oben wie die Männer es mit ihren Seilschaften so effektiv praktizieren? Hier lohnt sich ein Blick in die Welt der Politik. Daten zeigen, dass mehr weibliche Kandidaten zu einer größeren Anzahl gewählter Frauen führen – Männer jedoch immer noch die größeren Chancen auf eine Wahl haben. Anders gesagt: Nur viele Frauen bringen auch viele Frauen in politische Ämter und verschaffen ihnen Gewicht und Gehör auf dem politischen Parkett. „Frauen, die es schwer hatten, in der Politik nach oben zu kommen, solidarisieren sich nicht so gern. Sie wollen ihr Ding allein machen“, lautet die Erfahrung von Professor Christiane Landfried. Die Politologin an der Universität Hamburg weiß aus ihren Forschungsarbeiten, dass Frauen die heimlichen Hoffnungsträger in der Politik sind. Sie können sich leichter als Männer von traditionellen Politikmustern trennen und beim Thema Gesellschaft und Natur frisch und frei durchstarten. Das gelingt aber nur, wenn möglichst viele Frauen an den Schalthebeln sitzen. Dann erst verändern sich Stil und Inhalt der Politik.

Das gilt eben auch für die Arbeitswelten, die von Top-Managerinnen gestaltet werden. Eine neue Unternehmenskultur setzt sich erst durch, wenn möglichst viele Frauen in den oberen Etagen mitmischen und Führungspositionen in den zweiten und dritten Rängen ebenfalls mit einem hohen Frauenanteil besetzt sind. Gemischte Teams in allen Etagen holen das Beste aus jedem heraus und arbeiten profitabel.

Nicola Sieverling

Schluss mit Machtspielchen und Selbstdarstellung: Frauen in Führungspositionen brechen alte Verhaltensmuster auf.

Bücher gewinnen!

Lässt ihren Historienroman u.a. an der Alster spielen: Autorin Micaela Jary.

Hamburger

Frauen-Geschichte

Das Hamburg zur Zeit um den ersten Weltkrieg war gerade für Frauen eine Zeit des Umbruchs. Die aus Harvestehude stammende Autorin Micaela Jary hat diese Ära porträtiert – und reale Vorbilder an der Alster gefunden.

Verlosung

Wir verlosen drei Exemplare von „Das Haus am Alsterufer“ (Goldmann, 576 Seiten, 9,99 Euro). Einfach das Stichwort „Alsterufer“ auf eine Postkarte an Hamburg Woman, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder eine Mail mit dem Betreff an c.luscher@alster-net.de



Nein, autobiografisch ist „Das Haus am Alsterufer“ natürlich nicht – kein Wunder, spielt es doch zu Anfang des 20. Jahrhunderts. „Aber bei diesem Roman steckt die Autobiografie in den Häusern“, sagt Micaela Jary. So war etwa die St. Benedictstraße 9 in Harvestehude war ihre eigene Adresse, doch auch das Budge-Palais und andere Bauten rund um die Alster spielen prominente Rollen in der Geschichte um Intrigen, Affären und Konflikte vor dem Hintergrund des historischen Hamburg. Ein wichtiges Thema in dem Buch ist auch die Frauenrechtsbewegung, die zu jener Zeit auch in der Hansestadt aktiv war. „Ich finde die bürgerliche Frauenrechtsbewegung ein unglaublich spannendes Thema“, erklärt Micaela Jary. „Wer weiß schon, dass die Einführung unseres Bürgerlichen Gesetzbuchs im Jahre 1900 auf die Frauenrechtsbewegung zurückgeht? Das ist das BGH, das auch heute noch gültig ist. Auch waren Frauen um die Wende zum 20. Jahrhundert nicht nur verzogene Dämchen, sondern zielstre-

bige Personen, die Veränderungen wollten.“ Eine der Hamburger Vorkämpferinnen der Bewegung hat auch ihr Alter Ego im Roman gefunden: „An vorderster Front agierte damals Lida Gustava Heymann. Diese unglaublich tolle Person ist eine der Vorbilder für meine Romanheldinnen.“

In ihren Büchern geht es zwar oft um Heimat und Ferne, doch gibt Micaela Jary zu: „Nach meiner persönlichen Heimat habe ich sehr lange gesucht.“ Die Tochter des Schlagerkomponisten Michael Jary („Das kann doch einen Seemann nicht erschüttern“) kam schon in frühen Jahren viel herum: „Ich wurde in Hamburg geboren, bin in München und Lugano aufgewachsen, habe lange in Paris gelebt, aber mein wirkliches Zuhause habe ich in den letzten Jahren in Berlin gefunden. Das mag daran liegen, dass meine Eltern aus Schlesien stammten und mein Vater eigentlich irgendwie auch Berliner war, da liegt viel Vertrautes in der Luft. Es ist auch so schön nah an Hamburg, wo ich sehr, sehr gerne bin.“

Christian Luscher

Das Vorbild:

Lida Gustava Heymann

„Schon als ganz junger Mensch (...) empörte mich die Selbstüberschätzung und eitle Überheblichkeit der Männer“, schrieb Lida Gustava Heymann, das Vorbild einer der Romanfiguren im Buch von Micaela Jary. „Ihre galante ebenso wie missachtende Art, Frauen – besonders ihren Ehefrauen – zu begegnen, beide widerten mich an. Erwachsen, meiner selbst bewusst, schwor ich, mir meine persönliche Freiheit niemals durch Männer beeinträchtigen zu lassen, d.h. soweit das eben unter den gegebenen Umständen im Männerstaat möglich ist. Den Schwur habe ich gehalten, konnte es ohne große Schwierigkeiten, weil ich nach dem Tode meines Vaters wirtschaftlich völlig unabhängig war.“

Die Tochter eines Hamburger Großkaufmanns verlebte eine behütete Kindheit, bis der Vater starb. Um ihr Erbe musste die 28-Jährige kämpfen. Tatsächlich wurde ihr das Geld erst zugesprochen, als sie einen Präzedenzfall aus dem 13. Jahrhundert heranzog. Ihr beträchtliches Erbe verwendete sie unter anderem, um eine Art feministisches Frauenzentrum zu gründen, in dem berufstätige Frauen Beratung, einen Mittagstisch und Kinderhort in Anspruch nehmen konnten. Außerdem rief sie Berufsverbände für Kauffrauen und Bühnenkünstlerinnen ins Leben. Mit der Hamburger Polizei kam sie in Konflikt, als sie gegen die schlechte Behandlung von Prostituierten protestierte.

Zusammen mit ihrer Lebensgefährtin Anita Augspurg gab sie die Zeitschrift „Die Frau im Staat“ heraus. Um sich dem Einfluss der Nazis zu entziehen, flohen die beiden 1933 in die Schweiz, wo Lida Gustava Heymann 1943 starb.

War eine Hamburger
Vorreiterin der Frauenrechte:
Lida Gustava Heymann.

Foto: Bundesarchiv, Bild 146-1987-143-05 / CC-BY-SA

Lottes

WELT DER DÜFTE


SCHUBACK
Parfümerien

Kreieren Sie Ihren ganz individuellen Duft!

Wir laden Sie herzlich zu einer besonderen Premiere in unsere Filiale am Mühlenkamp 38 ein. Freuen Sie sich auf Lottes Welt der Düfte, ein ganz neues Duft-Konzept: Komponieren Sie aus 23 edlen Eau de Parfums in den vier Grundrichtungen blumig, orientalisch, zitrisch und grün Ihren persönlichen Lieblingsduft!

Unser Kennenlern-Geschenk!

Für Sie exklusiv vom 29.09. - 18.10. 2014

20% Rabatt

auf unser Duftkonzept: Lottes Welt der Düfte

Bitte schneiden Sie diesen Coupon aus und geben ihn zum Einlösen in der Filiale ab.



Jetzt
NEU

Jette Joop über
Luxus: „Ich kann nicht
behaupten, dass er
mich viel glücklicher
gemacht hat. Meine
Kinder sind mein
Glück.“



“

Wenn mich
jemand
unterschätzt,
dann nutze ich
das zu meinem
Vorteil!“

Exklusiv-Talk mit Jette

Blond, gutaussehend und erfolgreich – Jette Joop hat es geschafft. Doch es war nicht immer leicht, in der Modewelt Fuß zu fassen. Die 46-Jährige plauderte mit HAMBURG WOMAN über ihre Probleme als **„Tochter von“** und welche **Männer** sie gerne an ihrer Seite hat.

11:15 Uhr in der Jette-Villa. Vorbei an unzähligen in schwarz gekleideten, hektischen Menschen, die hier und dort noch Stoffe drapieren und Aufsteller positionieren, werden wir über eine massive Holztreppe in das obere Stockwerk geführt. Nun heißt es warten – warten auf Jette Joop. Diese hat zum Launch ihres neuen Duftes „The New Magic of Black“ geladen und hat sich zu einem Interview bereit erklärt. Die Tür geht auf und herein kommen drei Personen. Jette Joop, ihre Pressesprecherin und ein großgewachsener, gutaussehender junger Mann. Jakob Wilhelm aus Potsdam, 23 Jahre jung und Model von Beruf. „Er ist meine Muse!“, so die Designerin über den Mann an ihrer Seite. Eine Muse? Moment... Kennen wir das nicht schon irgendwoher? Jakob ist also der neue Baptiste Giabiconi. Während Jette uns von ihrem neuen Duft erzählt, fragen wir uns, weshalb die Muse mit am Tisch sitzt. Still und teilnahmslos scheint sie irgendwie fehl am Platz. Jette spricht von ihrem neuen Parfum, von „Cyber-Sex“, „Emanzipation“ und „Spiritualität“. Auf die Frage, was diese Schlagwörter mit der privaten Jette zu tun haben, sagt die 46-Jährige: „Ich wünsche mir für jede Frau, dass sie sich selber entdeckt und den Mut hat, verschiedene Seiten an sich auszuprobieren.“ So wie zum Beispiel einen jungen Lover? Wie die Unternehmerin und ihre Muse zueinander stehen, bleibt vorerst offen. Vielleicht verrät unsere nächste Frage ja ein bisschen mehr über Jettes momentanen Beziehungsstatus: „Jette, was ist dir wichtig an Männern?“ Jette und Jakob schmunzeln. Die zweifache Mutter findet: „Ein Mann muss gepflegt sein. Er darf gerne etwas wild wirken, dann aber bitte gekonnt. Vor allem Männer aus einer älteren Generation glauben, man müsse sich an manchen Stellen nicht rasieren. Sie glauben, Schweiß sei männlich!



Hamburgs Star-Designerin
Jette Joop mit ihrer neuen „Muse“
Jakob Wilhelm.

Das stimmt allerdings nur in manchen Situationen!“ Alle im Raum lachen. Zum ersten Mal bricht die Stimmung etwas auf und man hat das Gefühl, Jette von einer anderen Seite kennenzulernen – einer humorvollen, leichten Seite. Man sollte meinen, die Karrierefrau sei von jedermann respektiert. „Falsch“, sagt die Tochter von Wolfgang Joop, „Auch heute werde ich noch falsch eingeschätzt. Damals als junge Frau war es ein Problem für mich. Mittlerweile sehe ich das anders. In Verhandlungen kann es sogar von Vorteil sein.“ Die Designerin hat bewiesen, dass sie ihren Namen vielseitig vermarkten kann. Jette designt Schmuck, Mode, kreiert Düfte und ist zweifache Mutter. Kann man bei so vielen Projekten allem gerecht werden? Jette erklärt: „Ich arbeite im Vergleich zu früher relativ wenig! Ich habe sehr viel erlebt und gehabt. Wenn ich die Wahl zwischen großem persönlichen Luxus und Freiheit habe, entscheide ich mich für Zeit, die ich mit meinen Kindern verbringe!“ Ziemlich perfekt,

wie sich Frau Joop gibt! „Ich bin nicht perfekt“, lacht die Unternehmerin. „Es gibt vieles, das ich nicht kann! Kochen zum Beispiel!“ Sonderbar! Wo trifft man schon eine zweifache Mutter, die nicht kochen kann? Unsere Zeit ist um. Nach einem Erinnerungsfoto geht es runter in den Präsentationssaal. Es ist eigentlich wie jede Presseveranstaltung: Ein Raum voll mit durchgestylten Moderatedakteurinnen, die ein Glas Champus nach dem anderen bestellen und nur heimlich von den Häppchen naschen. Die Wahrheit ist: Eigentlich warten alle nur auf die Goodie-Bags. Jette ist mittlerweile von Fotografen umzingelt. Jakob steht außerhalb des Blitzlichtgewitters – bis Jette ihn zu sich winkt. Hörig platziert sich dieser neben Jette und wir fragen uns mehr denn je: „Was geht da wirklich zwischen Jette und ihrer ‚Muse‘?“

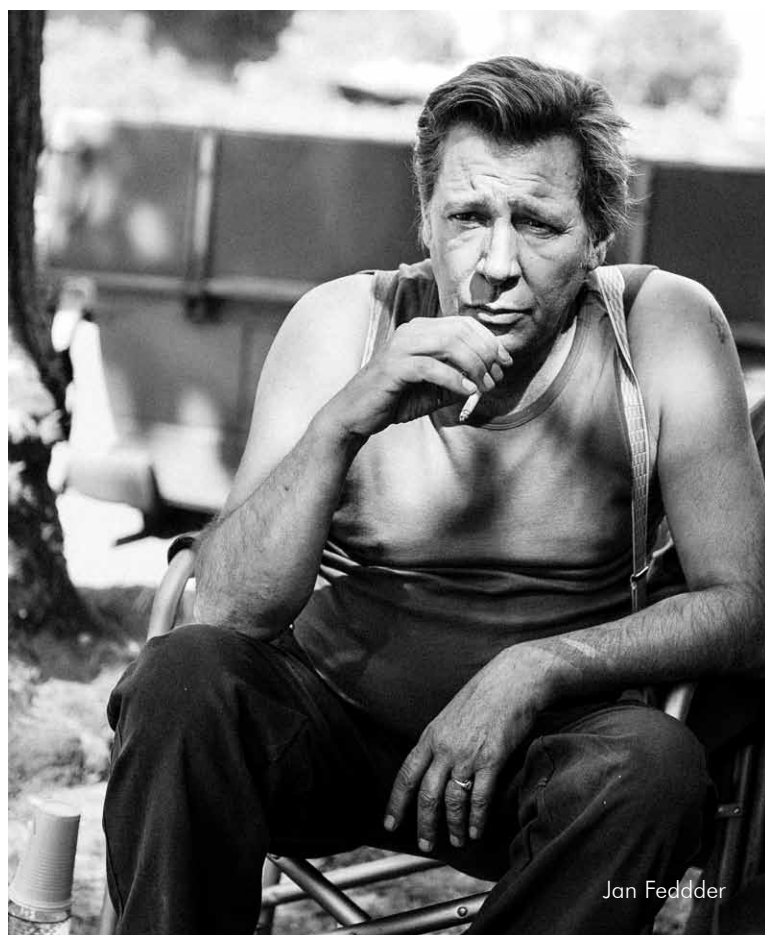
Daniel Johnson

Hanna Herzprung, festgehalten von Svenja von Schultendorff, die häufig als Selfotografin arbeitet. Mit vielen Schauspielerinnen und Schauspielern, die sie dabei trifft, entstehen später Projekte.



„Meine Bilder sind *meine Sprache!*“

Zärtlich, hübsch, gewalttätig, verstörend – so vielfältig ist die Bildsprache der Hamburger Fotografin **Svenja von Schultendorff**. Dabei will sie nicht polarisieren, sondern ihre Gedanken und Gefühle ausdrücken. Eine Interpretation gibt sie nicht vor, die überlässt sie dem Betrachter.



Sibel Kekilli und
Ulrich Tukur im
Fernsehfilm „Gier“
(2010) von Dieter
Wedel, dessen
Geschichte vom
Leben des Betrügers
Jürgen Hark-
sen inspiriert ist.
Festgehalten am
Set von Svenja von
Schultendorff.







Die Schauspielerin Malin Steffen als ... „Ich überlasse es den Betrachtern, sich die Aussage des Bildes zu überlegen. Man nimmt ihnen zu viel, wenn man seine Fotos im Vorwege erklärt“, so die Fotografin.



MASSGESCHNEIDERTE IMMOBILIENVERMITTLUNG

Wir kümmern uns um die Vermarktung Ihrer Immobilie
und freuen uns auf Sie!

KG³

Katerina Gortchinskaia
Immobilien- & Kapitalvermittlung

Immobilien- und Kapitalvermittlung
Inhaberin Katerina Gortchinskaia

Neuer Wall 10 - 20354 Hamburg
Maximilianstraße 2 - 80539 München
www.kg-hoch3.de

Tel.: + 49 (0) 40 - 307 671 15
Tel.: + 49 (0) 89 - 999 877 20
E-Mail: info@kg-hoch3.de



Das Foto „Wolfsfrau“ zeigt eine Schauspielerin, die nicht erkannt werden möchte. Es ist eine Aufarbeitung der Ängste aus den Kindheitstagen der Fotografin – vor wilden Tieren.

Mit Daumen und Zeigefinger prüfe ich vorsichtig das milchig-weiß-durchsichtig-schimmernde Latex einer Fetischmaske. Weich und warm fühlt es sich an. Irrendwie gut. Leicht verschämt schaue ich in der La Caffeteria in Eppendorf nach rechts und links, aber kein anderer Gast scheint Notiz zu nehmen. Auch nicht, als knisternd aus einer großen Tüte ein blutiger Infusionsbeutel zum Vorschein kommt. Den fasse ich dann lieber nicht an. „Ist doch nur Kunstblut“, sagt Svenja von Schultendorff lächelnd. Ein Glück, denn es tropft etwas heraus. Diese Dinge sind essentiell für ihre freien Arbeiten. Alles „No-Budget-Projekte“ die nur dank des Einsatzes und der Hilfe vieler Freunde wie der Visagistin und Maskenbildnerin Yasmin Iqbal möglich sind, mit der sie ein eingeschworenes Team bildet.

„Ich improvisiere viel, bin auch im Shooting trotz vorher überlegtem Skript und Vorgaben spontan und lasse gemeinsam mit der Person, die ich fotografiere, Geschichten entstehen. Mit Hilfe von Schminke und Requisiten, die ich sammle - OP-Kittel, neue Perücken aus dem Faschingsortiment, alte kaufe ich in der Staatsoper, Masken, große exotische Käfer, die ich mir leihe und vieles mehr.

Für ihre Fotos lässt sie sich teils von alten Meistern oder von modernen Künstlern wie Hausner mit seinem Werk „Roter Narrenhut“ inspirieren, aber vor allem von Filmen. Da kennt sich die Eppendorferin aus, denn ihr Leben finanziert sie in erster Linie mit der Film- und Set-Fotografie. „Deswegen wirken viele meiner Fotos wie Szenenfotos, nur viel inszenierter.“ Es gibt noch einen weiteren Vorteil: Svenja von Schultendorff begegnet vielen Schauspielern. „Daraus sind schon viele Freundschaften entstanden, was in anschließenden Porträtfotos und gemeinsamen Projekten gipfelt.“ Die sind für sie in doppelter Hinsicht spannend, denn zum einen fragt die Fotografin sie, welche Rolle sie schon immer mal spielen wollten, setzt das um und bringt ihre eigenen Ideen und Sehnsüchte mit ein.

Denn es hätte nicht viel gefehlt und die Mutter dreier Kinder wäre selbst in Film und Fernsehen zu sehen gewesen. Quasi in Familientradition: die Mutter war semiprofessionelle Schauspielerin und der Vater Kameramann. Sie selbst hat in der Schule viel und gerne Theater gespielt. „Ich hatte den großen Wunsch Schauspielerin zu werden, aber mein Vater hat es mir ausgedreht und so wurde ich Fotografin. Ich fühle mich aber gar nicht so viel anders und bin mit Schauspielern seelenverwandt mit meinen Ideen und meiner Kreativität. Denn die meisten Schauspieler, denen ich begegne, sind Menschen, die sehnsüchtig nach Grenzen suchen und dabei gleichzeitig verspielt, aber auch sehr verletzlich sind. Das versuchen sie in ihrem Beruf zu kompensieren. So geht es mir auch.“

In den freien Projekten entstehen – das gilt nicht für die Porträtserien – teils verstörende Bilder. „Bunt und kreischig und voller Rätselhaftigkeit“, sagt von Schultendorff lächelnd. Faszinierend und mal was anderes und dabei nicht immer hübsch, finde ich. Ob sie damit polarisieren wolle, frage ich sie, beispielsweise mit dem Werwolf-Foto (siehe links). Pause. „Nein, in erster Linie mache ich die Fotos für mich, als Ausdruck meiner Fantasie. Und die ist stark von meiner Kindheit geprägt, mit Dämonen und wilden Tieren bei uns im Keller und Zurückweisung und Einschränkung in Elternhaus und Schule. Ich war immer ein bisschen zu laut, zu aufsässig.“ In dieser Zeit habe ich eine blühende Fantasie



Mit sieben Jahren bekam Svenja von Schultendorff ihre erste Kamera geschenkt: „Schon damals habe ich keine Blumen oder Zootiere fotografiert, sondern immer nur Menschen.“ Bis heute!

ausgebildet, die sogar mein Lehrer mehrfach ansprach. Ich verfüge heute noch über sie, und verarbeite vieles davon in meinen Bildern. Sie sind meine Sprache und ich bin besser in Bildern als in Worten. Trotzdem habe ich keine Botschaft an die Welt und erkläre meine Werke auch nicht. Das nimmt dem Betrachter zu viel, er soll sie selber interpretieren.“ Pause. „Wenn ich normale Fotos mache, Porträts für Kundinnen, fotografiere ich anders, da bin sehr frauensolidarisch. Alle Frauen wollen schön aussehen. Und das sollen sie auch.“

Kai Wehl

Sex

gehört zum **Leben**

Steffi von Wolff hat ein **Buch über Sex** geschrieben – über Bordelle, verklemmte Eppendorferinnen und den Fehler der Frauen, ihren Männern nicht oft genug zu sagen, wie toll sie sind. Im Gespräch mit **HAMBURG WOMAN** erklärt sie, was sie damit meint.

„Sex ist mittlerweile Leistungssport.“ Für ihr Buch war Steffi von Wolff u.a. bei einer Domina, im Swinger-Club und Sex-Shop unterwegs.

HAMBURG WOMAN: Mit Ihrem neuen Buch möchten Sie Sex aus der Schmutzdel-Ecke holen. Aber ist das nicht ein Widerspruch? Von Woody Allen stammt das schöne Zitat „Ist Sex schmutzig? Nur wenn er richtig gemacht wird.“

Steffi von Wolff: Dieser Spruch gilt bestimmt für viele Menschen, aber nicht jeder mag's schmutzig. Muss ja auch nicht sein! Aber würden doch alle mal einen ähnlichen Satz einmal aussprechen, z.B. Ist Sex gut? Ja, wenn er gut gemacht ist. Einfach locker sein. Aber leider beobachte ich immer wieder, dass viele Leute darüber „nicht sprechen“. Oder nur verhalten. Natürlich soll nicht jeder rausposaunen, wann er wie Sex hatte, aber kann Sex nicht einfach was Natürliches sein? Die meisten Menschen frönen dem Geschlechtsverkehr in seinen ganzen Facetten, Sex ist nicht schmutzdelig, Sex gehört zum Leben. Das will ich in dem Buch vermitteln.

Was genau finden Sie denn problematisch an der heutigen Einstellung zum Sex und woher kommt das Ihrer Meinung nach?

Weil Sex dauernd ein Thema ist, ohne dass darüber frei gesprochen wird. Geben Sie mal Sex bei Google ein, da kommen über 700 Millionen Einträge. Da ist man doch total überfordert. Was Sex mal war: schlichte Fortpflanzung, ist mittlerweile Leistungssport. Viele Menschen haben einfach verlernt, dass Sex zum Leben einfach dazugehört, ohne großes Brimbamborium.

Hat die Offenheit beim Thema Sex nicht auch Grenzen? Muss man alle körperlichen Funktionen zum ständigen Gesprächsthema machen?

Muss man gar nicht. Jeder soll das machen und sagen, was er will. Aber man muss auch nicht so darüber schweigen, als sei Sex eine ansteckende Krankheit oder eine Pilzinfektion. Ich habe in meinen Interviews zum Buch festgestellt, dass viele Leute ganz froh waren, mal offen über ihre Vorlieben zu sprechen. Es war auch kein einziges Mal schmutzdelig oder eklig. Ich hab gefragt, die haben geantwortet.

Eine der Fragen, denen Sie nachgehen, ist die, warum Männer ins Bordell gehen. Im Buch finden Sie die Schuld bei den Frauen, die ihnen nicht mehr das Gefühl geben, etwas Besonderes zu sein. Ist nicht das eine viel reaktionärere Einstellung?

Das Erklärungsmuster „Wenn die Frauen die Männer nicht ranlassen, sind sie selbst schuld, wenn er sich seine Befriedigung woanders sucht“ ist ja nicht nur antiquiert, sondern auch gefährlich. Im Puff-Kapitel meines Buches ist das ein Thema, ja. Aber nicht nur. Es gehen auch Singles in den Puff, Männer, die einfach mal Sex wollen, ohne Beziehung, ohne eine Frau erst verführen oder rumkriegen zu müssen. Und es gibt Männer, deren Beziehung nicht mehr glücklich



Foto: Nadine Preis

„Da hilft irgendwann auch kein Botox mehr.“ Im Interview regt sich Autorin Steffi von Wolff über ihre verkniffenen, unzufriedenen Eppendorfer Nachbarinnen auf.

ist. Die ihre Frau zwar oft auch noch lieben, aber auch ein Stück weit hilflos sind. Männer möchten einfach manchmal gesagt bekommen, dass sie toll und super Kerle sind, das ist so. Zumindest kenne ich keinen, der das nicht mag. Und wenn nur gemeckert wird – das ist oft in den „Wohlstands-Ehen“ so, weil keine richtigen Probleme da sind und von den Frauen künstlich geschaffen werden, damit sie auch ihre Daseinsberechtigung haben, kann ich gut verstehen, dass mancher Mann sagt: „Heut gönne ich mir mal was.“ Im Puff bekommen sie, was sie wollen, werden bewundert, man hört ihnen zu und es wird nicht gemeckert. Ich spreche jetzt nicht von allen Beziehungen, ich sage nur, dass es solche gibt. Ich finde das nicht reaktionär, ich habe in der Gegenwart beobachtet und diese Beobachtung von Prostituierten bestätigt bekommen. Das hat auch nichts mit ranlassen zu tun – wenn die Grundbeziehung in Ordnung ist, stimmt meistens auch der Sex. Und ja, wenn die Beziehung nicht mehr

stimmt, kann es auch mal gefährlich werden – weil nämlich eine Trennung ins Haus stehen könnte.

Sie leben seit 2002 in Hamburg. Eignet sich diese Stadt besonders gut für Ihr Thema? Schließlich liegt das „Sündige“ und die Verklemmtheit Ihrer Eppendorfer Nachbarinnen, die Sie auch monieren, nur wenige Autominuten voneinander entfernt. Hätte das Buch auch in einer anderen Stadt entstehen können?

Das Buch hätte auch in Frankfurt, Düsseldorf oder München oder sonst wo entstehen können. Überall gibt es „sündige Meilen“, und überall gibt es ein Eppendorf. Ich hab das alles halt in Eppendorf gesehen: Viele Frauen müssen nicht arbeiten, gehen den ganzen Tag einkaufen, haben kiloweise Schmuck umhängen und Klamotten für 2000 Euro an – und sehen verkniffen und unzufrieden aus. Da hilft irgendwann auch kein Botox mehr. In Eppendorf sind es eben die Perlen-Paulas, in Blankenese die Elbletten, in Kiel die Perlhühner, in Königstein die Hochtaunus-Hausfrauen oder die Taunustörtchen. Die sind eben überall. Man muss sie nur suchen ...

Christian Luscher

**Wir verlosen
3 Exemplare**

von „Mundgeblasen“, dem aktuellen Buch von **Steffi von Wolff** (FISCHER Taschenbuch, 240 Seiten, 8,99 Euro.) Einfach Postkarte mit Stichwort „Mundgeblasen“ an Hamburg WOMAN, Barkhausenweg 11, 22339 Hamburg oder Mail an [c.luscher@alster-net.de!](mailto:c.luscher@alster-net.de) Einsendeschluss: 10. Oktober!



20 Jahre im Dauereinsatz!



Eine der bekanntesten Institutionen der Stadt feiert Geburtstag: die **Hamburger Tafel**. 1994 von der **Volksdorferin Annemarie Dose** gegründet, die sich als Ehrenvorsitzende immer noch um „ihr Baby“ kümmert!

HAMBURG WOMAN: Soll ich Sie zu 20 Jahren Hamburger Tafel beglückwünschen oder bedauern, denn hätten Sie bei Gründung gedacht, dass die Tafel eine „Langzeiteinrichtung“ wird?

Annemarie Dose: Beglückwünschen, gerne, bedauern, nein. Wenn man anfängt, denkt man nicht an später. Heißt es nicht „Der Weg ist das Ziel“?

Grundidee war einst, Obdachlose zu unterstützen. Heute werden Lebensmittelüberschüsse an viele Gruppen verschenkt. Was für Menschen sind das, Familien, Rentner ...?

Obdachlose zu versorgen war immer Hauptaufgabe am Anfang. Im Lauf der Jahre hat es sich dann ergeben, Kinder und Familien mit zu unterstützen. Diesbezüglich erreichen uns auch Anfragen von Institutionen wie Kirchen und Familieneinrichtungen – heute ein fester Bestandteil. Wir haben uns zusätzlich den Anforderungen der Zeit angepasst und bieten beispielsweise spezielle Kochkurse an. Jungen Müttern und Vätern wird beigebracht, mit wenig Geld gute und gesunde Mahlzeiten zu kochen. Die Nachfrage ist groß.

Was sagen Sie zu der Kritik, dass die Arbeit der Tafeln den Staat dazu veranlasst, weniger für die erforderliche Armutsbekämpfung zu unternehmen?

Sie ist nicht berechtigt. Es wird sehr viel Hilfe angeboten, doch eine Vollversorgung gibt es nirgends. Kann es nicht geben. Deswegen erweitern wir die Hilfsangebote und kümmern uns um Dinge, die weder der Markt noch die Politik regeln kann. Solange es Menschen gibt, gibt es Arm und Reich. So war es und so wird es bleiben. Auch der Staat wird sie leider nicht abschaffen können. Soll deswegen auf Hilfe verzichtet werden? Oder soll ich, um zu helfen, eine Eingabe bei der Stadt machen? Dort wird nicht schnell entschieden weil sich jeder absichern will. Das dauert viel zu lange. Schnelle Hilfe kommt aus dem Bauch heraus und muss spontan entschieden werden. Lassen wir die außen vor, es geht doch auch so! Und wir helfen zwar dem Staat, aber wir helfen uns auch selbst, denn der Staat sind wir.

Was sind die größten Schwierigkeiten bei Ihrer Arbeit?

Geld aufzutreiben! Wir haben zwar rund 120 ehrenamtliche Mitarbeiter, müssen aber natürlich auch Miete zahlen und haben Nebenkosten wie Versicherungen. Jeden Monat aufs Neue und das ohne staatliche Zuschüsse. Zum Glück zahlen viele Fördermitglieder einen monatlichen Betrag ab 2,50 Euro. Sonst ginge es gar nicht.

Noch mal zum Jubiläum: Sie „feiern“ die 20 Jahre

Für ihr ehrenamtliches soziales Engagement erhielt Annemarie Dose (86) gleich mehrere Auszeichnungen. Höhepunkt: das Bundesverdienstkreuz Erster Klasse im Jahre 2009!

mit einem „Luxusessen“, dass gleichzeitig eine Spendenwoche einleitet. Ist das nicht etwas fragwürdig für eine Institution, die Essen an Bedürftige ausgibt?

Es ist ja in dem Sinne keine Feier von uns, sondern wir wurden eingeladen. Die Veranstaltung fungiert als Anstoß, darüber nachzudenken, wie gut es uns geht. Genießen ist eine Kunst – „Essen ist ein Bedürfnis“, sagte schon Aristoteles. Gebe es nur Bohnensuppe, kaum jemand käme. Aber sechs Sterneköche machen neugierig. Es ist allen gedient. Sie können für sich werben, die Gäste genießen und wir profitieren. Ich bin glücklich, dass man sich für uns so viel Mühe macht. Der ECE und den weiteren Firmen meine Hochachtung und vielen Dank.

Sie haben vor zwei Jahren den Vorsitz abgegeben, sind aber immer noch als Ehrenvorsitzende aktiv und aktuell wieder in vermehrtem Einsatz. Warum tun Sie sich das in Ihrem Alter noch an? Sie könnten entspannt das schöne Alstertal genießen!

Dem Ehrenvorsitz hat man mir angeboten. Früher sagte man dazu „Frühstücksdirektor“, heute ... „Springer“. (lacht) Loslassen ist nicht so einfach. Ich bin immer noch „unterwegs“ und halte Verbindungen oder suche neue. Ich suche neue Zulieferer, Sponsoren, vor allem För-



Foto: Kai Wehl

HAPPY  **HERBST**  

FRAUEN:
SET, IQ+Berlin, bloom, MAISON SCOTCH, Custommade, CP29, Frogbox, Headhunter Like, Becksöndergaard, LEON HARPER u.a.

KINDER:
Danafae, WHEAT, Hummel, Ticket to Heaven, Steiff, Königsmühle, Relaunch, Lebig, Paul Frank, Blue Effect, u.a.

LIFESTYLE:
HIPANEMA, AU MAISON, bloomingville, Tinekhome, fab., B.Belt, lua, Samova, SAL de IBIZA, u.a.



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

Ein Personal Training gratis für dich und eine Freundin!*

**Für die ersten 30 Frauen:
Zusätzlich eine kostenlose Körperanalyse!***

Gültig bis 31.10.2014.



* Nur für Interessentinnen, die noch nicht Mitglied sind. Nur einmal einzulösen. Nicht verkäuflich. Nur in teilnehmenden Clubs. Gültig bis 31.10.2014.

www.mrssporty.com

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

Mrs.Sporty
Ihr persönlicher Sportclub

derer zur Absicherung der Zukunft. Das Alstertal werde ich später genießen – ein Ziel muss man sich schließlich erhalten.

Wie sieht Ihr persönliches Fazit aus?

Es ist nach wie vor faszinierend, dass sich eine Sache so lange lebendig hält. Dass immer wieder die gleichen Leute mitmachen – die Bevölkerung ist nicht müde geworden uns zu helfen. Wenn ich Menschen um Dinge bitte, habe ich nie Absagen bekommen.

Das klingt nach einer tiefen Grundzufriedenheit!

Absolut. Das ist die Faszination, die mich immer weiter machen lässt. Obwohl wir jetzt mehr denn je in die Pflicht genommen werden. Für den Winter benötigen wir mehr Ware. Für den täglichen Bedarf der Menschen, Brot, Nudeln oder Wurst – die ganz einfachen Dinge, um im Winternotprogramm die Kalt-Verpflegung garantieren zu können. Wichtig sind auch Erbsen, Linsen oder Kartoffeln, damit die Suppen hergestellt werden können. Da müssen wir jetzt hinterher sein, um das aufzustocken. Ansonsten läuft es.

Was wünschen Sie der Tafel für die Zukunft, dass sie überflüssig wird?

Es ist Utopie zu glauben, dass wir aufhören, solange wir im Überfluss fast ersticken. Wenn unsere Welt zum Paradies für alle Menschen wird, löst sich das Problem von selbst.

Kai Wehl

Gefühlsmensch Meret Becker: Sie singt über gescheiterte Liebe, lebt ihre Schauspielrollen voller Emotionen und hat Zweifel an sich als Mutter.

Musiktip & Verlosung

„Deins & Done“ – das neue Album von Meret Becker. Label: Content Records, Copyright: Edel Germany GmbH. Gewinnen Sie mit der **HAMBURG WOMAN** das Album! Schreiben Sie mit dem Betreff „Meret Becker“

an c.kaufholt@alster-net.de.
Einsendeschluss: 31.10.



Vielseitig gefühlvoll

Lange war es ruhig um **Meret Becker** – Schauspielerin, Sängerin, Komponistin und alleinerziehende Mutter. Jetzt ist die 45-Jährige zurück, mit neuem Album, Tournee, Kinorolle und als „Tatort“-Kommissarin. Privates und Berufliches unter einen Hut zu bekommen, fällt ihr schwer – vor allem wegen des Drucks aus ihrem Umfeld.

„Um Liebeskummer zu zelebrieren, eignet es sich wunderbar“, erzählt Meret Becker über ihr neues, sechstes Album „Deins & Done“. Es ist geprägt von akustischer Musik – eher langsam und melancholisch – zeigt vielseitige Stilrichtungen von Bluegrass über Singer Songwriter bis hin zu Country und lässt ein facettenreiches, ungewöhnliches Instrumentarium erklingen. Meret Becker und ihr Gitarrist Buddy Sacher erzeugen mit ihrem Musikprogramm, mit dem sie auch auf Tournee sind, Bilder. Sie erzählen abstrakte Geschichten, absurd und herrlich skurril – von Schneeflocken zum Frühstück über gefrierende Splitter im Herzen bis hin zu Murmeln im Tee. „Deins & Done“, das seit dem 19. September im Handel erhältlich ist, ist ein wahres Kunstwerk mit deutschen und englischen Texten, voller extravaganter Detailarbeit, zwischen Tragödie, Poesie und Parodie: Es dreht sich um gescheiterte Lieben, inspiriert durch eigene Erfahrungen. Zwölf Jahre lang hat Meret Becker an dem Album mit den 19 Songs – die meisten von ihr selbst geschrieben, ein paar gecovered – gearbeitet. Ohne ihren ebenfalls bekannten Bruder Ben Becker wäre die Musik allerdings nie groß öffentlich geworden: „Erst habe ich die Songs nur für mich privat komponiert. Irgendwann fingen Buddy und ich an, mit den Liedern in Kneipen aufzutreten und sie aufzunehmen. Wir hatten vor eine kleine Platte herausbringen. Mein Bruder fand die Musik aber so schön, dass er meinte, zieht das doch größer auf.“

Das Album ist nicht das Einzige, mit dem sich das Multitalent nach einer Phase der relativen Ruhe nach dem Tod ihres Ziehvaters, dem Schauspieler Otto Sander zurückmeldet: Seit dem 11. September spielt sie die kontrollsüchtige Frau eines Hallodris im Kinofilm „Lügen und andere Wahrheiten“. Eine Rolle, unter der Meret Becker sehr gelitten hat: „Um in die Figur zu schlüpfen, habe ich mir Menschen, die mich privat sehr bewegen – nicht unbedingt immer angenehm –, die mir das Leben schwer machen, die ich aber trotzdem mag, als Vorbild genommen. Ich habe versucht herauszufinden, warum bei diesen Menschen irgendetwas nicht ehrlich ist. Allein das Hineinfühlen hat mich echt angestrengt und fertig gemacht. Ich selber bin ganz schrecklich ehrlich. Lügen – außer aus der Not heraus oder zum Spaß Märchen erzählen – kann ich einfach nicht.“

„Die Rolle der
Kontrollsüchtigen
hat mich fertig
gemacht“

Die Ehrlichkeit zu lieben, sollte doch dann beste Voraussetzung für ihre ebenfalls neue Rolle als Hauptkommissarin Nina Rothe im Berliner Tatort sein? „Ich bin nur skeptisch, ob es mir gefällt, ab Herbst einen Gurt mit einer Knarre zu tragen. Gefühlt würde ich lieber den Bullen gegenüber sitzen“, sagt Meret Becker lachend. Bisher hat die Schauspielerin, die u.a. für ihre Rolle in „Comedian Harmonists“ mit der Goldenen Kamera ausgezeichnet wurde, auch eher skurrile Charaktere mit Ecken und Kanten gespielt. Zudem ist es auch ihre erste Rolle mit Serien-Charakter, was sie als schöne Herausforderung sieht: „Ich finde es spannend, eine Figur zum ersten Mal über ein paar Folgen hinweg entwickeln zu können.“

Als alleinerziehende Berliner Mutter freut es sie zudem, dass das Tatort-Engagement ihr es ermöglicht, nach dem Dreh wieder gemeinsam mit ihrer 15-jährigen Tochter am Abendbrottisch zu sitzen. „Ich habe zu Lulu schon gesagt, dann kann ich, wenn ich nach Hause komme, sagen ‚Mäuschen, warum steht das Essen noch nicht auf dem Tisch?‘

Wo ist das Bier und warum läuft der Fernseher nicht mit dem Fußball?“, scherzt die 45-Jährige. Tendenziell ist sie eher die lockere Mutter, die aber merkt, dass der Druck von außen oftmals groß ist. „Man bekommt oft zu hören, wie sein Kind zu sein hat. Versucht man es dann in die vermeintlich richtige Richtung zu schieben, wehrt es sich. Es ist echt schwer Kind und Beruf unter einen Hut zu bekommen. Als Eltern ist man eh mit dem schlechten Gewissen geschlagen, zu wenig für sein Kind zu machen. Dieses Gefühl finde ich eigentlich ziemlich schade. Man sollte es doch genießen, beides zu haben – zudem meine Tochter sich auch noch nie bei mir beschwert hat, dass ich mich zu wenig um sie kümmere. Ich fürchte sogar, sie nutzt es ab und zu schamlos aus, dass ich nicht immer da bin.“

Berlinerin Meret Becker zu Gast am Hamburger Hafen für das Interview mit der stv. Chefredakteurin Christiane Kaufholt.



news



Kultur Maritim

Auf dem über 100 Jahre alten Segelschiff „Fortuna“, Anleger Teufelsbrück, gibt es am 11. Oktober eine musikalische Lesung. Die Schauspielerin Sandra Quadflieg trägt Briefe der Komponistin Fanny Hensel an ihren Bruder Felix Mendelssohn-Bartholdy vor. Dabei begleitet sie der Pianist und Komponist Alexander Raytchev mit Stücken von Mendelssohn, Liszt, Bach und einer eigenen Komposition. Der Erlös der Veranstaltung soll der Benita Quadflieg Stiftung zugute kommen, in deren Vorstand auch Sandra Quadflieg ehrenamtlich tätig ist. Mit dem Geld soll das Traditions-Segelschiff „Fortuna“ überholt werden, mit dem der Verein Mignon Segelschiffahrt schon seit 20 Jahren pädagogisch-therapeutische Segeltörns mit behinderten sowie gesunden Kindern und Jugendlichen durchführt.

Die Veranstaltung beginnt mit einem Empfang um 18.00 Uhr, die Lesung beginnt um 18.30 Uhr. Karten für 29 Euro gibt es im Vorverkauf unter www.benita-quadflieg-stiftung.de

Für den guten Zweck: Der Erlös von Sandra Quadfliegs Lesung kommt einem integrativen Kinder-Projekt zugute!

Ihr Profi für das *Rundum-Styling!*



Zeit für ein neues Lebensgefühl, einen passenden Look zu einem bestimmten Anlass oder ein neues Haar-Styling? Tanja Stoltenberg kombiniert 23 Jahre Erfahrung mit neuen Trends, um Ihren individuellen Kopf zu gestalten. Egal, ob die Haare zu fein, zu lockig, zu dick sind – für sie gibt es immer eine passende Lösung. Das Erholungsprogramm am Mittelweg, den Besuch der Styling-Queen im Hotel oder privat nutzen bereits zahlreiche Prominente, darunter auch Moderatorin Caroline Beil, WM-Fußballer Thomas Müller, Ben Becker, Kristina Schröder. Auch TV-Firmen und Zeitschriften engagieren Tanja Stoltenberg. Lust auf ein paar Styling-Tipps oder neue Frisur? Dann vereinbaren Sie ganz einfach Ihren Wunschtermin unter www.tanja-stoltenberg.de.

Sorgt für gutes Aussehen: Styling-Expertin Tanja Stoltenberg

Grenze beim Fremdfirten?

Frauen in einer festen Partnerschaft schauen trotzdem gern mal nach rechts und links. Das hat eine Online-Umfrage des Frauen-Magazins „Women's Health“ der diesjährigen Oktober-Ausgabe ergeben.

93 Prozent der 1052 teilnehmenden Frauen sagen, dass sie trotz Beziehung schon einmal für einen anderen Mann geschwärmt haben. 77 Prozent haben schon mit einem Kollegen oder einem Vorgesetzten geflirtet oder sich in ihn verknallt. Schuldgefühle und Zweifel an der Beziehung hatten davon 75 Prozent. Geredet haben aber nur 11 Prozent der Frauen mit ihrem Partner.

Bei 82 Prozent der Teilnehmerinnen hielt die Schwärmerei nur wenige Wochen oder Monate an. Jedoch bei 14 Prozent endete der Flirt im Fremdgehen und 11 Prozent entschieden sich sogar für eine Beziehung mit dem anderen Mann.



Foto: Oliver Reetz

Bleibt es beim Schwärmen, Fremdfirten oder führt es womöglich zum Fremdgehen?



© amk / Kleidung: © Mirabell Plummer

Mix & Match:

Tracht & Luxusmode

Das Oktoberfest in München ist am 20. September gestartet. Aber auch in Hamburg laden viele Gastronomen zu einer Oktoberfest-Party ein. Das richtige Outfit sind natürlich Dirndl und Lederhosen. Wer ein ganz besonderes Dirndl oder ein modernes Trachtenoutfit für sich sucht, ist im Geschäft Alpenwunder von Inhaberin Anke Krüger am Uhlenhorster Weg 12 genau richtig. In ihrem kleinen „Schmuckstück“ auf der Uhlenhorst, 200 Meter von der Alster entfernt, wartet ein trendiger, alpiner Look darauf, von Liebhabern für das Außergewöhnliche entdeckt zu werden.

Alle Produkte werden in kleinen Manufakturen, aus qualitativ hochwertigen Materialien, mit viel Liebe zum Detail, hergestellt: Mirabell Plummer, Tian van Tastique und Strizi sind nur einige der erhältlichen Marken. Alle Informationen gibt es unter 040-58962511 oder unter www.alpenwunder.de.

Bei Alpenwunder in Uhlenhorst gibt es passend zum Oktoberfest Designer-Trachten und Luxusmode

Werden Sie Cover- Model!

Die Siegerin
aus dem letzten
Jahr: Jillian
Rookledge titelte
als AEZ-Cover-
Model 2013 das
Center-Magazin.



Foto: amma-lenaehlers.de

Lust als Model vor der Kamera zu stehen und das Titelgesicht einer Magazinausgabe zu werden? Dann schauen Sie am verkaufsoffenen Sonntag, dem 28.9. im Alstertal-Einkaufszentrum, Heegberg 31, vorbei!

Zum dritten Mal sucht das Shoppingcenter das Cover-Model für sein monatlich erscheinendes Hochglanz-Center-Magazin. Bewerben kann sich sowohl Frau als auch Mann. Mindestalter: 16 J. Das Casting findet an der Mallwall im Obergeschoss von 13 bis 18 Uhr statt.

Um perfekt für Ihre Bewerbungsfotos auszusehen, werden Sie von Profis gestylt und fotografiert. Eine Voranmeldung ist nicht nötig*.

Contest-Gewinn: Die Siegerin oder der Sieger ist nicht nur das Titelgesicht der Novemberausgabe, sondern gewinnt zudem einen 300 Euro-Einkaufsgutschein und ein Fotoshooting für eine im Center-Magazin abgedruckte Modestrecke.

* Die Bewerber dürfen keine Mitarbeiter des Magazin Verlag Hamburg und der ECE oder dessen Angehörige sein.



MYRINE · MAIS IL EST OÙ LE SOLEIL · BOHEMIA
INTOWN · MISS BARON · MUNICH FREEDOM ...

MODE+WOHNEN

Das Rote HAUS

**VOLKSDORF-ZENTRUM
WEISSE ROSE 3**
In der Passage Uppenhof/
Bücherhalle/Ärztelhaus
www.das-rote-haus.com
Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr
Sa. 10 - 14 Uhr



mode

Die
neue
Mode

Très chic!

Der Stil der Französin ist anmutig, feminin und immer ein wenig provokant.
Die **neue Herbstmode** lässt sich von ihrem Style inspirieren.
Rockige Eleganz, par excellence!

**Mit einer klassischen
weißen Bluse wird
der Leder-Mini
bürotauglich gemacht.**
Strickpullover, ca. 100 €,
Kurzer Rock aus reinem
Leder, ca. 150 €, beides
von Rich & Royal.



Verführerische Kombi für kalte Tage:

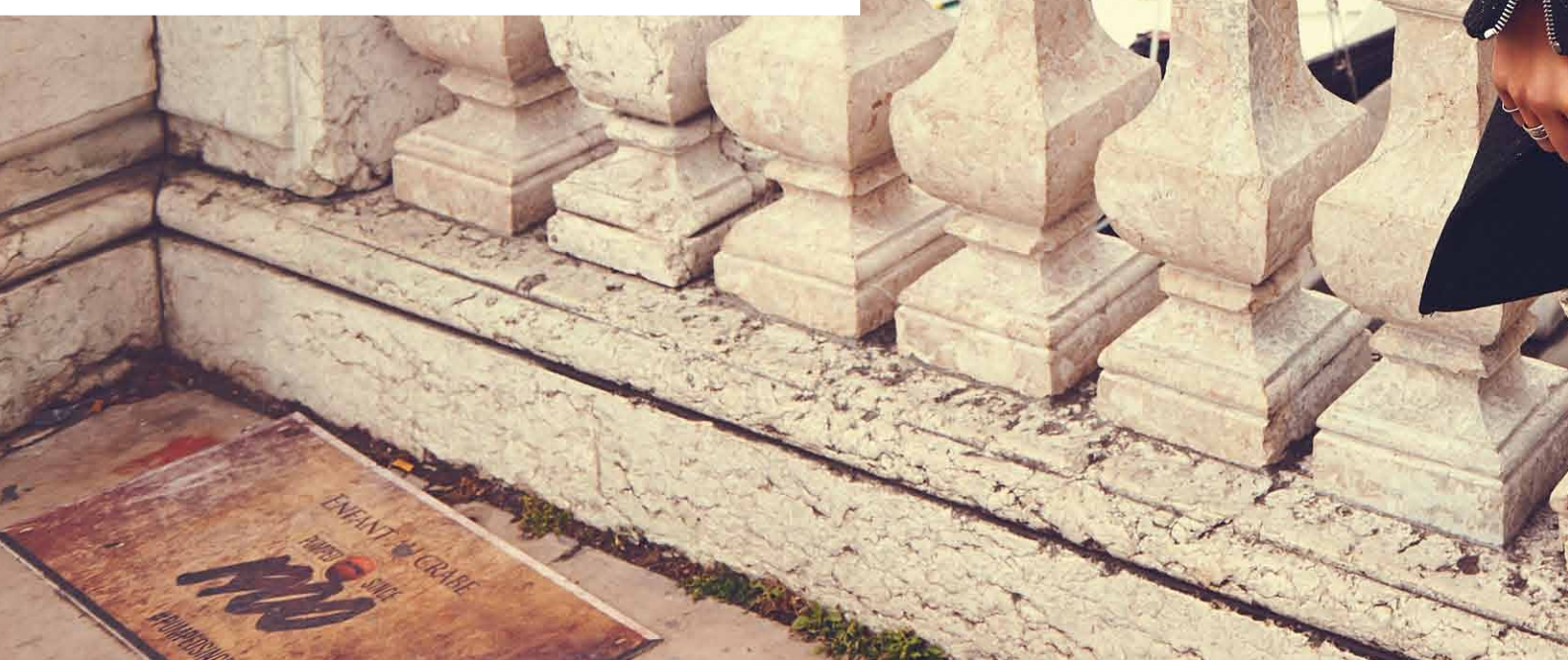
Lederrock, ca. 70 €,
kuscheliger Strickpullover, ca. 100 € und
weiße Bluse ca. 90 €,
alles von Rich & Royal.

Links: Der Ombre-Trend setzt sich auch in der Mode von Rich & Royal durch:

Mantel mit Farbverlauf, ca. 400 €,
Jeans, ca. 130 € und schwarzes Top im Materialmix, ca. 100 €.

Rechts: Reine Seide zur Lederjacke? Edel, aber trotzdem lässig!

Jacke, ca. 400 €, Hose aus reiner Seide, ca. 100 €, Pullover, ca. 90 €, alles von Rich & Royal.





mode



Das kleine Schwarze ist auch in der kalten Jahreszeit unser Liebling.

Mit Schal und Boots kriegt es ein cooles Fashion-Update. Kleid von Rich & Royal, ca. 130 €.

 **GAASTRA**[®]



*Fashion follows Function.
Enjoy the winter with our new wind- and waterproof gear!*

www.gaastrastore.com | Gaastra Flagship Store Hamburg Hafencity

Evas Fashion-

Top & Flops

Denim oder Fell, leger oder elegant!

Mit Schauspielerin **Eva Habermann** machten wir den **Herbst-Trend-Check** und fragten sie im Kurzinterview nach Fashion-Fauxpas, Musthaves und Mode-Ikonen.

10 Fragen an Eva Habermann:

Vor einem Jahr zog die 38-jährige gebürtige Hamburgerin in Deutschlands Modemetropole Berlin.



Für den roten Teppich liebt Eva Habermann es sich feminin in feiner Robe zu kleiden. Im Alltag darf es lockerer sein.

Wie schaut dein Look aus?

Am liebsten kleide ich mich lässig-schick und feminin: Bei Events trage ich sehr gerne Kleider, im Alltag darf es lockerer sein.

Dein Style am Kuschel-Sonntag?

Da ich mir dann keine Gedanken über ein perfektes Outfit machen muss, greife ich auch gerne zur Jogginghose.

Läufst du den Fashion-Trends voraus oder hinterher?

Weder noch, beim Shoppen kaufe ich hauptsächlich Mode, die zu mir passt.

Dein größter Fashion-Fauxpas war wann und sah wie aus?

Ach, jeder hat doch mal rumexperimentiert und so gab es rückblickend bestimmt ein paar modische Fehlritte. Heute habe ich meinen persönlichen Style gefunden.

Liebblings-Designer?

Guido Maria Kretschmer! Ich liebe es,

wie er verschiedenste hochwertige Stoffe miteinander kombiniert. So schenkt er einer Frau das Gefühl von Eleganz.

Aus dem Haus gehst du niemals...

... ohne meine Handtasche.

Wer ist die stil sicherste prominente Persönlichkeit der Welt?

Das ist wohl die Katze von Karl Lagerfeld, die bleibt sich immer treu.

Äußerlich liebe ich an mir...und mag nicht...

Für meine Augen habe ich schon oft Komplimente bekommen. Generell überlasse ich das meinem Gegenüber, was er an mir mag. Meine Füße mag ich nicht so gerne.

Du und dein Freund – seid ihr euch in Sachen Styling immer einig?

Nein, nicht immer. Ich finde, Frauen und Männer müssen sich in Sachen Mode auch nicht immer einig sein. Jeder soll seinen persönlichen Stil finden und ausleben.

Wer ist besser gekleidet: die Berliner oder die Hamburger?

Die Hanseaten! Zum einen, weil ich gebürtige Hamburgerin bin und zum anderen gefällt mir der maritime Look besser.



 Lässiger Wollmantel kombiniert zu figurbetonter Leder-Leggings. Ein Outfit, das legere mit schicken Elementen vereint. Das gefällt Eva. Perfekt geeignet für ihren Alltag.




 Fell-Weste im leuchtenden Blau zur Skinny Jeans. Zwar ein super angesagter Herbst Look, aber für die prominente Fashion-Liebhaberin ein No-go im Sinne des Tierschutzes.


Eva's TREND-CHECK

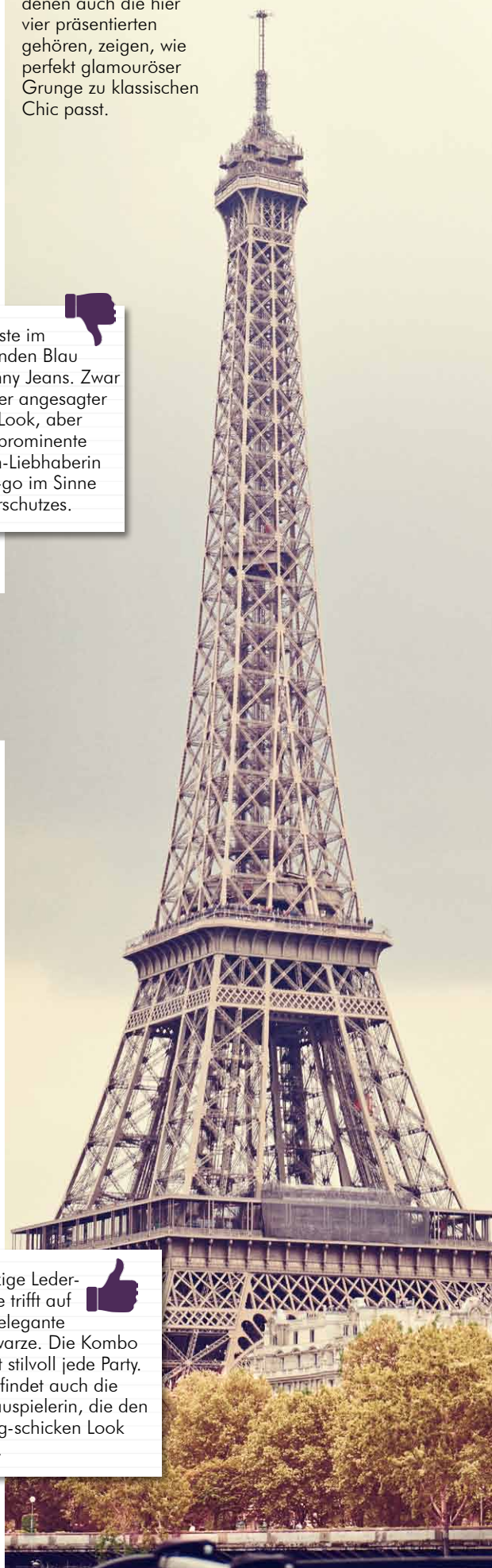
Vier tolle Mode-Inspirationen für den Herbst. Von welchen Eva Habermann sich angesprochen fühlt und von welchen nicht, verrät sie hier.



 Klassischer Blazer zu extravaganter Hose mit Animal-Print. Für die 38-Jährige ein Stück zu ausgefallen – zumindest die Hose. Deshalb ist der Style eher flop als top.



 Rockige Lederjacke trifft auf das elegante Schwarze. Die Kombo rockt stilvoll jede Party. Das findet auch die Schauspielerin, die den lässig-schicken Look liebt.



Das *who* is *who* der Mode-Szene



Foto: Markus Mahren

Peter Lindbergh ist einer der bedeutendsten Mode-Fotografen: 1988 fotografierte er das Cover für Anna Wintours erste Ausgabe der US-VOGUE.

Designer, Stylisten, Fotografen, Models, Grafiker und Journalisten.
„Fashion Germany“ präsentiert die wichtigsten Mode-Persönlichkeiten Deutschlands vor und hinter den Kulissen der internationalen Fashion-Welt. Persönliche Beiträge, exklusive Statements und atemberaubendes Bildmaterial schaffen ein faszinierendes Bild der Modelandschaft Deutschland.

„Die Fotografie ist nicht nur ein Handwerk, sondern auch ein ausdrucksstarkes und modernes Medium der Gegenwartskunst“, so der Fotograf Andreas Ortner über seine Arbeit.





Foto: Armin Morbach

Als Stylist, Make-up-Artist und Fotograf arbeitete Armin Morbach bereits mit Naomi Campbell und Tina Turner.

Wolfgang Joop, Bernhard Wilhelm, Veruschka oder Claudia Schiffer – alles Protagonisten der internationalen Modewelt mit deutschen Wurzeln. „Hierzulande gibt es unglaublich begabte Menschen, die international erfolgreich sind und jahrelang ganz oben mitarbeiten, ohne viel öffentliche Aufmerksamkeit zu erfahren“, lauten Martina Rinks einleitende Worte in „Fashion Germany“. Ihr Anliegen ist es, die deutsche Mode und die Menschen dahinter vorzustellen, etablierte Größen, aufstrebende Talente und „Persönlichkeiten, die außerhalb des Rampenlichts agieren“ gleichermaßen. Die Zeiten, in denen der Mode-Prophet im eigenen Land ebenso wenig galt wie im Ausland, sind längst vorbei: Modeschaffen mit dem Gütesiegel „deutsch“ ist in den letzten Jahren zunehmend begehrt geworden. Labels wie Kaviar Gauche und Lala Berlin sind auf dem heimischen wie auf dem internationalen Markt erfolgreich und Berlin hat sich als europäischer Modehotspot durchgesetzt. Zu Wort kommen Designer wie Damir Dona und Tomas Maier, Models wie Diane Kruger und Toni Garrn und Fotografen wie F. C. Gundlach und Peter Lindbergh. „Fashion Germany“ ist ein Bildband der besonderen Art: exklusive Interviews, handschriftliche Beiträge, persönlich ausgewähltes Material, eigens für das Buch geschriebene Texte und Statements sowie hochkarätige Fotografien schaffen faszinierendes Bild der Modelandschaft Deutschland.

Fazit: Das Buch ist eine großartige Momentaufnahme der deutschen Fashion-Kultur!

**du hast mich mal geliebt
schenke mir
ein zweites leben**

Wir kaufen Ihre Designermode
einfach – professionell – direkte Auszahlung
www.buddyandselly.com
0800 640 40 20

**BUDDY
& SELLY**

tanja stoltenberg

hair
styling
fashion

Mittelweg 19 • 20148 Hamburg
0179-11 22 947 • 040-180 83 40 7
www.tanja-stoltenberg.de



Foto: Magomed Dovjlenko

Der deutsche Designer:
Karl Lagerfeld führte große Couture-Häuser wie Chanel, Chloé oder Fendi über Jahre zu immensem Erfolg.



Foto: Sandra Bauknecht



„Fashion Germany“,
Martina Rink, Prestel
Verlag, 208 Seiten,
39,95 €

Designer Karl Lagerfeld
mit Bloggerin Sandra
Bauknecht.

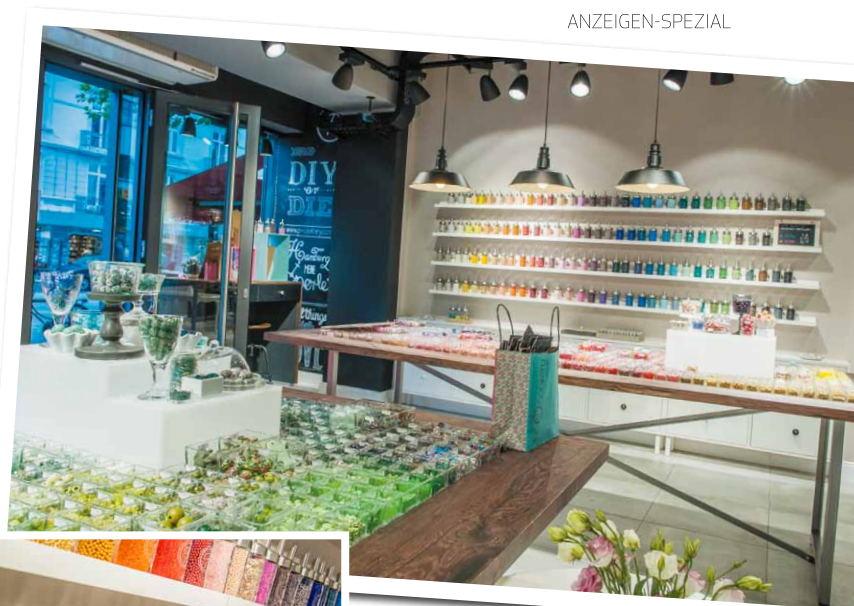
Die Perlen-Küche

Do it yourself – kurz DIY. Bei the P. cookery können Kreative und Schmuckliebhaber ihr individuelles Schmuckstück nach eigenen Ideen selbst gestalten. Es erwartet Sie ein umfangreiches Sortiment an allem, was das Herz begehrt: Anhänger aus 925 Silber, Edelstein, Metall, Glas, Keramik oder Holz sowie ein großes Farbspektrum an bunten Bändern oder Ketten stehen für Ihr Designvergnügen bereit! Zuckerstreuer, Kochlöffel und Co. dienen hier als Präsentationsgefäße und verwandeln the P. cookery in eine Küche! Sie wählen Ihre Zutaten und schaffen somit Ihr eigenes Designerstück! Neben einem vielfältigen und trendbewussten Warensortiment zeichnet sich the P. cookery durch kompetente Beratung und qualitativen Service aus. Werden Sie kreativ!

Anfänger und Profibastler! Die Schmuckgestaltung ist bei the P. cookery für alle gleichermaßen erlebbar.

Lassen Sie sich inspirieren!

the P. cookery – a brand of BIJOU BRIGITTE, Eppendorfer Baum 26, 20249 Hamburg oder im Shopping-Center Hamburger Meile. Infos auf www.p-cookery.com



ANZEIGEN-SPEZIAL

„What's in my purse?“

Was hat Model **Petra van Bremen** in ihrer Handtasche?



Petra van Bremen gibt zu: „Ich kann nichts wegwerfen!“ So hat sie mittlerweile eine stolze Sammlung von über 100 Taschen! Ihre Lieblingstasche ist eine beigefarbene Birkin Bag von Hermès: „Sie wirkt schlicht, ist aber zu jedem Outfit kombinierbar und bietet viel Platz für alles, was mein Herz begehrt.“



„Immer mit dabei: 1. Mein Portemonnaie von Hermès ist praktisch und chic! 2. Wenn es um Lipgloss geht, setze ich auf Nars. 3. Mein Geheimtipp gegen trockene Lippen: Die Eight Hour Cream von Elizabeth Arden. 4. Das Bronzepuder von Sisley verhilft zu einem matten, strahlenden Teint. 5. Viele kauen Kaugummi – ich habe lieber ein zuckerfreies Mint. 6. Ich liebe Lippenstift von Chanel! Momentan ist es Rouge Coco. 7. Mein Business-Handy ist von Blackberry. 8. Für Privates habe ich mein iPhone. 9. Perfekter Duft im Herbst: Nudo Amber von Pomellato. 10. Der Glücksbringer von meinem Mann darf auf keinen Fall fehlen. 11. Ich bin vernarrt in Sonnenbrillen! Dieses Exemplar ist ein No-Name-Produkt aus Los Angeles. Es muss nicht immer alles ein Markenprodukt sein.“



SENSE OF ATTRACTION!

Ein Zuhause für die Schönheit. RIVA in den SOPHIENTERRASSEN steht für echte **Beauty-Kompetenz**. Ein Team aus Fachärzten für Plastische und Ästhetische Chirurgie hilft Ihnen, so frisch und ausgeschlafen auszusehen, wie Sie es sich wünschen. Das Styling-Team um Thomas Wolff kreiert unverwechselbare Looks, die sich nach Ihrer individuellen Experimentierfreude richten. Die Treatments finden Ergänzung durch exklusive Kooperationspartner und ein inspirierendes Veranstaltungsprogramm. Mehr Infos unter riva-hamburg.de

RIVA

IN DEN SOPHIENTERRASSEN
HAMBURG



Foto: Bepantol/www.beautypress.de

Zart gepflegte Hände geben uns den ganzen Tag über ein gutes Gefühl. In nur **wenigen Schritten** gelingt die richtige Handpflege und haben Sie auch in der kalten Jahreszeit schöne, **gesunde Fingernägel**.

Küss die Hand!





Schritt 1
REINIGEN

Handpeeling – wofür?

Es entfernt trockene Hautschüppchen und bereitet auf die Pflege vor – besonders gut bei spröder Haut. Danach dick eincremen!

Magic Manicure Complete Handpeeling von Alessandro, ca. 19 €



Nägel brauchen Schliff!

Am besten ist es, die Nägel regelmäßig zu kürzen und nicht erst dann, wenn sie eigentlich schon zu lang sind. Dabei gilt: verwenden Sie besser eine Nagelfeile als eine Schere.

Mineral-Nagelfeile von Douglas, ca. 10 €.

Schritt 2
PFLEGEN

Das baut auf!

Beanspruchte Nägel benötigen eine besondere Pflege. Dafür gibt es spezielle Nagellacke mit Biotin, die das Nagelwachstum unterstützen und brüchige Nägel kräftigen.

Nagelhärter mit Biotin von Deborah Lippmann, erhältlich bei Douglas, ca. 25 €



Tut es auch eine Bodylotion?

Nein. Kein Körperteil wird so oft gewaschen wie die Hände – also brauchen sie auch besondere Zuwendung. Das heißt: eine ausgewogene Mischung aus Fetten und Feuchtigkeitsbindern.

The hand treatment von La Mer, ca. 90 €



Handpflege im Schlaf

Und zwar im wahrsten Sinne des Wortes. Ziehen Sie Handschuhe im Bett an. Die Wärme sorgt dafür, dass die Wirkstoffe aus der Handcreme noch intensiver in die Hautzellen einzudringen.

BELIANCE-Pflegehandschuhe von Douglas, ca. 3 €.

Schritt 3
VERSCHÖNERN

Alles im Lack...

Absolut angesagt sind diesen Herbst Metallic-Töne, kräftige Brauntöne, starke Farben wie Lila und Bordeaux und natürlich der Dauerbrenner Knallrot.

Nagellack in Trendfarbe Violett ‚Fade to Greige‘ von Ciaté, ca. 9 €



Als Finish beim Nagellackieren eignet sich der Top Coat von OPI. Unmittelbar auf den frisch lackierten Nagel aufgetragen und er versiegelt den Farblack in einer Minute. Er schützt damit vor frühzeitigem Absplütern.

Versiegelnder Nagelüberlack von OPI, ca. 15 €



**Dr. Jan Nebendahl**

(40) leitet das Zentrum für Ästhetische Dermatologie, Plastische Chirurgie und Lasermedizin am Dermatologikum Hamburg. Der Facharzt war zuvor Chefarzt in einer Spezialklinik in Luxemburg.

Hilfe gegen *müdes Aussehen*

Augenlidkorrekturen liegen im Trend: Viele Frauen und Männer verjüngen auf diese Weise ihr Gesicht. **Dr. Jan Nebendahl** vom Dermatologikum Hamburg hat über 500 Augenlidstraffungen vorgenommen. Im Gespräch mit HAMBURG WOMAN beantwortet er die wichtigsten **Fragen zur Augenlidkorrektur**.

HAMBURG WOMAN: Was bewirkt eine Korrektur der Augenlider?

Dr. Jan Nebendahl: Im Rahmen der Hautalterung kommt es oft zu hängenden Oberlidern. Die überschüssige Haut gibt den Augen ein müdes Aussehen. Viele haben beim Blick in den Spiegel den Eindruck, dass die Augen kleiner und weniger strahlend wirken. Die Augenregion steht aber im Fokus des Betrachters – und beeinflusst den gesamten Gesichtseindruck. Zu mir kommen Patienten,

die trotz erholsamer Nachtruhe morgens von den Kollegen gefragt werden, ob sie um die Häuser gezogen sind. Sie haben keine Lust, noch länger müde und auch erschöpft auszusehen, obwohl sie es gar nicht sind.

Wie verläuft der Eingriff?

Die überschüssige Lidhaut und bei Bedarf Fettanteile werden mit einem kleinen Schnitt entfernt. Diese Narbe verheilt kosmetisch unauffällig. Für ein langfristig schönes Ergebnis gilt: Weniger ist

mehr. Die Kunst bei der Augenlidkorrektur besteht darin, den Augen eine natürliche Schönheit zu geben. Keinesfalls soll der Eingriff sichtbar sein. Deshalb ist die individuelle Beratung mit dem Patienten das Herzstück dieser ästhetischen Maßnahme. Niemand will danach in den Spiegel blicken und sich dort mit weit aufgerissenen Augen wiederfinden, weil der Operateur zu stark eingegriffen hat. Die Augenlidkorrektur wird in der Regel ambulant vorgenommen und dauert rund 90 Minuten. Die Operation wird in örtlicher Betäubung mit oder ohne Dämmerschlaf oder in Vollnarkose angeboten. Nach der Augenlidstraffung gibt es was auf die Nase – denn die Rötungen und Schwellungen sollten beim Gang in die Öffentlichkeit gut 14 Tage mit einer Sonnenbrille verdeckt werden. Für die Augenlidstraffung empfiehlt sich daher die Sommerzeit oder ein Kurzurlaub mit einem Termin bei einem erfahrenen Schönheitschirurgen.

Ist eine Nachkorrektur möglich?

Grundsätzlich kann eine Augenlidkorrektur ein zweites Mal vorgenommen werden. Nach einigen Jahren entsteht manchmal eine kleine Falte am seitlichen Augenrand, die operativ entfernt werden kann. Aber: Das Gesicht altert insgesamt weiter. Eine Augenlidkorrektur muss jedoch stets in das harmonische Gesamtbild passen.

Wie hoch liegen die Kosten?

Bei einem sehr stark ausgeprägten Befund mit Einschränkung des Gesichtsfeldes bezahlen die Krankenkassen den operativen Ein-

griff. Häufig ist eine Straffung der Oberlider jedoch eine ästhetische Maßnahme, die nicht von den Krankenkassen finanziert wird. Sie gilt dann als Selbstzahlerleistung. Ein Pauschalhonorar gibt es jedoch nicht, denn die Kosten sind abhängig von der Beratungsleistung und dem Umfang des Eingriffes.

Das **Dermatologikum Hamburg** zählt mit 150 Mitarbeitern und annähernd 400 Behandlungen täglich zu Europas größten Spezialeinrichtungen für die Diagnostik und Therapie von Hauterkrankungen. Die Praxis und Tagesklinik für Dermatologie, Allergologie, Operative und Ästhetische Dermatologie, Plastische Chirurgie, Gefäßchirurgie und Dermatologische Labordiagnostik wurde im Jahr 1997 von Professor Dr. Volker Steinkraus gegründet. Das Dermatologikum Hamburg wird heute von ihm, Professor Dr. Kristian Reich und seinen Partnern geleitet. Die Praxis verfügt über ein eigenes Labor für Histologie, Mykologie und Bakteriologie und betreibt eigene klinische Forschungen mit der Entwicklung neuer Therapieverfahren.

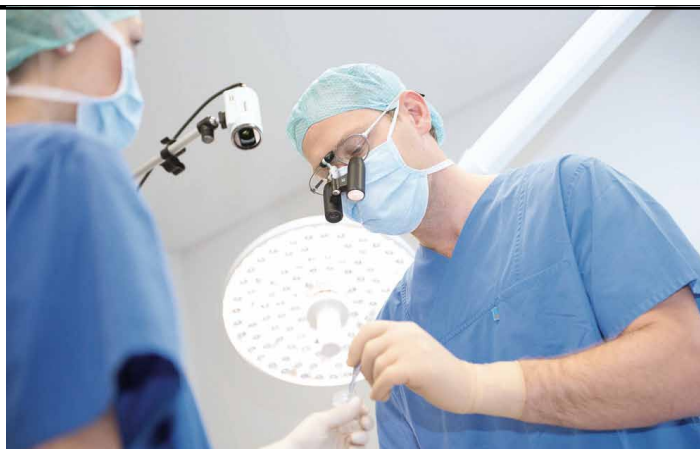
Die Praxis im Internet unter: www.dermatologikum.de

Antworten auf häufig gestellte Fragen im BLOG unter: www.info.dermatologikum.de



ZENTRUM FÜR
ÄSTHETISCHE DERMATOLOGIE,
PLASTISCHE CHIRURGIE
& LASERMEDIZIN

AM DERMATOLOGIKUM HAMBURG



Innovation & Kompetenz in Ästhetischer Medizin

Sprechstunde: Mo.-Fr.: 7.30-19.30 h, Sa.: 9.00-15.00 h.

Termine unter Telefon: 040-35 10 75-0

Adresse: Stephansplatz 5 | 2. Stock | 20354 Hamburg

Ein Zentrum des
DERMATOLOGIKUM HAMBURG

Das DERMATOLOGIKUM HAMBURG ist



zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



Die dunklen Tage können ganz schön aufs Gemüt schlagen. Doch es gibt Gegenmittel!

Schluss mit

Trübsalblasen!

Die 5 Tipps gegen Herbst-blues!

Wenn im Herbst die Tage kürzer werden, werden meist auch die Gesichter immer länger. Doch trübe Laune muss nicht sein: Hier kommen die **fünf besten „Gute Laune-Tipps“** gegen den Herbstblues.

DIE EXTRA-PORCION WOHLFÜHLPFLEGE

Schaffen Sie sich zu Hause eine gemütliche Wellness-Oase. So entspannt zum Beispiel ein Bad Körper und Seele sofort. Stellen Sie in Ihrem Home Spa Kerzen auf, verdunkeln Sie das Badezimmer und geben Sie in Ihr warmes Vollbad, das idealerweise eine Wassertemperatur zwischen 36 und 38 Grad hat, Aroma-Öle. Welcher Duft am besten relaxt, ist individuell und hängt vor allem von persönlichen Erfahrungen ab: Man hat festgestellt, dass z. B. Vanille bei vielen Menschen Glücksgefühle auslöst, weil ein ähnlicher Inhaltsstoff in der Muttermilch steckt. Ebenso heben Zitrus- sowie Orangendüfte die Stimmung und der Duft von Lavendel hat eine entspannende Wirkung. Geben sie also ruhig ein paar Lavendelblüten in ihr Badewasser.

1

Wellnes in den eigenen vier Wänden: Ein wohliges Vollbad und Aroma-Öle machen happy!



REGENTAGE KUSCHELIG ZELEBRIEREN!

Draußen pfeift der Wind, es regnet in Strömen und an Rausgehen ist nicht einmal zu denken? Kein Problem: Erklären Sie diesen Tag einfach zu Ihrem persönlichen Indoor-Wohlfühltag. Rein in die Lieblings-Klamotten und auf's Sofa kuscheln! Trinken Sie einen grünen Tee, dessen Inhaltsstoffe (Polyphenole) freie Radikale abwehren. Dazu genießen Sie dunkle Schokolade, denn die macht glücklich – und zwar durch den Botenstoff Serotonin, der im Gehirn gute Laune auslöst. Aber bitte nur in Maßen: Ansonsten macht das schlechte Gewissen schnell wieder üble Laune. Das Beste ist, wenn Sie den Tag zu zweit mit Ihrem Partner zelebrieren und sich eine Extra-Einheit Kuscheln gönnen. Das sorgt nachweislich für Stressabbau, stärkt das Immunsystem und das seelische Wohlbefinden. Jawohl: Kuschelnde Menschen sind entspannter, gesünder, glücklicher und sowieso viel friedvoller als Nicht-Kuschler!

2



Gemütlichkeit killt Stresshormone. Mit Tee, Schokolade und Kuscheln!

FOLLOW US ON FACEBOOK!

Natürlich halten wir Euch auch ab sofort auf Facebook auf dem Laufenden. Ob unser Redaktionsalltag, spannende Promi-Geschichten oder die besten Tipps zu Mode, Essen und Freizeit – bei uns verpasst Ihr nichts! Dafür **steht unsere Redakteurin und Facebook-Expertin Anna-Maria parat** und versorgt Euch regelmäßig mit aktuellen Fotos.

Anna-Maria hat vor Ihrem Dasein bei der HAMBURG WOMAN als Social-Media-Managerin in einem Online-Start-Up gearbeitet. Neben Ihrem Job als Redakteurin ist sie erfolgreiche Modebloggerin. Auf Ihrem Blog The European Look (theeuropeanlook.de) berichtet sie regelmäßig über Ihre Foto-Shootings, neueste Looks und die Fashion Weeks.



Dein Name: Anna-Maria
Dein Alter: Das beste Alter: 27!
Deine Hobbies: Mein Blog

'The European Look' füllt mich komplett aus. Entweder es stehen Foto-Shootings an, oder Mode-Events. Auf jeden Fall bin ich auch privat in der Online-Welt zuhause!

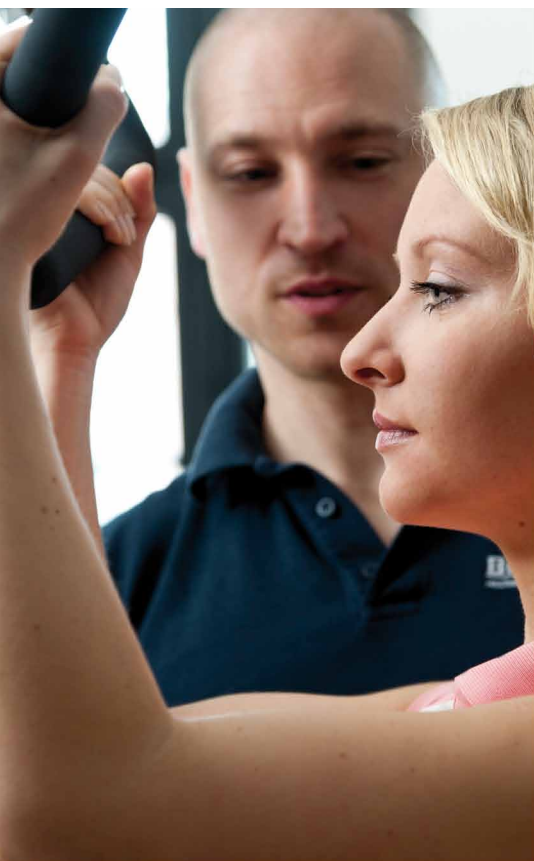
Motto: Lebe am Puls der Zeit. Ich liebe alles, was modern ist und die Frau von heute gerade beschäftigt. Ob die neuesten Beauty-Erkenntnisse oder welcher Promi gerade geheiratet hat: Ich weiß es als Erste!

Auf der Facebook-Seite HAMBURG WOMAN Magazin könnt Ihr Anna-Maria erreichen und mitdiskutieren!

Gewinne 100 Euro!

Einfach bis zum 13.10. 2014 unsere Facebook-Seite HAMBURG WOMAN Magazin liken! Unter allen neuen Likes verlosen wir 100 Euro in bar!

Code scannen und keine News rund um den Life & Style der Hamburgerin verpassen: www.facebook.com/hamburgwomanmagazin



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

Bei Body Focus trainieren Sie wie die Business-Elite in New York: Immer unter professioneller 1:1-Anleitung, an medizinischen Trainingsgeräten und mit der innovativen HIT-Methode (HIT = High Intensity Training). So erreichen Sie Ihre Ziele so sicher und effektiv wie nie! Ihre Vorteile:



Schon einmal 20 Minuten pro Woche genügen



Keine Dauermitgliedschaft, flexible Terminvereinbarung (Onlinebuchung)



Jedes Training 1 zu 1 mit Personal Trainer

Body Focus

Hocheffizientes Personal Training

Als Orthopädin und aus eigener Erfahrung kann ich das Training bei Body Focus uneingeschränkt empfehlen."

Dr. med. Andrea Lodde

Gänsemarkt 33 · 20354 Hamburg · Tel 040/35 71 44 80 · www.body-focus.de

BEWEGUNG AN DER FRISCHEN LUFT

3 Was uns im Herbst vor allem auf die Seele drückt, ist der Mangel an Licht. So einfach ist das: Die Tage werden kürzer, die Abende länger, dunkler und grauer - und mit den wärmenden Sonnenstrahlen hat uns auch gleich das Glückshormon Serotonin verlassen. Um das zu produzieren, braucht unser Körper nämlich (Tages-) Licht. Deshalb müssen wir auch in der ungemütlichen Jahreszeit

raus ins Freie! Empfehlenswert ist es, sich mindestens eine halbe Stunde pro Tag den Wind um die Nase wehen zu lassen. Ja, auch dann, wenn es drinnen eigentlich viel gemütlicher ist! Denn auch, wenn der Himmel wolkenverhangen ist: Draußen ist es immer noch heller als drinnen. Und das verbessert die Laune schlagartig. Und wer sich eine Extra-Portion Gute Laune holen möchte, der geht eine Runde Joggen im Park. Denn beim Sport schüttet der Körper haufenweise Glückshormone aus.

In den kürzeren Tagen sollten Sie jede Sonnenstunde nutzen, um Licht zu tanken!



DIE RICHTIGE ERNÄHRUNG

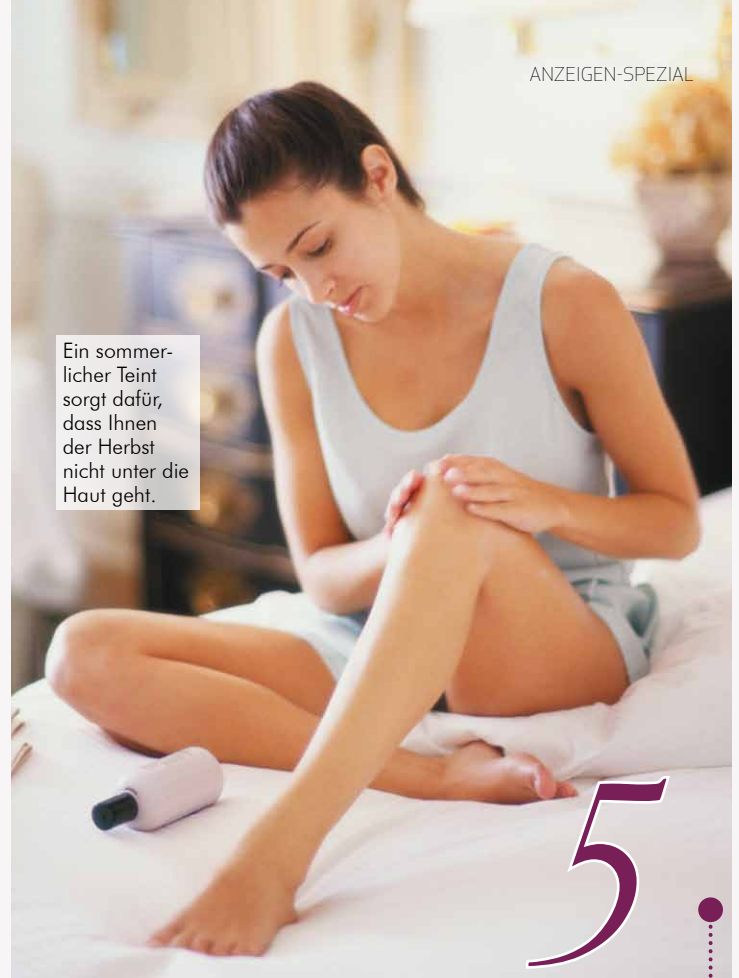
Um die körpereigenen Abwehrkräfte zu unterstützen, sollten wir gerade jetzt genügend Obst und Gemüse essen. Auch Kohlehydrate sollten auf dem Speiseplan stehen, denn sie liefern blitzschnell neue Energie für ermattete Herbstblues-Opfer. Vollkorn, Nüsse, Bananen, Milchprodukte und Trockenfrüchte unterstützen dabei sogar die Bildung von Glückshormonen. Und auch Fisch sollte mindestens einmal die Woche hin und wieder auf den Teller: Er regt den Zellstoffwechsel an und verpasst uns damit einen ordentlichen Energieschub.

Zum Aufwärmen von Innen eignen sich außerdem scharfe und aromatische Gewürze wie Ingwer, Chili, Zimt oder Kardamom. Die lassen nicht nur von fernen (wärmeren) Ländern träumen, sondern helfen auch ganz praktisch der Verdauung auf die Sprünge.

4



Snack zum Glück: Nüsse und Vollkorn helfen bei der Bildung von Glückshormonen!



Ein sommerlicher Teint sorgt dafür, dass Ihnen der Herbst nicht unter die Haut geht.

5

DEN SOMMER OPTISCH VERLÄNGERN

Mit Einsetzen des Herbstes schwindet leider auch unser schöner, sexy Sommerteint. Eine Tages- und Körpercreme mit leichtem Selbstbräuneranteil ist dann die Lösung. Sie macht schnell schön, wenn man keine Streifen riskieren, aber eine zarte Sommerbräune erzielen möchte. Erst ein sanftes Peeling machen, dann die Creme möglichst gleichmäßig auf Gesicht und Dekolleté auftragen. Das lässt Ihren Teint gleich viel frischer und ausgeruhter wirken.

Spezial-Tipp:

Bewegung in Kombination mit frischer Luft ist wie schon erwähnt ein besonders wichtiges Mittel gegen Herbstblues. Wer partout nicht vor die Tür will, kann sich natürlich auch drinnen im Sportstudio auspowern. Statt sich aber stundenlang in überfüllten Fitnessstudios an Geräten abzukämpfen, bieten die 25MINUTES-Studios eine optimale Alternative und setzen auf elektrische Muskelstimulation, kurz EMS. Mithilfe von externen Elektroden, die an Westen und Gurten befestigt sind, werden Spannungsimpulse durch die Haut an die Muskeln geleitet – die Muskeln kontrahieren. Ob mitten in der Hamburger City, Eppendorf, Blankenese oder im Alstertal – die EMS-Geräte trainieren alle relevanten Körperpartien gleichmäßig - ganz ohne Butterfly und Co. In bloß 25 Minuten Trainingszeit absolvieren Sie unter professioneller Anleitung ein effektives Ganzkörper-Work-out. Die Besucher erwarten helle, stylische Räume mit gerade einmal vier Trainingsstationen, die jede für sich ein komplettes Fitnessstudio ersetzen. Die EMS-Technologie wird bereits seit einem halben Jahrhundert weltweit in Krankenhäusern, Kliniken und in der Krankengymnastik zur Stärkung und zum Wiederaufbau von Muskeln eingesetzt und revolutioniert nun seit vier bis fünf Jahren den Leistungs- und Breitensport. Weitere Informationen finden Sie auf www.25minutes.de

TRAINIEREN WIE DIE STARS!

ANNA HEESCH, MIRJA DU MONT UND CHRISTINE DECK WISSEN LÄNGST, WIE EFFEKTIV DIE 25MINUTES-METHODE IST. DANK EMS KÖNNEN AUCH SIE IN NUR 25 MINUTEN EIN KOMPLETTES GANZKÖRPERTRAINING BEKOMMEN. WIR HELFEN IHNEN, IHRE ZIELE IN KÜRZESTER ZEIT ZU ERREICHEN:

GEWICHTSREDUKTION • STRAFFUNG SHAPING • MUSKELAUFBAU

25MINUTES CITY

KAISER-WILHELM-STR. 93
20355 HAMBURG
+49 (0)40 35 71 69 10

25MINUTES BLANKENESE

FRIEDRICH-LEGAHN-STR. 2
22587 HAMBURG
+49 (0)40 866 260 63

25MINUTES EPPENDORF

HEGESTRASSE 16
20251 HAMBURG
+49 (0)40 46 777 913

25MINUTES POPPENBÜTTEL

FRAHMREDDER 1
22393 HAMBURG
+49 (0)40 38 04 3095



MINUTES™

MAXIMUM WORKOUT

WWW.25MINUTES.DE

Den roten Faden im Leben wieder finden!

Paarberatung / Einzeltherapie

Um im Leben glücklich zu sein, geht jedes Individuum einen anderen Weg. Ich möchte Sie dabei unterstützen, Ihren eigenen roten Lebensfaden zu erspüren, dass Sie eigenverantwortlich handeln, dass Sie Glück und Freude genießen können. Nehmen Sie ihr Leben in die Hand – ich helfe Ihnen dabei!

www.marianne-grundmann.de



Marianne Grundmann
Heilpraktikerin für
Psychotherapie und
Systemische Beratung

Wandsbeker Chaussee 113
22089 Hamburg
Telefon 040.22 78 260
info@marianne-grundmann.de



KAISER REICH

**MASSAGEN BEAUTYSHOP WIMPERNEXTENSIONS
KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN**

GEGEN VORLAGE DIESER ANZEIGE ERHALTEN
SIE BIS ZUM 30. November 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!

Von der Freude am *Landleben...*

Schauspielerin Andrea Lüdke liebt die Natur und bestellt ein eigenes Stück Land im Norden Hamburgs. HAMBURG WOMAN traf die 50-jährige Saselerin und sprach mit ihr über ihre erste Zigarette im eigenen Tabakfeld, schlechtes Schulessen und warum sie nie um die Alster joggen würde.



Andrea ist dankbar:
„Gartenarbeit ist für
mich keine Arbeit. Es
bringt mir Spaß und
gibt mir Kraft!“



„Ich bin ein großes Kind.“



„Unglaublich, wie aus einem kleinen Samen eine 2,50 Meter hohe Sonnenblume werden kann“, staunt die Hobby-Gärtnerin.

Von der Großstadt aufs Land! Andrea Lüdke führt Redakteur Daniel durchs Grüne.



Der Regen prasselt auf das Blechdach. „Butter- oder Pflaumenkuchen?“, fragt Andrea in die Runde. Kurz vorher standen wir noch zwischen zwei Meter hohen Sonnenblumen und haben mit Andrea gemeinsam Zucchini geerntet, als es zu nieseln begann. Wir haben es uns in dem Geräteschuppen bequem gemacht – sitzen mit Kaffee und Kuchen in einem Klappstuhlkreis. Es ist bereits die zweite Saison, in der Schauspielerin Andrea Lüdke gemeinsam mit ihrer Schwester ein Stück Land zum Gemüseanbau gepachtet hat. „Das ist mein Acker!“, lächelt Andrea stolz. Mit diesem „Acker“ holt sich die dreifache Mutter ein Stück Kindheit zurück: „Ich bin auf dem Land großgeworden, habe meine erste Zigarette im eigenen Tabakfeld geraucht. Ich habe es geliebt, draußen in der Natur zu sein.“ Das Stück Land soll auch Andreas Kindern zu Gute kommen. Mit dem Meerschweinchen auf dem Arm erzählt uns Lotti ganz stolz von einer mutierten Rübe, die sie letztes gefunden hat. „Ich finde es gut, wenn meine Kinder sehen, zu was die Natur fähig ist, was aus einem kleinen Samen wachsen kann. Vor allem sollen sie lernen, dass nicht alles Gemüse perfekt und gleich aussieht, so wie man es im Supermarkt vorfindet“, sagt Andrea. Gerade erst wurde eine Studie veröffentlicht, die bestätigt, dass die Deutschen die Dicksten in Europa sind. Gesunde Ernährung ist bei Familie Lüdke eine Selbstverständlichkeit: „Mir schmecken viele Fertigprodukte nicht. Manche Sachen täuschen nur vor, Erdbeeren zu sein. Sie sehen

vielleicht so aus, aber sie schmecken nicht wirklich nach Sonne.“ Bei der Ernährung versteht Andrea keinen Spaß – besonders, wenn es um die der Kinder geht. Beispiel Schulmensa: „Statt in gesunde Produktionsküche zu investieren, entstehen immer mehr Aufwärmküchen! Ich finde das nicht in Ordnung!“ Zwischen Kindern, Ernte und Schauspielerei findet Andrea Lüdke immer noch Zeit, regelmäßig Sport zu treiben. „Ich habe meine feste Joggingstrecke um den Kupferteich. Ich würde nie auf die Idee kommen, um die Alster zu joggen. Da gibt's Autos und Gegenverkehr – das ist purer Stress.“ Ihr Geheimtipp: Yoga. „Mein Problem ist es oftmals, nicht richtig loslassen zu können. Da hilft mir Yoga sehr.“ Eine hilfsbereite Familie, ein erfüllender Beruf, gesunde Ernährung, Sport. Es wirkt fast so, als hätte Andrea für alles einen Plan. „Das stimmt nicht. Man macht einfach mit der Zeit seine Erfahrungen. So wie meine Tochter Milena! Die hat sich nach dem Abitur jetzt erst mal eine Auszeit genommen. Ich finde diese Lehr- und Wanderjahre wichtig. Ich habe sie heute noch. Nichts ist von Dauer. Ich liebe meinen Beruf, aber eine Garantie habe ich nicht! Da arbeitet man einmal auf Lohn-

Den Einkaufswagen gibt's bei uns.

So macht shoppen Spaß!



Audi



Das Auto.



Nutzfahrzeuge

ŠKODA



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

WNS Will+Partner

Fachanwälte | Rechtsanwälte



»DIE FREIHEIT DES MENSCHEN LIEGT NICHT DARIN, DASS ER TUN KANN, WAS ER WILL, SONDERN DASS ER NICHT TUN MUSS, WAS ER NICHT WILL.«

Jean-Jacques Rousseau (1712 - 1778)

Kanzlei für:

Arbeitsrecht · Markenrecht · Wettbewerbsrecht · Urheberrecht · Medienrecht · Musterrecht

Lizenzvertragsrecht · Domainrecht · Vertragsrecht · Handelsrecht · Gesellschaftsrecht

Medizinrecht · Familienrecht

WNS Will+Partner · Fachanwälte | Rechtsanwälte mbB · Mönckebergstraße 27 · 20095 Hamburg

Tel: 040 328 09 78-0 · Fax: 040 328 09 78-11 · www.wns-partner.de

„Es muss nicht alles perfekt sein! Ein wilder Feldblumenstrauß hat Charakter!“

steuerkarte und im nächsten Moment wieder auf Rechnung. Das ist durch die ganzen TV-Formate nicht einfacher geworden die letzten Jahre. Ich frage mich immer: Wer sind diese Menschen, die sehen wollen, wie dicke Messies ihre Frauen tauschen?“

Bevor Andrea ihr Glück in ihrer Familie fand, war sie lange auf sich gestellt. Lüdke war schon mit 23 Vollwaise, hat mit 17 ihren Vater, und kurz darauf ihre Mutter verloren. Sie sagt selbst: „Das hat mich sehr früh geländegängig gemacht.“ Gibt es auch heute noch Situationen, in denen es alles zu viel wird und man sich übernimmt? „Sehe ich etwa so aus?“, lacht Andrea, „Ich sage nicht, dass es nicht anstrengend ist, mit all diesen Welten zu jonglieren. Aber alles, was schön ist, ist anstrengend. Als Frau und Mutter ist man ja immer das Schaltzentrum für sämtliche Geburtstagsfeiern, Geschenke und alles Organisatorische. Zu kontrollieren, ob genug Wasser da ist oder das Klopapier aus ist. Das hat die Natur so eingerichtet.“ Der Regen hat nachgelassen. „Wollen wir noch einmal in den Garten gehen?“, fragt Andrea.

dj



Andreas Lieblings-Rezept

Griechischer Zucchini-Auflauf im scharfen Honigbett

Zutaten

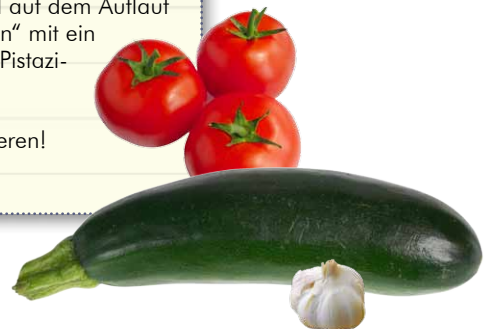
für 4-5 Personen: 500 g grüne Zucchini, 500 g gelbe Zucchini, 300 g Gemüsezwiebeln, 500 g Rispen Tomaten mittelgroß, 400 g griechischer Fetakäse, 4 Esslöffel Olivenöl, 2 Knoblauchzehen, 1 Chilischote rot, 1/2 Zitrone, Meersalz, 3 Esslöffel Honig, 6 Walnüsse, 1 Handvoll frischer Thymian/Oregano

Zubereitung

Grüne und gelbe Zucchini in „mundgerechte“ Stücke schneiden. Diese für 5 Minuten gemeinsam mit dünn geschnittenen Knoblauchzehen und frisch gehacktem Chili scharf in Olivenöl anbraten. Geviertelte Tomaten hinzugeben und weitere 5 Minuten braten. Alles mit Meersalz, Kräutern und Zitronensaft würzen und in eine Auflaufform geben. Nun den griechischen Feta in große Würfel schneiden und auf dem Auflauf verteilen. Zum Abschluss verziert man die „Käse-Inseln“ mit ein paar Klecksen Honig und Walnüssen, Mandeln oder Pistazien und schiebt die Auflaufform in den Backofen!

Zubereitungszeit: 20 Minuten
Tipp: Zu diesem Gericht am besten Fladenbrot servieren!

▲
Andreas „Acker“ bietet alles, was das Herz begehrt! „Wir können uns eine ganze Zeit selbst versorgen“, so die Schauspielerin.



Dank lehrreicher Tipps vom Experten wird in der hochwertigen Küche erst gemeinsam perfekt gekocht und dann diniert!

Der Herbst in der

Meridian Kochschule

Jede Jahreszeit hat ihren eigenen Charme und bietet besonders in Sachen Lebensmittel kulinarische Highlights, die sich auf unserem Speiseplan wiederfinden. Diesen schmackhaften Wechsel der Jahreszeiten trifft man auch im Kursprogramm der Meridian Kochschule in Wandsbek.

In den aktuellen Kochkursen zeigt Ihnen Küchenchef Rainer Mietzke, wie sich die späte Ernte perfekt verarbeiten lässt und mit welchen Köstlichkeiten Sie Ihre Lieben an den Festtagen verwöhnen können. Los geht es im Oktober mit einem Abstecher in den Orient: Kommen Sie mit in Ali Babas Küchenwelt und lassen Sie sich von verschiedenen Gewürzen verführen! Weitere Highlights im Kursprogramm sind der Pralinenkurs mit der Confiserie Paulsen

am 11. Oktober und die Rotweinreise durch Europa am 16. Oktober. Am 15. November findet der letzte Kochkurs in diesem Jahr statt, da die Meridian Kochschule danach ausschließlich für Weihnachtsfeiern und Firmenevents gebucht werden kann. Sie sind auf den Geschmack gekommen? Weitere Informationen zu den Kochkursen und zu Veranstaltungen gibt es unter **Tel. 040 67 10 86-60** oder im Internet auf **www.meridian-kochschule.de**.



Servicekoordinatorin
Nora Sommer und
Küchenchef Rainer Mietzke.

Highlights

Hier das Beste aus dem Kursprogramm der Meridian Kochschule:

- 01. Oktober: Magischer Orient
- 07. Oktober: Mafia Geschichten
- 11. Oktober: Pralinen leicht gemacht!
- 16. Oktober: Rotweinreise durch Europa
- 23. Oktober: 1 x 1 der Fische
- 30. Oktober: Pasta Deluxe

kochen

**Mangold-
Polenta-
Päckchen**

Bei diesen aromatischen Päckchen offenbart sich die (Geschmacks-) Überraschung nicht durchs Auspacken, sondern durchs Verspeisen.



vegan- menü

Vegan ist in. Und selbst für diejenigen, die nicht aus Überzeugung so leben wollen: Ein fester Tag pro Woche ohne tierische Produkte ist gut für die Gesundheit und ein Statement gegen die Massentierhaltung. Man isst also nicht nur lecker, sondern tut auch etwas Gutes!

Zutaten für 4 Personen:

2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe, neutrales Pflanzenöl zum Anbraten, 250 ml Gemüsebrühe, 60 g Schnellkoch-Polenta, 6 EL Trüffelöl*, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Aceto balsamico, 8 große Mangoldblätter, 100 g getrocknete Tomaten (in Öl)

Außerdem: Backpapier für das Blech

Zubereitung:

1 Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten darin andünsten, Knoblauch kurz mitdünsten. Brühe da zu gießen und aufkochen. Polenta einrühren und bei schwacher Hitze einige Min. rühren, bis die Masse dickflüssig geworden ist. Dann noch einmal 100 ml Wasser dazu gießen, wieder zu einer dicklichen Masse einkochen. 2 EL Trüffelöl unterrühren, mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Essig würzen, zugedeckt beiseite stellen. Den Backofen auf 120° vorheizen.

2 Den Mangold waschen. Die Stiele am Blattgrund abschneiden und anderweitig verwenden. Dicke Blattrippen etwas flach schneiden. Die Blätter portionsweise in kochendem Salzwasser 1 Min. blanchieren. Mit einer Schaumkelle heraus heben, kalt abschrecken, abtropfen lassen und gründlich trocken tupfen.

3 Die Tomaten abtropfen lassen und grob würfeln. Die Polenta gut durchrühren. Die Blätter auf der Arbeitsfläche auslegen und die

Polenta mittig daraufsetzen. Die Tomaten darauf geben. Die Blätter seitlich etwas über der Füllung einschlagen und fest aufrollen.

4 Die Päckchen auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech im heißen Backofen (Mitte) 10 Min. erhitzen. Dann noch kurz mit etwas Öl in der Pfanne schwenken und zum Servieren mit dem restlichen Trüffelöl beträufeln. Dazu passt eine Kräuterseitling-Balsamico-Creme (siehe Tipp).

Dazu: Kräuterseitling-Balsamico-Creme, 200 g Kräuterseitlinge putzen und in Scheiben schneiden. 2 rote Zwiebeln und 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Pilze und Zwiebeln in 2 EL Öl anbraten. Knoblauch und 1 TL getrockneten Thymian dazugeben und kurz mitbraten. Mit 5 EL Aceto balsamico ablöschen. 250 ml Hafer sahn* dazu gießen und etwas einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

55 Min. Zubereitung

Zutaten für

4 Personen:

2 große Auberginen, Salz, 600 g mehligkochende Kartoffeln, 350 g Pastinaken, 100 g Räuchertofu, 1 kleine frische rote Chilischote, 1 Zitrone, 3-4 Stängel glatte Petersilie, Thymian oder Oregano, 5-6 EL neutrales Pflanzenöl, 100 g vegane Margarine, 300 ml Pflanzensahne zum Kochen, 1 Prise Zucker (nach Belieben), schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss, 200 g Weizenmehl (Type 405 oder 550), 2 TL Backpulver, 1/2 TL getrockneter Thymian

Außerdem: Weizenmehl zum Wenden

Zubereitung:

1 Die Auberginen waschen und quer in 16 ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben mit Salz bestreuen und zugedeckt 20 Min. Wasser ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Kartoffeln und Pastinaken schälen, grob würfeln und in reichlich Salzwasser in 15-20 Min. gar kochen.

2 Inzwischen den Räuchertofu quer in 16 Scheiben schneiden. Die Chili putzen, längs halbieren, die Samen und Scheidewände entfernen und die Chilihälften fein würfeln. Die Zitrone auspressen. Die Kräuter waschen, gut trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

3 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, den Tofu darin 30 Sek. pro Seite anbraten, herausnehmen und auf Küchenpapier entfetten. Die Auberginenscheiben mit Küchenpapier trocken tupfen und mit einem scharfen Messer in jede Waage recht eine Tasche schneiden. Jeweils 1 Scheibe Räuchertofu hineinfüllen. Den Backofen auf 50° vorheizen.

4 Das Kartoffel-Pastinaken-Gemüse abgießen und mit Margarine und 100 ml Pflanzensahne mit einem Kartoffelstampfer zerstampfen. Den Zitronensaft unterheben und den Stampf mit Salz, nach Belieben Zucker, Pfeffer und Muskat abschmecken. Den Stampf zugedeckt warm halten.

5 In einer Schüssel Mehl, übrige Pflanzensahne, 150 ml Wasser, 1 TL Salz, Backpulver, Chiliwürfel und Thymian zu einem glatten Ausbackteig verrühren.

6 Die gefüllten Auberginenscheiben in Mehl wenden und durch den Ausbackteig ziehen. Die Auberginenscheiben portionsweise in jeweils 1-2 EL Öl bei mittlerer Hitze in 3-4 Min. pro Seite goldbraun braten. Fertige Auberginen im Backofen warm halten. Den Stampf auf Teller verteilen, die Piccata dazugeben und mit den Kräuterblättchen garnieren. Dazu schmeckt glasierter Radicchio.

1 Std. Zubereitung

Dieses Gericht überzeugt auch Menschen, die sonst mit Auberginen so gar nichts anfangen können. Hier kommt das Fruchtgemüse nämlich gefüllt und knusprig ausgebacken daher – ein herzhafter Genuss!

Auberginen-Piccata mit Kartoffel-Zitronen-Stampf



Die Chili hat's längst bewiesen:
Schokolade liebt Scharfes.
Wasabi lenkt die Schärfe
zusätzlich in Richtung frisch und
macht diese Mousse zu einem
Dessertgenuss der Extraklasse.

Schoko- Wasabi- Mousse mit Mirin Birne



Zutaten für 4 Personen:

Für die Mirin-Birnen:

4 Nashibirnen, 20 g frischer Ingwer, 6 EL brauner Rohrzucker, 2 EL Limettensaft, 120 ml Mirin, (süßer Reiswein; Asienladen)

Für die Mousse:

100 g Bitterschokolade, (mind. 70 % Kakaoanteil), 350 ml aufschlagbare Sojasahne, 50 g brauner Rohrzucker, 1 Prise Salz, 2 TL Wasabipaste, 1 Pck. Sahnefestiger

Zubereitung:

1 Am Vortag die Nashibirnen schälen, die Blütenansätze herauschneiden, die Stiele dranlassen. Den Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. 500 ml Wasser mit 4 EL Zucker, 1 EL Limettensaft, 50 ml Mirin und Ingwer aufkochen. Die Birnen darin bei schwacher bis mittlerer Hitze 18 Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich wenden.

2 Inzwischen für die Mousse die Schokolade zerbrechen und mit 150 ml Sojasahne, Zucker und Salz in einem Topf bei schwacher Hitze schmelzen. Die Wasabipaste unterrühren und die Mischung lauwarm abkühlen lassen.

3 Die Birnen vom Herd nehmen. 50 ml Mirin dazu gießen und die Birnen im Sud 12 Std. oder über Nacht ziehen lassen, dabei einmal wenden.

4 Inzwischen für die Mousse die übrige Sojasahne mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schla-

gen. Sahnefestiger dazugeben und weiterschlagen, bis die Sahne steif ist. Die Sahne unter die abgekühlte Schokomasse heben und alles noch 1 Min. weiterschlagen. Die Mousse in vier Gläser füllen und eben falls über Nacht kühl stellen.

5 Die Birnen aus dem Sud nehmen. 100 ml von dem Sud abmessen und mit dem übrigen Zucker und Limettensaft und dem Mirin in 4–5 Min. sirupartig einkochen und etwas abkühlen lassen.

6 Vier längliche Dessertteller bereitstellen. Jeweils auf einer Hälfte einen Sirupspiegel anrichten und die Birnen daraufsetzen. Die Gläser mit Mousse auf die andere Seite des Tellers stellen. Das Dessert sofort servieren.

50 Min. Zubereitung, 12 Std. ziehen und kühlen



Vegan vom Feinsten, Nicole Just und Martin Kintrup, Gräfe und Unzer Verlag, geb., 192 Seiten, 130 Fotos, 24,99 €

BUCHTIPP:

Die Pflanzenwelt ist so reich an hochwertigen Angeboten, dass es Gourmets an nichts mangeln muss. Das zeigen die beiden Autoren und Vegan-Experten Nicole Just und Martin Kintrup mit über 100 kreativen Rezepten, die ohne umstrittene vegane Fertig- oder Ersatzprodukte auskommen. „Dabei schöpfen wir nicht nur aus der Fülle der pflanzlichen Zutaten, sondern auch aus den unterschiedlichsten Küchen der Welt“, so die Autoren. Auf diese Art und Weise haben sie von schnell und unkompliziert bis hin zu anspruchsvoll viele Vorspeisen, Hauptgerichte und Desserts zusammengetragen. Motto: „Es darf auf keinen Fall langweilig sein, dafür aber spannend kombiniert. Darum kommen Pilze auch mal geräuchert daher, und deftiges Sauerkraut wird mit feiner Vanille aromatisiert.“ Unsere drei aus dem Buch gezeigten Rezepte sind dafür gute Beispiele! Fazit: Ich gebe zu, mich bisher noch nicht so viel mit der veganen Küche auseinandergesetzt zu haben. Dieses Buch hat es geändert und ich werde auch als Nichtvegetarier einiges daraus nachkochen – etwa die von uns abgedruckte Vorspeise „Mangold-Polenta-Päckchen“. Das sagt doch eigentlich alles, oder? Auch von der Bildsprache her, ein empfehlenswertes Kochbuch! Kai Wehl



Hingucker mitten im Raum: Der Palisanderschreibtisch von Frits Henningsen aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Seine kräftigen Farben kommen dank der gut gewählten, dezenten grauen Wandfarbe gut zur Geltung, kräftige Farbtöne würden ablenken.

Stimmungs- *Macher*

Mit ihr steht und fällt die Atmosphäre eines jeden Raums: der Wandfarbe. Welche ist die richtige? Schwere Entscheidung! Ein neues Buch bietet Inspirationen.



„Dunkle Farben in kleinen, lichtarmen Räumen – manchem erscheint das als keine gute Wahl. Doch der Effekt kann spannender sein, als der Versuch, mit Weiß Helligkeit zu kreieren. Denn es bietet sich die Möglichkeit Akzente zu setzen, etwa mit sich schattenhaft absetzenden Möbeln“, so Ros Byam Shaw.

Ich lieb mich,



ich lieb mich nicht,
ich lieb mich...



Liebesbriefe in Schmuck

Rolfinckstraße 13

22391 Hamburg - Wellingsbüttel

Telefon: 040 · 5369650

willer
JUWELIER



GUTE ADRESSEN
HAMBURG
Gemeinsam einzigartig.

www.gute-adressen-hamburg.de

Hat man in den heutigen Zeiten auf dem Wohnungsmarkt endlich seinen Traum gefunden, kommt das nächste Problem. Was soll auf die Wände? Welche Farbe passt zu meinen Möbeln? Welche zu mir? Die Zahl der Bücher, die sich eine „Farbberatung“ auf die Fahnen geschrieben haben und dem Leser auch gleich erklären wollen, welche Wirkung einzelne Farben auf die Seele haben, ist groß. Zu Recht, wohl fast jeder kennt die Probleme bei der Entscheidungsfindung. Diskussionen bei Neubau oder Renovierung sind keine Seltenheit, vor allem dann nicht, wenn man zu zweit wohnt.

Das Buch „Zeitlos wohnen mit Farbe“ gibt jede Menge Anregungen. Dabei ist es weniger Farbratgeber, sondern ein klassisches Wohnbuch mit Anschauungsmaterial, denn die Autorin Ros Byam Shaw – sie veröffentlichte bereits diverse Wohnbücher – hat verschiedenste Domizile in ganz Europa besucht und stellt sie im Stile von Home-stories vor – von der Blockhütte in Norwegen über eine ausgebaute Pelzfabrik in Paris bis hin zu einem Palazzo in Umbrien. So unterschiedlich bunt die gezeigten Sing-lehaushalte oder Familienhäuser auch sind, sie alle eint eines, die Besitzer oder Eigentümer nutzten Farben und Ta-peten der britischen Traditionsmarke Farrow & Ball. Eine ungewöhnliche Klammer. Daran, dass die Bilder die je-weiligen Farbnamen angeben muss man sich deswegen erst einmal gewöhnen. Ist aber auch egal, denn es geht ja mehr um die Farbkombinationen, die man sich abscha-u-en kann.

Das Buch ist in die drei Hauptkapitel klassisch, modern und ländlich mit insgesamt zehn Unterkapiteln gegliedert. Diese Vielfalt deckt fast jeden Wohngeschmack ab – pu-ristischer Bauhausstil ist allerdings nicht vertreten, gezeit wird eher die Lust am „Vollen“ – und gibt mit seinen vie-len Beispielen an Stilbrüchen und Farbzusammenstellun-gen spannende bis ungewöhnliche Anregungen. *kw*

Farb-Tipps der Wohnexpertin

Die Wahl der Farbe folgt oft praktischen Erwägungen, bestimmt aber auch wie die Oberfläche wirkt: matte Farben haben fast eine greifbare Tiefe. Farben mit zartem Glanz lassen beispielsweise bei Holz erhabene Strukturen flacher wirken. Das genaue Gegenteil bewirken hochglänzende Farben, sie reflektieren stark das Licht, was jegliche Unebenheit betont!

Ros Byam Shaw, Zeitlos
Wohnen mit Farbe,
Callwey Verlag, 192
Seiten mit 295 Farbfo-
tos, geb., 39,95 Euro



wohnen

15 Jahre exklusives *Interieur-Design*

Eine der Top-Adressen für Interieur-Design in Hamburg feiert am 27. September ihren Geburtstag: **PIAZZA WOHNKULTUR**. HAMBURG WOMAN stellt das Erfolgskonzept der beiden Inhaber Christin und Claus Stender vor.



◀ Eine große Auswahl außergewöhnlicher Leuchten, wie auch individuelles Lichtdesign kleinerer Manufakturen finden Sie bei PIAZZA.





Stimmungsvolles Licht durch besondere Accessoires.

„Wir realisieren Einrichtung und Stil der Räumlichkeiten so, dass sie Ausdruck der Kunden-Persönlichkeit sind“, erklärt Claus Stender.

Boxspringbetten der amerikanischen Marke Serta exklusiv bei PIAZZA WOHNKULTUR. Eine besondere Jubiläumsaktion erwartet Sie am 27.9. vor Ort.



Legen Sie Ihr Zuhause in unsere Hände“, lautet der Slogan von Christin und Claus Stender, den Inhabern von PIAZZA WOHNKULTUR. „Er steht für unsere Philosophie den Status des authentischen Wohnens zu erhalten. Das bedeutet, dass wir niemandem einen anderen Stil, etwa unseren eigenen aufdrängen wollen“, erklärt Claus Stender. „Der Kunde von heute weiß genau, was er will – nämlich ein Gesamtkonzept vom Tisch bis zur Tapete –, aber meistens nicht, wie er die Puzzleteile zusammenfügen soll. Das machen wir, denn wir wissen, welche Materialien wie eingesetzt werden können, um Ideen und Wünsche umzusetzen und zu realisieren. Dabei ist fast nichts unmöglich.“ Die beiden Designer und Inneneinrichter nutzen dazu Stile und Materialien aus der gesamten Welt und fügen sie zu einer Einheit zusammen. „Dadurch kann ein fantastischer Materialmix entstehen, modern mit antik oder fein und grob. Dank unserer Erfahrung merken wir schnell, was am besten zum Kunden passt und nach intensiven Gesprächen kommen wir immer zu einem gelungenen Ergebnis.“ Kein Wunder, bieten sie doch ein schlüssiges Gesamtkonzept an, von der ersten Planung, über die Material- und Farbauswahl, Lichtplanung bis hin zur Nutzung der Räume. „Um dies alles nahtlos aus einer Hand gewährleisten

zu können, verfügen wir über ein großes Netzwerk erstklassiger Handwerker aus allen wichtigen Gewerken – vom Maler bis zum Tischler.“ Für die erforderliche Einrichtung können die beiden aus dem Vollen schöpfen. Neben den Accessoires, Möbeln und Stoffen namhafter Hersteller wie Tobias Grau, Christine Kröncke, KFF, Presotto, Eichholtz und Lambert, verfügt PIAZZA WOHNKULTUR zusätzlich über ein eigenes Nähatelier mit angeschlossener Polstererei und eine eigene Möbel-Manufaktur, die in Europa produziert. „So können wir exklusive Kundenwünsche perfekt konfektionieren, z.B. echte Rochenhaut in Tische einbauen, aber auch Großprojekte ausführen. Unter anderem betreuen wir seit mehreren Jahren den Süllberg mit seinen Einrichtungskonzepten, wie auch viele andere Restaurants und Hotels in und um Hamburg. **Diese Erfolge und der Geburtstag sollen gebührend begangen werden:** „Wir möchten mit unseren Kunden am 27. September im Geschäft in der Harksheider Straße 6 feiern. Es gibt **Jubiläums-Aktionen und -Angebote wie 15 Tage 15 % Rabatt** und vieles mehr. Für musikalische Untermauerung – chillige Saxophonklänge – und eine angemessene Kulinarik ist selbstverständlich gesorgt“, erklärt Claus Stender. Mehr Infos gibt es unter **Tel. 606 821 68** und **www.piazza-wohnkultur.de**. km

An der Hafenkante

Sanna Englund spielt die Rolle der Oberkommissarin Melanie Hansen in der Hamburger ZDF-Kultserie **Notruf Hafenkante**. Jetzt kommen neue Folgen. Wir sprachen mit ihr an den Landungsbrücken über die Schönheit der Hansestadt und das Leben am Set.

Du arbeitest in Hamburg, aber du lebst in Berlin. Warum entscheidest du dich nicht für eine Stadt?

Ich konnte mich nie so richtig dafür entscheiden komplett nach Hamburg zu ziehen. Man weiß ja auch nicht wie lange eine Serie so geht und da habe ich mich gefragt: Will ich hier auch sein, wenn die Serie nicht mehr da ist? Und in Berlin ist mein Lebensmittelpunkt: meine Freunde, mein Freund und mein Haus. Und ich komme am liebsten immer wieder in diese Stadt zurück.

Was magst du an Hamburg?

Ich liebe am meisten den Hafen, der macht Hamburg aus! Die Nähe zur See und zur großen weiten Welt. Aber ich liebe auch die weißen Villen um die Alster, das Saubere und dass man sich sehr sicher fühlt in Hamburg.

Und was an Berlin?

Das Raue, das Dreckige, die allzeit präsente Geschichte und dass man ganz leicht so weit in der Zeit zurückgehen kann und es immer noch ist, wie es damals war. Das Umland von Berlin ist auch wunderschön.

Ein paar Neuigkeiten zur neuen Staffel von Notruf Hafenkante: Wie war der Dreh?

Die neuen Folgen standen unter dem Motto ‚knackiger, jünger, actionreicher‘. Ich habe meine Haare wieder neu abgeschnitten. Ich mache das auch gerne für einen neuen Staffelbeginn. Ich hätte sie am liebsten ganz kurz abgeschnitten, aber die Regie war für halblang. Inhaltlich passiert in der Beziehung von Melanie und Mattes viel Neues, ihre Beziehung verändert sich und wird spannungsgeladener...es passiert auf jeden Fall viel!

Kannst du dir jetzt auch vorstellen als Polizistin zu arbeiten?

Ich habe eine wahnsinnige Hochachtung davor, was Polizisten täglich machen. Ich bin auch privat mir einer Polizistin befreundet und das ist echt eine große Herausforderung. Man wird konfrontiert mit Dingen, bei denen man eigentlich lieber wegguckt. Ich könnte es mir vorstellen den Beruf zu machen, aber es ist ein harter Beruf. Ich stelle es mir anstrengend vor.

Hattest du je Zweifel daran Schauspielerin zu werden?

Nein. Es war eigentlich immer schon mein allererster Berufswunsch. Dabei war ich als Teenager sehr unsicher, denn ich war so groß. Dadurch kam ich dann zum modeln, aber an eine Schauspielerschule habe ich mich nie rangetraut. Durch Zufälle und Kontakte im Modelbusiness bin ich dann doch vor der Kamera gelandet.

Wo siehst du dich in der Zukunft? Beim Fernsehen?

Wenn sich ein Angebot ergibt, dann würde ich auch mal ans Theater gehen. Aber nur wenn ein Regisseur auf mich zukommt. Ich liebe es Serien zu drehen und kann mir vorstellen das bis ins hohe Alter zu machen! Ich träume, aber das lange Planen funktioniert nicht. Es kommt dann doch immer anders. Es ist gerade alles so wie es sein soll.

Auf was bist du besonders stolz?

Ich bin stolz auf meinen Werdegang, weil ich das alles alleine gemacht habe. Man kennt das ja, es gibt immer Personen, die einem helfen wollen, aber ich wollte es immer alleine machen. Es dauert dann nur etwas länger. Ich bin stolz auf unsere Serie, denn wer hätte gedacht, dass wir soweit kommen. Wir sind schon eine Kultserie geworden in Hamburg. Und ich bin manchmal zu stolz andere um Hilfe zu fragen.

Ich habe gesehen, dass du auf Facebook sehr aktiv bist. Wie sehr nutzt du die Social Media?

Ich denke manchmal ich poste viel zu wenig! Ich tue mich sehr schwer damit mich in jeder Lebenslage darzustellen, aber ich weiß wie sehr die Fans sich darüber freuen. Es ist immer schön dadurch positives Feedback zu bekommen. Unsere Fans sind nun mal unsere ‚Wichtigsten‘. Wenn es sie nicht gäbe, gäbe es unsere Sendung nicht. Deshalb versuche ich hin und wieder ihnen etwas zu zeigen, auch mal etwas Privates von mir. Ich poste auch alles selbst, das ist mir wichtig.

Du hast bei der ALS-Icebucketchallenge nicht mitgemacht, dafür aber Geld gespendet. Wie wichtig ist es dir Gutes zu tun und etwas zurückzugeben?

Ich bin gerade dabei mir ein neues Projekt zu suchen, das mir am Herzen liegt. Ich bin aber im Tierschutz aktiv. Ich bin Mitglied bei Animal Equality. Ich mache aufmerksam und würde auch gerne aktiv noch mehr machen, aber dafür fehlt mir die Zeit. *Anna-Maria Key*

Am 16.10. um 19.25 Uhr ist Sanna Englund (Mitte, mit Matthias Schloo und Charlotte Bohning) wieder zu sehen.





Sanna Englund spielt eine der Hauptrollen in ‚Notruf Hafenkante‘ und hat den Hamburger Hafen in ihr Herz geschlossen.

Foto: Anna-Maria Koy



Bekannt wurde Jan Kralischka vor drei Jahren durch „Der Bachelor“. Er suchte nach seiner Traumfrau. Einen Typ Frau hat er nicht. Auf die innere Einstellung kommt es an.

„Beziehung mit der Ex – *empfehlenswert!*“

Model Jan Kralischka (38) suchte seine Traumfrau erfolglos als **TV-Bachelor**. Jetzt hat er sie gefunden: Es ist seine Ex-Freundin. Welche Herausforderung das mit sich bringt, was seine Gedanken als zweifacher Vater über Trennungskinder sind und warum er nicht mehr hauptberuflich als Anwalt arbeitet, verriet er HAMBURG WOMAN.

HAMBURG WOMAN: Wir haben es jetzt 12 Uhr. Wie läuft ein klassischer Morgen bei Jan Kralischka ab?

Jan Kralischka: Den gibt es eigentlich gar nicht, weil dann doch jeder Tag unterschiedlich ist. Das ist schon seit zehn Jahren so, seitdem ich modele. Ich bin einfach sehr viel unterwegs. Heute zum Beispiel bin ich um sechs Uhr aufgestanden, in den Flieger von Hamburg nach Köln gestiegen, habe dann Zuhause erst einmal meinen Hund gefüttert, werde gleich meine Tochter vom Kindergarten abholen, mit ihr den Nachmittag verbringen und heute Abend zum Boxtraining gehen.

Boxen – damit halten Sie sich fit und in Form?

Das mache ich zurzeit, weil ich am 27. September gegen den diesjährigen Bachelor-Kandidaten Christian Tewes beim ProSieben-Promi-Boxen antrete. Dafür muss natürlich trainiert werden. Ansonsten halte ich mich damit fit, indem ich mindestens jeden zweiten Tag ins Fitnessstudio oder Laufen gehe.

Sie waren einst hauptberuflich als Rechtsanwältin tätig. Seit einigen Jahren steht das Modeln im Vordergrund. Warum diese berufliche Veränderung?

Als Model genieße ich eine andere Life-Work-Balance. Ich komme in der Welt herum, sehe andere Kulturen und Kontinente und erlebe häufig abwechslungsreiche Action, während ich als Anwältin doch meistens im Büro sitze und mich mit Streitfällen auseinandersetzen muss. Nicht alle können meinen Prioritätenwechsel verstehen. Am Anfang hatte ich auch das Gefühl, mich rechtfertigen zu müssen. Großen Rückhalt hatte ich immer von meinen Eltern, die in der ehemaligen DDR aufgewachsen sind. Die haben gesagt: „Junge, du hast Jura studiert, aber wenn du andere Dinge für dich entdeckt hast, mache, was dir gefällt. Wir wären froh gewesen, wenn wir damals die Chance gehabt hätten, das zumachen, was wir wollen“.

Gehören Sie zu den Männern, die schon beim Aufstehen so unverschämte perfekt aussehen? Und die darum als Frau beneidet?

Zumindest bin ich jemand, der eine kurze Zeit im Bad verbringt. Ich brauche eigentlich nur eine Dusche, Creme, Zahnpasta und Deo. Deswegen sehe ich morgens eigentlich nicht sehr viel anders aus als abends (lacht).

Muss die Frau an Ihrer Seite bestimmte Äußerlichkeiten besitzen?

Ich bin sicherlich kein Mann, der sagt, ich stehe nur auf den einen Typ Frau. Vielmehr ist für mich innere Einstellung entscheidend. Dabei geht es mir um Lebenslust, Optimismus, eine bestimmte Begeisterung für etwas im Leben. In der Regel kann man das am Leuchten der Augen erkennen.

Seit ein paar Monaten sind Sie wieder mit Ihrer Ex-Freundin zusammen. Brauchten Sie den zweiten Anlauf, um sie als Traumfrau zu entdecken?

Früher habe ich immer gedacht, wenn in einer Beziehung einmal ein Knacks ist und es Gründe gab, wieso man sich getrennt hat, gibt es keine zweite Chance mehr. Heute denke ich anders. Hat man wieder Gefühle füreinander, dann sollte man es noch einmal miteinander probieren.

Vor welcher Herausforderung steht man, wenn man erneut als Paar zusammenkommt?

Eine solche Beziehung hat Vor- und Nachteile zugleich. Fangen wir mit dem Positiven an: Man kauft definitiv nicht mehr die Katze im Sack, wie man so schön sagt. Man kennt gegenseitig seine Stärken und Schwächen. Man flippt nicht mehr wegen Kleinigkeiten aus, die überraschend kommen, weil nichts mehr überraschend ist. Und das ist eine schöne Sache.

Und die negativen Seiten?

Hmm... Gibt es überhaupt negative Seite? Eigentlich kann ich es nur empfehlen wieder mit seiner Ex-Freundin zusammen zukommen (lacht).

Sie und Ihre Partnerin haben aus Ihrer „ersten Beziehung“ eine 5-jährige Tochter. Wie hat die reagiert, dass Mama und Papa wieder zusammen sind?

Für sie ist das glaube ich gar nicht eine so große Veränderung gewesen. Ich hatte auch die letzten Jahre ein gutes Verhältnis zu meiner Jetzt-Wieder-Partnerin Ann-Kristin. Als ich noch hauptberuflich als Anwältin im Hamburg gearbeitet, habe ich oft mitbekommen, wie Kinder unter Scheidungen leiden. Besonders wenn sich die Eltern nicht mehr verstehen. Das habe ich immer versucht erfolgreich zu vermeiden. Für die Kleine besteht eigentlich, seitdem wir wieder zusammen sind, eher das Problem, dass sie nicht mehr so einfach bei Papa im Bett schlafen darf.

Aus einer anderen Beziehung haben Sie noch einen Sohn. Haben Sie ihm gegenüber ein schlechtes Gewissen?

Natürlich macht man sich immer Gedanken. Und es ist das Optimalste, wenn das Kind in einer Beziehung aufwächst. Denn dann kann man fast zu jeder Tages- und Nachtzeit für sein Kind da sein. Aber es darf nicht sein, dass, wenn man als Paar unglücklich miteinander ist, nur wegen des Kindes zusammenbleibt. Dann lieber eine Patch-Work-Familien-Situation schaffen, bei der sich alle Beteiligten gut verstehen. Und das ist bei der Mutter meines nun bald 17-jährigen Sohnes definitiv der Fall. Wir unternehmen regelmäßig alle etwas miteinander.

Neben dem Promi-Boxkampf, was steht noch an?

In der Medienbranche spricht man ja immer von Projekten. Ich muss ehrlich sagen, bin nicht so ein Karrieretyp. Materiell hab ich eigentlich alles erreicht, was ich wollte. Meine Kinder gibt es auch. Ich habe jetzt eine glückliche Beziehung. Mein nächstes Projekt ist eigentlich, einen alten Bauwagen zu einem Art Peter-Lustig-Bauwagen umzubauen. Wenn ich den so um die Winterzeit fertig bekomme, wäre das schon ein „Karriereschritt“ für mich (lacht).

Christiane Kaufholt

San Glaser's *musikalische Reise*

Jazzsängerin San Glaser ist zurück – mit neuer Musik, einer neuen Sehnsucht nach ihrer Heimat in den Niederlanden und neuen Zielen: musikalisch und persönlich. HAMBURG WOMAN traf sie im Literaturhaus zum Gespräch.

Dein neues Album ‚Beautiful Strangers‘ ist gerade beim Label ‚Dutchland‘ erschienen ...

Genau, Dutchland ist mein eigenes Plattenlabel. Es heisst Dutchland, weil das Wort einerseits wie das Wort Deutschland aussieht, es klingt ein bisschen wie Deutschland, es fehlen aber nur zwei Buchstaben um davon Deutschland zu machen. Und die Holländer sind ja ‚the Dutch‘. Manchmal ziehe ich mich auf meine eigene kleine Insel zurück – das ist Dutchland.

Meine Zeit bei EMI Music ging letztes Jahr zu Ende und ich konnte mich entscheiden in welche Richtung es gehen soll. Wollte ich mich wieder bei anderen Firmen vorstellen gehen? Ich konnte mir nicht vorstellen, dass Fremde mir musikalisch reinreden, weil der Markt es gerade so will.

Wie sehr bist du von deiner Heimat Holland beeinflusst?

Meine Umgebung sagt mir oft, dass ich die Lauteste von allen bin. Das zeige ich, indem ich sehr touchy bin mit den Leuten, sie also im Gespräch berühre. Das ist etwas sehr Holländisches. Ich habe einen kleinen Akzent, aber den empfinde ich gar nicht mehr so stark. Und in den letzten Jahren habe ich eine versteckte Sehnsucht nach Holland bei mir entdeckt. Ach ja, und ich liebe Pomes mit Erdnussauce!



Interview bei Mercier und Camier im Hamburger Literaturhaus: San Glaser und Redakteurin Anna-Maria-Koy.

Was magst du an Hamburg?

Ich habe einen Dackel. Mit dem gehe ich jeden Tag an die Alster. Manchmal auch nach St. Georg, das ich sehr liebe. Dann gehe ich ins Café Koppel, weil ich seit fast 4 Jahren vegan lebe. Ich mag auch das Elbgold in der Schanze sehr gerne. Hamburg ist grün und wie ein Dorf. Was mag ich eigentlich nicht an Hamburg? (lacht)

Was ist dein musikalischer Stil?

Meine ersten beiden Alben waren jazziger als dieses Album. Ich finde es immer schwierig meinen Stil

zu beschreiben. Wenn man mich fragen würde: Was machst du denn? Würde ich antworten: Musik, Songs. Eine Mischung aus Singer-Songwriter, Jazz, Soul und Country. Es gibt auf jeden Fall ein Publikum dafür! Alle Leute, die ich mit meiner Musik erreiche.

Wie wichtig sind Social media für Künstler heutzutage?

Ich habe einen Twitter und Instagram-Account und eine Facebook-Seite. Man kann als Künstler die Leute einfach ganz toll erreichen. Ich habe aber auch nicht jeden Tag das Bedürfnis online zu sein. Wenn es Etwas zu berichten gibt bin ich total gespannt, wie das so ankommt. Ich denke aber auch, dass es noch ohne Social media gehen würde. Jeder geht da seinen Weg.

Anna-Maria Koy

Das Album
„Beautiful Strangers“
von San Glaser ist Mitte
September bei Dutchland
erschieden. Alle Informationen
zu Person und Musik gibt es
unter www.sanglaser.com.

Möchte nicht,
dass ihr jemand
reinredet: San
Glaser hat vor
Kurzem mit
'Dutchland'
ihr eigenes
Plattenlabel
gegründet.

Es ist *JULI!*

Mit rund 1,5 Millionen verkauften Tonträgern ist **Juli** eine der erfolgreichsten deutschen Bands der letzten zehn Jahre. Ihre mit Gold- und Platin ausgezeichneten Alben und Hitsingles wie „Perfekte Welle“, „Geile Zeit“, „Dieses Leben“ und „Elektrisches Gefühl“ sprechen für sich. Doch mit Verkaufserfolgen haben sich Eva Briegel, Simon Triebel, Jonas Pfetzing, Andreas „Dedi“ Herde und Marcel Römer noch nie zufrieden gegeben, geschweige denn, sich darüber definiert.

Zehn Jahre nach dem Debüt folgt nun „Insel“. Das neue Album sollte vor allem eines sein — so sehr Juli wie irgend möglich. Spielerische Leichtigkeit und elektronische Elemente schaffen eine hypnotische, kraftvolle Stimmung, die wunderbar mit Evas weicher Stimmfarbe harmoniert. Von leichtfüßigen, tanzbaren Wohlfühl-Nummern bis zu leichten Balladen bietet diese Platte alles, was man an Juli lieben gelernt hat.

Mehr Infos zur Band, der aktuellen Single und den neuesten Tourdaten gibt es auf ihrer Website: www.juli.tv!



Juli: „Insel“ (Universal). Ab 3.10.2014.



Violine mal anders

Die amerikanische **Violinistin und Komponistin Lindsey Stirling** fing schon im Alter von sechs Jahren an sich an der Geige auszuprobieren. Wer hätte gedacht, dass die Künstlerin mit 27 Jahren ein Weltstar ist? Interessant: Bei ihrem Spiel bezieht sie die verschiedensten Musikstile mit ein. So verbindet die Amerikanerin ihre Hits schon mal mit Country, Hip Hop und Dubstep.

Lindsey Stirling Tour 2014. 10. Oktober, 19 Uhr in der Alsterdorfer Sporthalle. Infos und Tickets unter www.lindseystirling.com/tour!

Macht die Geige wieder hip: Lindsey Stirling.

In dem aktuellen Album **„Shatter me“** zeigt die Musikerin, wie gut sich Klassik mit Pop und Rock verbinden lässt.



Foto: Sven Sindt

Foto: Eric Ryan Anderson / Universal Music



Foto: Universal Music



Fantasy -Songs

Das Album
ist teilweise auf
Elbisch gesungen!

Senta-Sofia Delliponti
beeindruckt mit ihrer
Graziösität und ihren
Ethno-Pop-Sounds

Unter dem Namen „Oonagh“ zeigt **Castingshow-Finalistin Senta-Sofia Delliponti** eine völlig neue Seite an sich. Neben der Schauspielkunst widmet sie sich seit einer Weile wieder dem Gesang und beeindruckt mit einer neuen Musikrichtung. Auf ihrem aktuellen, nach ihr benannten Album singt sie Lieder in einer Mischung aus Elektro, Folk und Weltmusik. Die Stücke singt sie auf Deutsch und Elbisch, einer Kunstsprache, die von J. R. R. Tolkien für seine Herr-der-Ringe-Bücher entwickelt wurde. Ein spannendes Experiment, für das sie in diesem Jahr für den Echo nominiert wurde.

Oonagh – eine traumhafte musikalische Reise. 18. Oktober, 20 Uhr im Congress Centrum. Infos und Tickets über www.universal-music.de/oonagh/

Dauer- brennerin

Die internationale **Pop-Ikone Kylie Minogue** hält sich seit 1986 regelmäßig in den Charts und beeindruckt immer noch mit tollen Songs. Angefangen mit dem Hit „I Should Be So Lucky“ (1988) verzeichnet die Solo-Künstlerin nun schon ihr zwölftes Album. „**Kiss Me Once**“ heißt die aktuelle LP. Diese und viele bekannte Hits spielt sie auf ihrer aktuellen Tour, die im Herbst auch in Hamburg halt macht!

Kylie Minogue: Kiss Me Once Tour 2014. 28. Oktober, 19.30 Uhr in der o2 World Hamburg. Mehr Info und Tickets gibt's auf www.kylie.com/live/



Der Song „I Was Gonna Cancel“ stammt von ihrem mittlerweile zwölften Album.



Foto: William Baker/Warner Music

Bekannt wurde die Australierin Kylie Minogue schon mit 18 und kann mit 46 Jahren immer noch musikalisch überzeugen.



Foto: Justin Tyler Close/Warner Music

Lykke Li beweist nun schon mit ihrem dritten Album „I Never Learn“ ihr musikalisches Können



LYKKE LI
SOMMER

Gelungene Mischung

Der Song „Gunshot“ ist einer der neuen Titel des aktuellen Albums.

Bekannt wurde die **schwedische Schönheit Lykke Li** mit „I Follow Rivers“ (2011). Mittlerweile hat sich die 28-Jährige einen Namen in der Musikbranche gemacht und überzeugt mit weiteren Hits. Ihre Mischung aus Pop, Elektro und Alternativrock bezieht Synthesizer wie auch klassische Instrumente wie Trompeten, Violinen und Cellos mit ein. Ihr aktuelles Album „I Never Learn“ ist auch ihr ambitioniertestes. Es ist im Mai dieses Jahres zu begeisterten Kritiken erschienen.

Lykke Li Tour. 7. November, Große Freiheit 36. Info und Tickets unter www.lykkeli.com/tour/



Foto: © Ali Saleh Yavani

Familien-Geheimnis

Ihr Debüt „Soul Kitchen“, ein Prequel zu Fatih Akins gleichnamigem Film, war ein Bestseller. **Das aktuelle Buch von Jasmin Ramadan**, in diesem Frühjahr erschienen, ist drauf und dran, ein ähnlicher Erfolg zu werden. Es geht um Teresa Kugler, Schauspielerin und Gelegenheitsmodel, die von diffusen Neurosen geplagt wird. Ihr misanthropischer Bruder rät ihr, die Ursache herauszufinden. Und tatsächlich – alles deutet darauf hin, dass in der Vergangenheit ein dunkles Familiengeheimnis liegt. Jasmin Ramadan wurde 1974 geboren. Ihre Mutter ist Deutsche, ihr Vater Ägypter. Sie studierte Germanistik und Philosophie. 2006 erhielt sie den Hamburger Förderpreis für Literatur. Jasmin Ramadan lebt in Hamburg.

Die Hamburgerin veröffentlichte einige ihrer Texte auch auf ihrer Website: www.jasminramadan.de



Jasmin Ramadan: „**Kapitalismus und Hautkrankheiten**“. Klett-Cotta, 218 Seiten, 18,95 Euro.

Windpocken-Dilemma

Eigentlich war die Hamburger **Autorin, Illustratorin und Performance-Künstlerin Karen Köhler** geladen, beim Ingeborg-Bachmann-Preis zu lesen. Eigentlich wollte sie auch. Doch dann kamen die Windpocken dazwischen. Wegen dieser Krankheit konnte die Autorin an der Lesung nicht teilnehmen – eine Video-Schleife wurde ihr nicht gestattet. Der Fall sorgte für Aufsehen; in Klagenfurt wurde sogar eine Solidaritäts-Lesung unter dem Titel „Gegen Windpocken – für Raketen“ veranstaltet. Das Buch „Wir haben Raketen geangelt“, das im August erschienen ist, enthält Kurzgeschichten, in denen es, getragen von einer fröhlichen Melancholie ums Überleben, den Tod, die Vergangenheit und Zukunft geht.

Karen Köhler: „**Wir haben Raketen geangelt**“. Hanser Verlag, 240 Seiten, 19,90 Euro.



Mittlerweile gesundet: Karen Köhler konnte aus Krankheitsgründen nicht beim Bachmann-Preis dabei sein.

Foto: Julia Klug



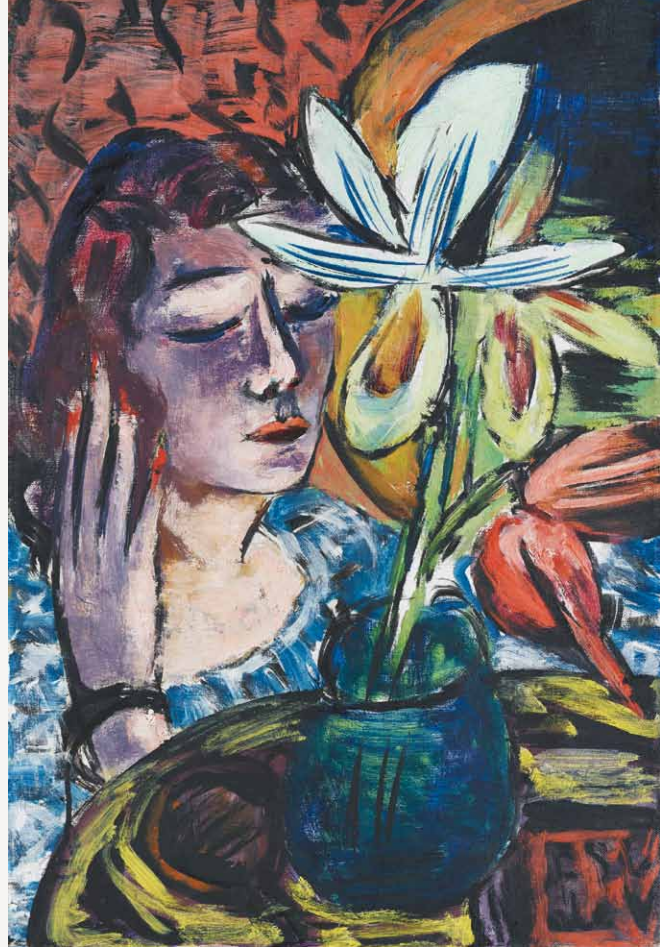


Photo: Peter Schädlichli, Zürich, © VG Bild-Kunst, Bonn 2014

Künstlerische Ansichten

Noch bis zum 18. Januar 2015 gibt es in der Kunsthalle eine Ausstellung von **Max Beckmanns Stilleben** zu sehen. Eine solche Schau hat es bisher weder in Deutschland, noch im Ausland gegeben. Anhand der Stilleben, die Beckmann über seine gesamte Karriere hinweg anfertigte, lassen sich sein Leben und seine Schaffensphasen rekonstruieren. Er bildete Objekte aus seiner privaten Umgebung ab – einige von ihnen sind auch im Original in der Ausstellung zu sehen. So kann der Besucher selbst vergleichen und erkennen, wo bei Max Beckmann die bloße Abbildung der Realität aufhört und vielleicht die eine oder andere neue Ebene hineinspielt.



Max Beckmann: Die Stilleben. Hamburger Kunsthalle, Glocken-gießerwall. Mehr Infos auf www.hamburger-kunsthalle.de!



Bilder: © VG Bild-Kunst, Bonn 2014

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



Andrea Dieckmann (Stiftung Mittagskinder) mit Sabine Schwitters (Einrichtungshaus Bornhold, r.)



Nicole Unger (NCU), Kirsten Dahler (Dahler&Company), Iwona Fejzer und Caroline Freisfeld (Juwelier Brahmfeld & Gutruf, v.l.)



Andrea Brodtmann mit Helena Reich (r.)



Heike Fischer (Dovima), Kristina Picht, (Dolce & Gabbana) und Gastredner Paul Sahner mit Gastgeberin und VdU-Vorsitzender Kristina Tröger (v.l.)

Fotos: Ulrich Tröger

SOMMERTALK

Der Verband deutscher Unternehmerinnen in Hamburg lud zum traditionellen Sommeressen an die Außenalster – und die Sonne, sowie zahlreiche Gäste und Unternehmerinnen kamen. Stargast des Abends war Paul Sahner, seit 15 Jahren Mitglied der Chefredaktion bei Bunte, außerdem Fernsehmoderator und Buchautor, der nach dem Aperitif die Gäste mit spannenden Geschichten aus seinem Leben unterhielt. Organisiert hat den Abend die Vorsitzende des Verbands Kristina Tröger, die nicht mit einem so hohen Aufkommen an interessierten Gästen zur Ferienzeit gerechnet hatte. Fast 100 Mitglieder hatten sich im Restaurant Portonovo an der Alster eingefunden. Ein unterhaltsamer Abend, der sich durch angeregte Gespräche und einen passionierten Redner bis in den späten Abend zog.



Dieline Santer und Franziska Hirsch (r.)



Steuermann und Regattacrack Florian Spalteholz mit Ryan, Samra und Amadeus



Herzpiraten-Gründer: Nova Meierhenrich und Malte Kamrath

Slvia Paulipsum (Kinderherz) und Dr. Jörg Sachweh (UKE)

HERZPIRATEN

Die Schauspielerin und Moderatorin Nova Meierhenrich und der Top-Segler Malte Kamrath haben die Initiative HerzPiraten ins Leben gerufen. Deren erste Aktion war ein Segeltag für 12 Kinder mit angeborenem Herzfehler. Auf drei J22 – 6,86 m lange Kielboote – starteten je vier Kinder mit einem erfahrenen Steuermann zu einer kleinen Regatta mit anschließender Siegerehrung und Grillen im NRV. „Es war der Auftakt einer ganzen Reihe von Aktionen und Veranstaltungen“, sagt Nova Meierhenrich, „wir möchten damit die Stiftung KinderHerz bei ihrer Arbeit unterstützen, aber auch etwas für die Seele der Kinder tun.“ Infos: www.stiftung-kinderherz.de

Impressum

Verleger: Wolfgang E. Buss (v.i.S.d.P.)

Chefredakteur: Kai Wehl **Stellv. Chefredakteurin:** Christiane Kaufholt **Redaktion:** Daniel Johnson, Anna-Maria Koy, Christian Luscher, Nicola Sieverling, Julia Ulbrich
Chefgrafiker: René Kriese **Grafik:** Juliane Duczmal, David Nagel, Luka Plepp, Niklas Brüning **Titelgestaltung:** René Kriese
Produktion/Anz.-Disponentin: Carmen Garrot, Birgit Schumann **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-Sharepoints für Sie bereit.

© 2014 Magazin Verlag Hamburg.



Moderatorin Susann Stahnke (l.), Tafel-Gründerin Annemarie Dose mit Leyla und Jaffar Saidolzakerin (Se7ven Oceans)

CHARITYKÜCHE

Anlässlich des 20-jährigen Geburtstags der Hamburger Tafel hatte sich die Europapassage eine besondere Spendenaktion erdacht. Zehn Tage lang kochten Spitzenköche zugunsten der Initiative, denn die gesamten Einnahmen aus dem Verkauf der Gerichte gingen zu 100% an die Tafel (Ergebnis nach Redaktionsschluss). Auftakt der Aktion bildete ein VIP-Kochen mit 6 Hamburger Spitzenköchen (siehe Foto unten). Es gab 3 Gänge mit jeweils 2 Gerichten. Ein Gedicht! Durch den Abend führte Moderatorin Bettina Tietjen, die den Köchen so manchen Tipp entlockte. Anschließend gab es eine Afterkochparty im Se7ven Oceans, wo der Abend bei DJ-Klängen entspannt endete. (Auf S. 26 gibt es dazu ein Interview mit A. Dose)



Revolverheld Johannes Strate mit Freundin und Schauspielerin Anna Wolfers



Almuth und Bernd Wehmeyer, HSV-Manager



Thomas Martin (Louis C. Jacob), Frank Bertram (Slowman), Heinz O. Wehmann (Landhaus Scherrer), Thomas Fischer (Die Bank), Nils Egtermeyer (Jellyfish) und Michel Rinkert (Carls, v.l.)



Moderatorin Bettina Tietjen und Koch Thomas Martin

Fotos: Kai Wehl

ANZEIGEN-SPEZIAL

Gesunder Körper durch einen gesunden Darm



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

In der Behandlung von chronischen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Reizdarmsyndrom, Heuschnupfen, Allergien und

Adipositas u.v.m. kommt oftmals die diagnostische Bedeutung einer gesunden Darmflora zu kurz. Komplementärmedizinisch spielt die mikrobiologische Analyse des Darms eine große Rolle.

Westlich gesehen müssen Patienten, die z.B. an einem Asthma, einem Reizdarmsyndrom, Depressionen oder Neurodermitis leiden, zu vier verschiedenen Fachärzten gehen. In der Traditionellen Chinesischen Medizin lassen sich alle diese Symptome über die Behandlung des Funktionskreises Lunge durch Akupunktur, chinesische Kräutermedizin und die Einhaltung von chinesischen diätetischen Maßnahmen lindern. Das trifft auch auf

die chronische Sinusitis, Heuschnupfen und weitere Hauterkrankungen, aber auch auf Darmerkrankungen wie Colitis ulcerosa und Morbus Crohn zu. Die Darmflora ist verantwortlich für viele Stoffwechselprozesse wie Vitaminproduktion, Immunmodulation und Nahrungsaufspaltung. Sie ist gegen eine falsche Ernährungsweise, Stress, hormonelle Faktoren und Nebenwirkungen von Medikamenten sehr sensibel. Im Gesamtportfolio einer ganzheitlichen Medizin darf also die mikrobiologische Diagnos-



tik des Darmmillieus nicht fehlen. Hier ergeben sich viele therapeutische Möglichkeiten, die dann auch in eine traditionell chinesische Therapie chronischer Erkrankungen einfließen sollten.

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



Designer André Borchers



Wettbewerb-Schirmherrin Edda Darboven



Model Petra van Bremen und Medien-Experte Jo Groebel mit seiner Lebensgefährtin Grit Weiß



Tagesschau-Legende Dagmar Berghoff und Enno Freiherr von Ruffin

HUTPARADE

Auch in diesem Jahr gab es beim „IDEE 145. Deutschen Derby“ wieder extravaganten Kopfschmuck zu bestaunen, der in stilvollem Ambiente ausgezeichnet wurde. So fand traditionell unter der Schirmherrschaft von Edda Darboven in der „Pik-König-Lounge“ der beliebte Hut-Wettbewerb statt. Eine prominent besetzte Jury, in der u. a. Designer André Borchers saß, prämierte die schönsten und kreativsten Hutkreationen der geladenen Persönlichkeiten aus Gesellschaft, Politik, Sport, Kultur und Medien.



Unternehmer-Paar Katharina und Manfred Baumann



Silke Lange, Bürgermeister a.D. Ole von Beust, Designerin und Co-Gastgeberin Nicola Eibich und Verleger Wolfgang E. Buss (v.l.)



Schauspielerkollegen: Anja Kling und Sven Martinek

JEANSTALK

Kreatives „Denim Barbecue“ lautete das Thema des Abends, das prominente Gäste anzog. Im doppelten Sinne. Die Jeansmarke „Colorado Denim“ feierte auf eigener Dachterrasse ihres Showrooms eine neu geschlossene Kooperation mit der Hamburger Premium-Jeansmarke „Blessed & Cursed“. Im Rahmen der Kooperation übernimmt Nicola Eibich neben ihrer Verantwortung als Creative Director von „Blessed & Cursed“ das Brand Management. Auf dem Event präsentiert sich die Band „One Mans Treasure“ mit einer Live-Performance und spielte Songs aus ihrem aktuellen Album sowie ihren neuen Hit „Back to L.A.“, der Ende Juli erstmalig im ZDF-Fernsehgarten vorgestellt wurde.



Rettungsflieger Oliver Hoerner mit Frau Alexandra



Eva und Dirk Gonse



Daniel Riedo, Ralf Block, Gastgeberin Simone Bruns und Klaus Ritzenhöfer (v.l.)



Sven und Dorothee Ingwersen

BENEFIZAUKTION

Eine Kunstauktion von Simone Bruns in der Hamburger Hauptkirche Sankt Petri Anfang des Monats hat einen Erlös von über 65.000 Euro zugunsten der Welthungerhilfe erbracht. In der vollbesetzten Kirche kamen über 40 Kunstwerke namhafter Fotografen unter den Hammer. Unter den über 600 Gästen waren auch zahlreiche Prominente, darunter Michael und Nora Rosenblat, Architekt André Portiers und Soul-Sängerin Love Newkirk, die den Abend moderierte und musikalisch begleitete.

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

NEU ab 19. September 2014:
RINDCHEN'S WEINKONTOR Eimsbüttel
Stellinger Weg 26 (vormals
Fischhandlung Schlüter)

Kontor EPPENDORF Christoph-Probst-Weg 3 · Kontor UHLENHORST Hofweg 62
Kontor GROSS FLOTTBEK Osdorfer Landstraße 33 · Kontor SASSEL 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

Das Erfolgsgeheimnis der Promis!

- ✓ 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 City, Di 30.09., 19.00 Uhr,

MeridianSpa Wandsbek, Do 02.10., 19.00 Uhr

MeridianSpa Alstertal, Di 21.10., 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.