

uniscene

DEINE STADT. DEIN LIFESTYLE. DEIN MAGAZIN.
GÜLTIG 1.2.-31.3.

PLASTIC SUCKS!

KULT-KOLLEKTION VON MOJO

Das Schanzen-Label designt
Streetwear mit Erika's Eck

DIE QUAL DER KARRIEREWahl

So trifft ihr in Sachen Job und Uni
immer die „richtige“ Entscheidung

Schluss mit dem Müll-Wahnsinn:
Wie **HAMBURGS UMWELT-RETTER**
mit smarten Produkten und
kreativen Aktionen unseren Alltag
NACHHALTIGER machen



POP-UP- LOCATIONS

Die neusten Galerie-
und Food-Spaces

INDIE-ROCK- BAND LEONIDEN

Interview mit den norddeutschen
#risingmusicstars aus Kiel

MACH, WAS WIRKLICH ZÄHLT.



#ARZT

FOLGE DEINER BERUFUNG.

[bundeswehrkarriere.de](https://www.bundeswehrkarriere.de)



Bundeswehr



Liebe Leser,

für das neue Jahr habe ich mir fest vorgenommen, (noch) weniger Müll zu produzieren und auf plastikfreie Alternativen zu achten. Ihr vielleicht auch? Perfekt! Passend dazu zeigen wir in unserem Titelthema, wie uns das im Alltag, unterwegs, im Badezimmer gelingt und welche Hamburger unsere Umwelt mit ihren innovativen Ideen „retten“. Außerdem haben wir in dieser Ausgabe wie immer alles zu den wichtigsten Trend-Themen der Stadt zusammengestellt und verraten euch die neusten In-Locations sowie Fashion-Insides. Viel Spaß beim Lesen!

Lesley-Ann Jahn



Ihr habt Fragen, Anregungen oder Kritik? Schreibt uns!

jahn@uniscene.de

Seite 36



Fotos: privat (2), Hirsch (1), Mojo (1), Probst (1), asife/shutterstock.com (1)



Impressum

Redaktion uniscene
Gertrudenkirchhof 10
D-20095 Hamburg

Verlag hey+hoffmann verlag
GmbH & Co. KG,
W: hey-hoffmann.de

Redaktion T: 040.3742360-0,
F: -20, redaktion@uniscene.de

Herausgeber Kai Hoffmann,
Jan-Hinrich Hey

Chefredaktion Kai Hoffmann
(V.i.S.d.P.), Lesley-Ann Jahn (CvD)

Texte+Fotos Laura Bähr, Helen
von Daacke, Marlina Gaul,
Constantin Jacob, Lesley-Ann
Jahn, Cara Padeiro, Kristina
Regentrop, Jennifer von Wiegen

Art Direction+Layout Ute Knappe
Cover-Grafik Ute Knappe,
Plotnikova Tatiana/shutterstock.com

Anzeigen Jan-Hinrich Hey
(verantwortl.),
T: 040.3742360-0,
M: media@hey-hoffmann.de

Vertrieb Annika Kunkic, René
Meusel, Isabelle Porter

Druck Dierichs Druck+Media,
Kassel

Haftungsausschluss Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung. Bei der Teilnahme an Gewinnspielen ist der Rechtsweg grundsätzlich ausgeschlossen. Persönliche Daten im Rahmen von Gewinnspielen werden zwar gespeichert, jedoch nicht an Dritte weitergegeben oder außerhalb der Gewinnspielabwicklung verwandt.

PLASTIC SUCKS!

Seite 10

Recyclbare Verpackungsalternativen, nachhaltige Hygieneartikel und neue Wasser-Refill-Stationen: Wir zeigen **Hamburger Visionäre**, die dem Plastikmüll mit ihren Ideen und Start-ups den Kampf ansagen.



Kreative Pop-Ups

Von Ausstellung bis Food-Highlight: In diesen Pop-Up-Locations könnt ihr euch vom ständig wechselnden Programm überraschen lassen – oder selber ein Space eröffnen!

Seite 14

Streetwear aus der Schanze

Neben den normalen Kollektionen bringt MOJO-Gründer André immer wieder starke Kollaborationen raus – wie zuletzt mit dem Kult-Imbiss Erika's Eck. Wir haben ihn in seinem Shop-Atelier getroffen und verraten mehr über das Label und die Pläne für 2019.

Entscheidung macht den Meister

Seite 28

Überfordert euch auch ständig die Qual der Wahl? Schluss damit! Unsere Autorin Laura hat mithilfe von Experten aus Hamburg Tipps zusammengestellt, mit denen ihr ab sofort immer die „richtige“ Entscheidung trefft.



Kieler Band Leoniden

Mit ihrem zweiten Album sind die fünf Jungs „the next big thing“ des deutschen Indie-Rocks. Uns haben **Leadsänger Jakob** sowie **Gitarrist Lennart** alles über die neue Platte und ihre Deutschlandtour verraten.

Seite 42



#SKATEBOARDING BUDDIES



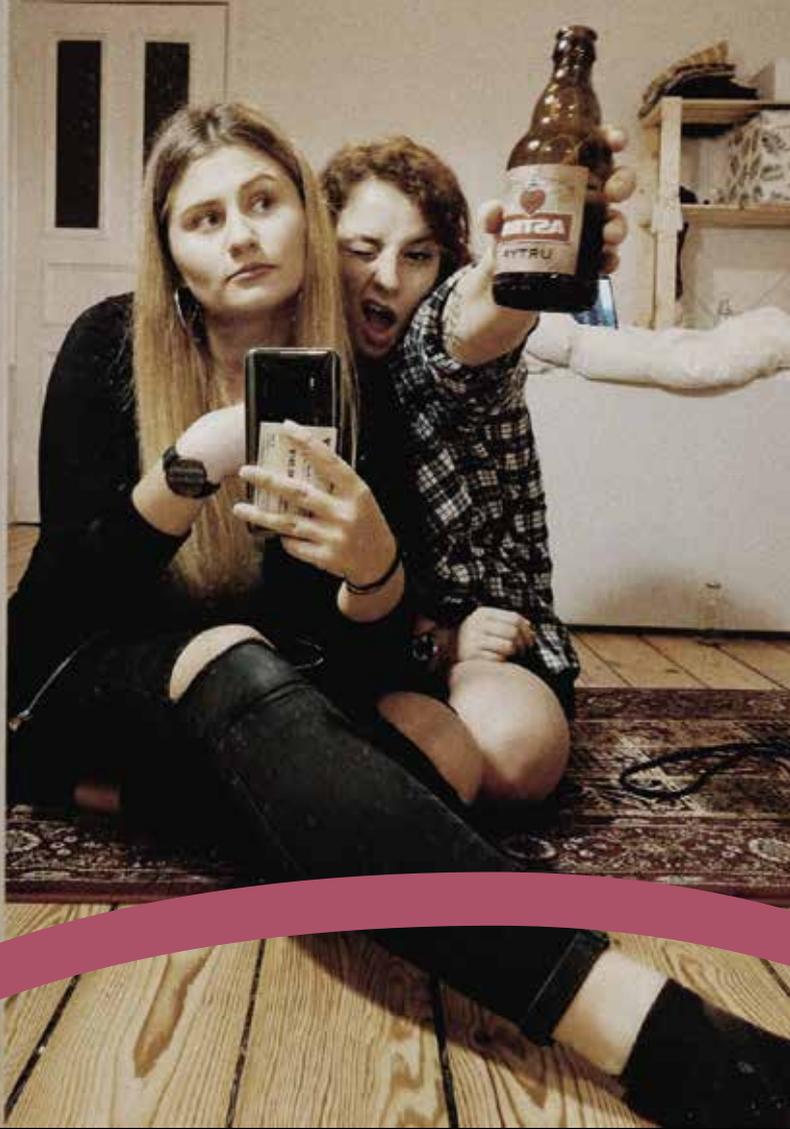
@CASSARA_
OFFICIAL

Cristian Cassara
/w Jackrussell Picasso

 Bahrenfeld

#NOTSPONSORED

uniscene



@CHULIA
BISCHOFF

Julia Bischoff

#justthirsty

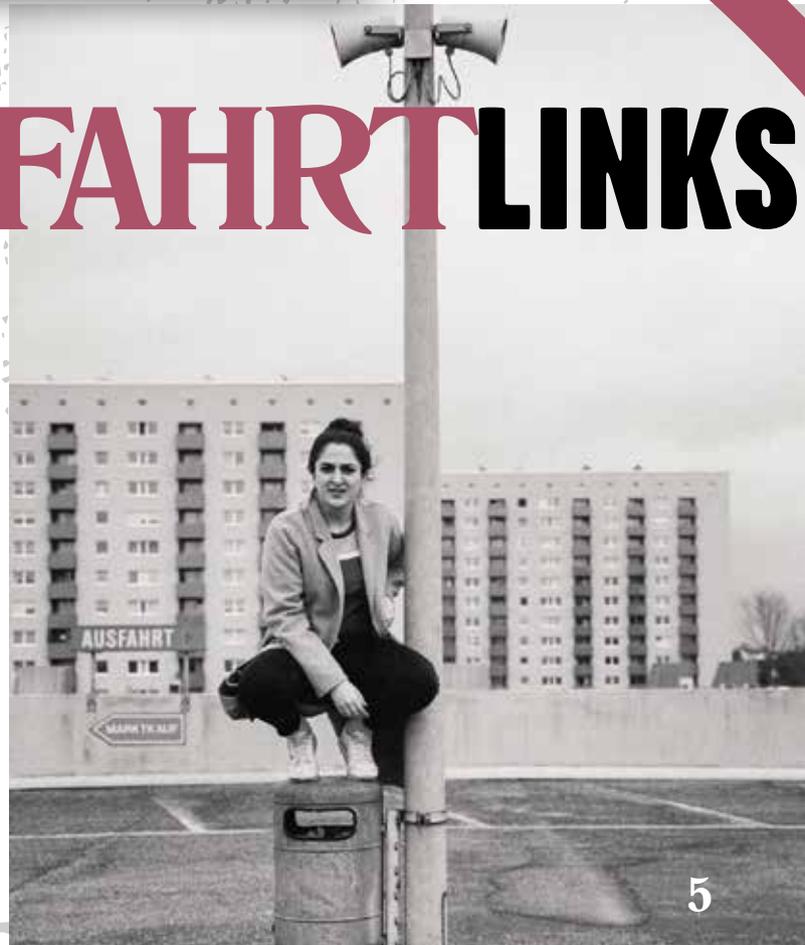
#AUSFAHRTLINKS



@RANAFARAHANI_

Foto: @katekuklinski

📍 Wilhelmsburg





Schon bevor es endlich wieder mit der Festival-Saison losgeht, könnt ihr Tereza live hören: Am 9. FEBRUAR spielt sie im DONNER! Alle Infos dazu findet ihr auf Seite 20 in dieser Ausgabe.

#FESTIVALSEASON THROWBACK



@TEREZA_WATERS

Foto: Jim Gramming

MS Dockville

#SWEET LIKE CANDY

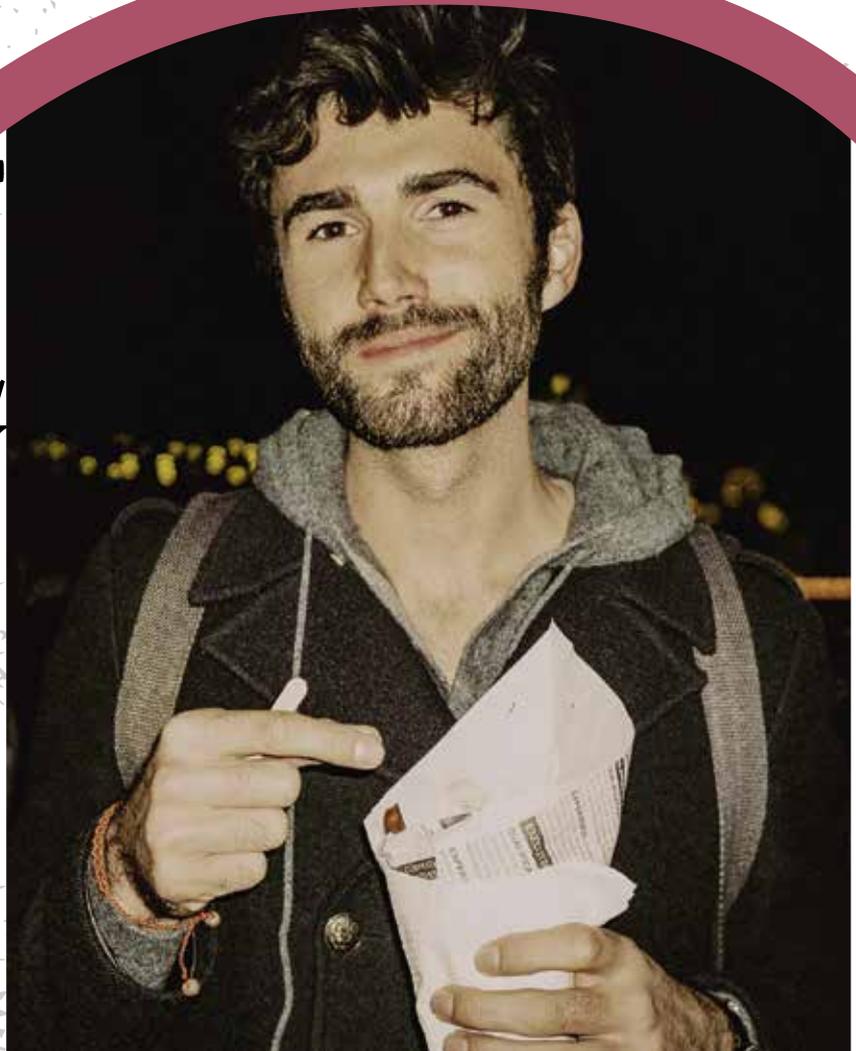


@LUKAS_HOF

Lukas Hoffman

Foto: @s.ballone.photography

Hamburger Weihnachtsmarkt



#SEARCHING THE SUN



@NORAFABIAN

Nora Fabian

📍 Stemschanze





@LAURAVIETZEN

Laura Vietzen

Niendorf

uniscene #MOMENTS



Ihr wollt in die UNISCENE? Kein Problem! Wir sind immer auf der Suche nach tollen Fotos aus der Stadt, der Uni oder dem Leben in Hamburg! Taggt einfach eure Insta-Bilder mit #uniscene.

MOMENTS



#ALCOSY EVERYTHING

#DONTBE APRICK



@ONASLOWBOAT
TOCHINA

Melina Jansch

Foto: @caro_etr_

📍 Dove Elbe

PLASTIC SUCKS!

Hamburgs
Umwelt-Retter

Während wir uns früher kaum Gedanken um **MÜLLTRENNUNG** oder **RESSOURCENSCHONUNG** gemacht haben, denken wir heute zum Glück immer „grüner“. Auch viele **START-UPS** setzen verstärkt auf **INNOVATIVE PRODUKTE** und Aktionen, die zum Umweltschutz beitragen. Wir zeigen euch die **SMARTESTEN IDEEN** aus Hamburg – und wie ihr damit ganz easy im Alltag euren Teil zum **UMWELTSCHUTZ** beitragen könnt.

Text: Kristina Regentrop



Refill Aktion von Gründerin Stephanie: Blaue Sticker kennzeichnen Restaurants, Cafés und Läden, die eure Trinkflasche kostenlos mit Wasser füllen.

L

aut WWF produzieren wir weltweit jährlich fast 335 Millionen Tonnen Kunststoff. Davon landen circa acht Millionen Tonnen in unseren Ozeanen – umgerechnet etwa eine LKW-Ladung pro Minute. Es war also bereits allerhöchste Zeit, dass das EU-Parlament Ende 2018 ein Plastikverbot für Einwegprodukte wie Strohhalm, Teller oder Wattestäbchen verabschiedet hat.

Das tritt allerdings erst 2021 in Kraft.

Die Plastikabfall-Flut möchte auch Stephanie Wiermann eindämmen. Sie gründete 2017 deshalb die ehrenamtliche Initiative Refill Hamburg. Der Gedanke dahinter: Läden, Cafés, Bars, Restaurants und Haspa-Filialen sollen Leitungswasser anbieten, das kostenlos in mitgebrachte Flaschen abgefüllt wird.

„Unsere Vision ist es, dass Plastikflaschen irgendwann überflüssig werden“, erzählt Stephanie. Blaue Sticker an Schaufenstern kennzeichnen die teilnehmenden Stationen und machen auf die Aktion aufmerksam.

Um eine Refill-Location zu werden, müssen Café- oder Restaurant-Besitzer die Aufkleber einfach ausdrucken oder in einer der Abholstationen, wie bei Twelve Monkeys auf St. Pauli oder Stückgut-Unverpackt einkaufen

1,8 MIO.

Einweg-Plastikflaschen
verbrauchen wir Deutschen –
stündlich!

ebenfalls in St.Pauli und in Ottensen, mitnehmen und gut sichtbar anbringen. Danach ein kurzes Kontaktformular ausfüllen und fertig. Nach circa zwei Jahren ist Refill bereits rasant gewachsen. Allein in Hamburg gibt es 153 Stationen, deutschlandweit sind es circa 3.400 - Tendenz weiter steigend. „Ich werde quasi überrollt. Refill wird mehr und mehr zu einem zweiten Vollzeitjob für mich. Daher plane ich einen Verein zu gründen“, erklärt Stephanie, die hauptberuflich Webdesignerin und Grafikerin ist. „Einige Stationen werden richtig gut angenommen, andere wiederum kaum genutzt. Das muss besser werden. Aber Veränderungen brauchen eben ihre Zeit.“ Auf der Refill-Webseite findet ihr alle Stationen, die ihr ansteuern könnt. Unter anderem sind sämtliche Hamburger Starbucks-Filialen, Krögers kleine Schwester in Altona oder das Café Unter den Linden in der Schanze dabei. Also gibt es ab sofort wirklich keine Notwendigkeit mehr, unterwegs eine Plastikflasche Wasser zu kaufen!

Ciao Verpackungsmüll!

Und warum überhaupt noch Plastik produzieren? Dass es auch komplett ohne geht, zeigt das Unternehmen Bio-Lutions aus Winterhude. Gründer und Industriedesigner Eduardo Gordillo hat eine umweltfreundlichere Alternative zu Plastik entwickelt, die aus Agrarabfällen gewonnen wird, biologisch abbaubar und recyclebar ist. Auf die Idee kam der gebürtige Kolumbianer während seines Hausbaus, als er sich intensiv mit den Themen Energie und Ökologie auseinandersetzte. Für die Produktion seiner Verpackungsalternative werden zunächst Abfälle gesammelt, gewaschen und konserviert, um sie zu einem späteren Zeitpunkt wiederzuverwenden. Anschließend werden sie ohne Chemikalien und mit wenig Wasser- und Energieverbrauch in aneinanderhaftende Fasern umgewandelt, die in Form gepresst und zu Einwegtellern oder Obst- und Gemüseverpackungen verarbeitet werden.

Derzeit stellt Bio-Lutions im indischen Bangalore nachhaltiges Einweggeschirr aus Zuckerrohrblättern und Bananenstämmen her. Denn bislang ist Indiens Abfallwirtschaft katastrophal. Der Müll wird nicht ordnungsgemäß recycelt und landet stattdessen in der Natur. „Die Produktion erfolgt vor Ort, genutzt werden regionale Ressourcen. Somit sparen wir Transportkosten und vermeiden Luftverschmutzung“, so Eduardo. Für ihn war es auch entscheidend, dass seine Produkte nicht teurer als herkömmliche Plastikprodukte sein dürfen, um wettbewerbsfähig zu sein. Dieses Jahr will der Unternehmer expandieren. Ein Standort wird derzeit in Schwedt in Brandenburg aufgebaut. Ein weiterer in Thailand soll folgen. Hier in Deutschland würden wir so bald wie möglich zum Beispiel Tomatenpflanzen für Tomatenverpackungen nutzen. Dieses Verfahren nennt sich Repacking“, erklärt Eduardo. „Die Pflanzen werden jährlich ausgerissen und derzeit kostenpflichtig von den Anbauern entsorgt. Unser mittelfristiges Ziel ist, in den nächsten fünf Jahren in 40 Ländern vertreten zu sein.“

Quellen Zahlen Seite 11: Deutsche Umwelthilfe, Umwelt Bundesamt; Fotos: Refill (1), Büttner (1), asife/shutterstock.com (1)

Mehr als
18
Mio. Tonnen
Verpackungs-
abfall produzieren
wir Deutschen
jährlich.



121

Liter Wasser am Tag gehen pro Person in Deutschland fürs Duschen, die Toilettenspülung und den Geschirrabwasch etc. drauf.

„Zu Beginn gab es viele **SKEPTIKER**. Zum Glück spielt nachhaltiger Konsum heute aber eine immer **GRÖßERE ROLLE**.“



Die **HYDROPHIL** Gründer Wanja, Sebastian und Christoph bringen umweltfreundliche Produkte in euer Badezimmer.

Nachhaltigkeit im Badezimmer

Ein weiteres Start-up aus Hamburg, das sich dem Kampf gegen Kunststoff verschrieben hat, ist **HYDRO-**

PHIL. Die drei Gründer und Freunde Wanja Johannes Weskott, Sebastian Bensmann und Christoph Laudon stellen in Barmbek-Süd Hygieneprodukte aus nachwachsenden Rohstoffen her. Die Bambus-Zahnbürsten und -Wattestäbchen, Mundwasser und Seifen werden wasserschonend, vegan sowie fair hergestellt und kommen ohne chemische Zusatzstoffe aus. Alles



Die Alternative zu Plastikverpackungen von **Bio-Lutions** Gründer Eduardo wird aus Agrarabfällen gewonnen.



begann 2012 mit einem Blog, auf dem die Hamburger beispielsweise über einen Zero Waste-Selbstversuch oder innovative Lebensmittelproduktion schrieben. Ein Jahr später kamen die Drei während einer Fahrradtour auf die Idee, selber nachhaltige und wasserneutrale Produkte herzustellen. Mittlerweile sind die Produkte online erhältlich. Aber auch in Hamburger Locations wie dem Saltwater Shop in St. Pauli, bei Stückgut-Unverpackt einkaufen in Ottensen und St. Pauli, Ohne Gedöns in Volksdorf, Monger in Hoheluft-Ost oder Mimulus in der Schanze könnt ihr den Stoff für euer Badezimmer bekommen. „Zu Beginn des Projekts hatten wir sehr viele Skeptiker“, erzählt Christoph, der gelernter Erzieher ist. „Wir wurden insbesondere vom konventionellen Handel nicht so richtig ernst genommen. Aber inzwischen hat sich das geändert, da nachhaltiger Konsum glücklicherweise eine immer größere Rolle spielt.“ Als kreativer Kopf ist Christoph hauptsächlich für die Entwicklung und Innovation hinter den Hygieneprodukten zuständig. Sebastian hat Sozialwesen studiert und ist als Gesellschafter für die Unternehmensentwicklung und das Innovationsmanagement verantwortlich. Diplomkaufmann Wanja checkt die Finanzen und managt den Bereich Ein- und Wiederverkauf. „Wir arbeiten täglich an der Verbesserung und Weiterentwicklung unserer Produkte und versuchen damit unserem Ziel eines nachhaltigen Vollsortiments für das wasserneutrale Badezimmer immer näher zu kommen“, so Christoph.

NACHHALTIG IM ALLTAG

So könnt ihr täglich etwas (mehr)
für die Umwelt tun!

UPCYCLING

Habt ihr euer WG-Zimmer und euren Kleiderschrank ent-rümpelt und wisst nicht wohin mit den alten Sachen? Dann schaut mal bei **NUTZMÜLL** in Altona, Wandsbek oder City vorbei. Der Verein upcycelt in liebevoller Arbeit alte Textilien, Fahrräder oder Computer und verkauft sie für kleines Geld an Hilfsbedürftige! Weitere Infos unter NUTZMUELL.DE

ZERO WASTE

Wenn ihr euer Leben müll- und verpackungsfreier gestalten möchtet, findet ihr hilfreiche Tipps und Inspirationen auf dem Hamburger Zero Waste-Blog **ALTERNULLTIV** der Freundinnen Erdmüthe Seth und Vanessa Riechmann. Die beiden Hamburgerinnen zeigen, wie bestimmte Produkte durch unverpackte Alternativen ersetzt werden können oder posten DIY-Rezepte für Deo und Zahnpasta. Weitere Infos unter ALTERNULLTIV.DE sowie bei Instagram [@ALTERNULLTIV](https://www.instagram.com/ALTERNULLTIV)

AUFRÄUM-AKTION UND PLOGGING

Vom 22. bis 31. März veranstaltet die Stadtreinigung die jährliche Aktion „**HAMBURG RÄUMT AUF**“. Hier könnt ihr euch mit Freunden zusammentun, ein Aufräum-Team bilden, ein Sammelgebiet sowie einen Termin festlegen und euch unter HAMBURG-RAEUMT-AUF.DE anmelden. Die Stadtreinigung versorgt euch dann für den Tag mit Handschuhen und Müllsäcken, die von euch gefüllt an einem vereinbarten Ort gebracht und von der Stadtreinigung entsorgt werden. Wer sich noch ein bisschen sportlicher betätigen möchte, kann **PLOGGING** – also Müllsammeln während des Joggens – ausprobieren! Ursprünglich kommt Plogging aus Schweden und leitet sich von „Plocka upp“ (dt.: aufheben oder aufräumen) ab.

SMARTPHONE-LÖSUNG

Der Verein Küste gegen Plastik aus St. Peter Ording setzt sich für den Schutz von Natur, Umwelt, Küste und Hochwasser sowie die Landschaftspflege ein. Über die vom Verein entwickelte **REPLACE-PLASTIC-APP** könnt ihr Herstellern mitteilen, dass ihr euch deren Verpackungen ohne Plastik wünscht. Einfach den Strichcode des jeweiligen Artikels scannen, euren Namen eingeben (dient der Verifizierung) und abschieken. Das Feedback wird vom Verein direkt an die Produzenten weitergeleitet. Weitere Mitmachevents wie Strandmüllsammelaktionen und Infos findet ihr unter KUESTE-GEGEN-PLASTIK.DE

Heute im Angebot: Zukunft!



Ein Berufseinstieg mit vielen Perspektiven:

Wir suchen für unseren Hauptverwaltungs- und Logistikstandort Neumünster Berufseinsteiger in den Bereichen IT, Marketing, Vertrieb, Personalwesen, Controlling, Einkauf und Immobilien.

Mach was aus dir! Wir bilden aus:

Kaufmann im Groß- und Außenhandel (m/w/d)
Informatikkaufmann (m/w/d)
Fachinformatiker für Systemintegration (m/w/d)
Handelsfachwirt IHK (m/w/d)
Bachelor of Arts (m/w/d)
Bachelor of Science (m/w/d)

Werde Teil des Teams!
Bewirb dich online auf unserer Homepage edeka-verbund.de/nord oder per E-Mail unter bewerbung.nord@edeka.de.



BESUCHEN ODER MIETEN:

Die coolsten Hamburger Pop-Up- Locations

Von bunten **AUSSTELLUNGSHIGHLIGHTS** bis zu **FRESHEN GAUMENFREUDEN** überraschen sie uns immer mit wechselndem Programm: Pop-Ups! Wir zeigen euch, durch welche neuen Galerien ihr unbedingt schlendern solltet, welche Leckerbissen ihr euch nicht entgehen lassen dürft und wer hinter den Eventflächen steckt. Und allen Kreativen unter euch verraten wir die **BESTEN MIET-LOCATIONS** für euer eigenes Pop-Up.

Text: Marlena Gaul

* * *

GASTRO-GALERIE

Ihr liebt es, Neues auf euren Tellern zu entdecken? Dann solltet ihr in der **COOK UP CULINARY GALLERY** vorbeischaun! Hier bietet Inhaber Lutz Bornhöft seit 2016 verschiedenen kulinarischen Projekten einen Raum. In der Location ist er allerdings schon weitaus länger: Bereits seit 2006 führte der gelernte Koch hier sein eigenes Restaurant – hatte dann aber Lust auf Abwechslung. Aus Salzburg und Köln kannte er bereits Pop-Up-Restaurants. Für Hamburg wollte er das Konzept aber noch verfeinern: „Ich sehe mich als Galerist, der Kochkonzepte ausstellt“, so Lutz. „Wir haben hier in den letzten zweieinhalb Jahren etwa dreißig verschiedene Konzepte beheimatet.“ Darunter waren beispielsweise die Betreiber von Leche de Tigre, der Pokerria und der Mexikostrasse. Das Ziel: Existenzgründern eine gastronomische Probestühne geben. Und auch soziale Projekte fanden in der Cook Up Gallery schon einen Raum. So gab es unter anderem eine Flüchtlingsküche und eine Aktion mit Obdachlosen, bei der 25 verschiedene Gastköche an 25 Tagen kochten. Bis Ende Februar tischt euch jetzt die Casita Oaxaca mexikanische Highlights auf. Vorbeischlemmen lohnt sich!

WO: Weidenallee 27 (Eimsbüttel)

INSTA: @cookup_culinarygallery @casitaoaxaca



FEBRUAR/MÄRZ 2019



KÜNSTLERISCHES MINI-SPACE

Im **ENFANTS ARTSPACE** – liebevoll auch kleinste Galerie Hamburgs genannt – kommen Kunst-Enthusiasten auf ihre Kosten. Vor drei Jahren hat Fotograf und Gestalter Rüdiger Beckmann zusammen mit seinen Freunden Steffen Müller und Alex Stotz die Eckgalerie in der Neustadt gegründet, um junger Kunst einen Raum zu geben. Kein Wunder, dass hier bereits Hochschulabsolventen der Fotografie, Illustration und Typographie zu den Ausstellern zählten. So begeisterte zum Beispiel eine Gruppenausstellung über „Food Transformations“ oder die Schau des Hamburger Illustrators Stefan Mosebach, der unter anderem für die Hamburg Media School und Lemonaid arbeitet. Aber auch die Gründer selbst verwirklichen sich im Enfants Artspace: Vom 22. Februar bis zum 3. März findet ihr eine Portraitausstellung passend zu Rüdigers zweitem Buch „Cyanotopia“. Der Release ist gleichzeitig auch die 3-Jahres-Feier des Artspace. Anschließend freuen wir uns auf die Ausstellung von Nadia Faichney im März, die an der HAW angewandte Illustration studiert hat. Auf der Galerie-Homepage und Facebook könnt ihr euch über das aktuelle Programm informieren.



FOTOGRAF, GESTALTER
UND ARTSPACE-
GRÜNDER RÜDIGER
BECKMANN

WO: Pilatuspool 19 (Neustadt)
ONLINE: enfants.de
INSTA: @enfantsartspace



TOP-ADRESSEN FÜR EUER POP-UP

Für alle: Online Suche

Ihr habt eine coole Idee und Bock auf eine eigene temporäre Location? Auf Seiten wie brickspaces.de und gopopup.com findet ihr den besten Platz für euch! Und das sogar deutschlandweit. Hier könnt ihr auch nach der Größe filtern und zwischen kleinen Showrooms und großen Spaces wählen.

Für Künstler

Dieser Space ist besonders für Kunst und Kreatives geeignet. Auf bis zu 55 Quadratmetern könnt ihr euch im **Projekttraum** in der Hamburger Neustadt einquartieren. Ob nur für ein paar Stunden oder ein Wochenprojekt: Für ein Kurzzeit-Pop-Up seid ihr hier an der richtigen Adresse! Die Location befindet sich im Erdgeschoss – gestaltet also ein kreatives Schaufenster und schon geht's los. Die Preise variieren je nach Mietdauer und -fläche. Für fünf Stunden zahlt ihr unter der Woche beispielsweise rund 140 Euro.

WO: Kohlhöfen 15 (Neustadt)
ONLINE: projekttraum.com

Für Fashionistas

Ihr wollt endlich eure eigenen Mode-Kreationen präsentieren? Dann ist diese Location perfekt für euch! Im **Pop Up Panther** stehen euch bis zu 32 Quadratmeter für etwa 500

Euro pro Woche zur Verfügung. In der lebendigen Marktstraße kommt ihr schnell an Kundschaft und könnt die Location euren Wünschen anpassen. Auch das Streichen der Wände oder Ähnliches ist nach Absprache mit den Vermietern möglich. Die sind übrigens mit ihrer eigenen Gastro-Location – dem Café Panther – eure direkten Nachbarn, sodass ihr immer einen Ansprechpartner vor Ort habt. Also ab mit euren Shirts und Skirts auf die Kleiderstange!

WO: Marktstr. 4 (Karviertel)
ONLINE: brickspaces.de/spaces/pop-up-panther

Für #coffeeaddicts

Habt ihr Bock in eurem eigenen Café alle Hamburger Koffein-Junkies zu beglücken? Dann traut euch und probiert euch in diesem **Space auf St. Pauli** aus! Dort, wo Luicella's im Sommer die Herzen von Eis-Liebhabern höherschlagen lässt, könnt ihr in den Wintermonaten nämlich euer eigenes Café einrichten. Für etwa 650 Euro pro Woche könnt ihr hier brühen, was das Zeug hält! Besonders gemütlich wirkt die Location durch ihren schicken Stuck. Die über vier Meter hohen Decken sorgen außerdem für freundliches Licht. Unweit der Reeperbahn ist hier also der perfekte Platz für euren temporären Wohlfühl-Spot!

WO: Detlev-Bremer-Str. 46 (St. Pauli)
ONLINE: brickspaces.de/spaces/cafe-stpauli



GALERIE-INHABER
KAI-OLAF UND
KATHARINA

KUNST TRIFFT MUSIK

Wer neben visuellen Highlights auch Beats und Co. genießen will, sollte in der **K-OZ GALERIE** vorbeischaun, denn hier schaffen Inhaber Kai-Olaf Zink und Katharina Boltz eine Symbiose aus verschiedenen Künsten. Seit rund zehn Jahren leben die beiden Hamburger auf St. Pauli. Jeder ist in ihrer Galerie willkommen und kann sich austoben. „Wir sind nicht die Kunsthalle und wir sind nicht leise. Wir sind frei“, so Kai-Olaf. Damit wollen sie vor allem junge Künstler ermutigen, den Schritt zur (ersten) eigenen Ausstellung zu wagen. Vom 15. Februar bis zum 2. März kommt ihr in der Galerie in einen Malerei-Genuss mit musikalischem Programm. Ab dem 8. März gibt's Urban Art. Neben verschiedensten Ausstellungen finden in der K-OZ Galerie immer wieder auch Jam Sessions, Konzerte, Lesungen und Filmvorführungen statt. Über aktuelle Veranstaltungen haltet ihr euch am besten über Facebook auf dem Laufenden.

WO: Beim Grünen Jäger 11-13 (St. Pauli)
ONLINE: fb.com/K.OZ.Galerie.Hamburg
INSTA: @kozgalerie



CHRISTOPHER UND
LIVIA SERVIEREN
EUCH TACOS VOM
FEINSTEN



MEXIKANISCHES FOOD-VERGNÜGEN

Foodies aufgepasst: In Hamburg hat ein neuer Taco-Himmel eröffnet. Und der heißt **TACOS HAPPN** und liegt im Karoviertel. Als Winter-Untermieter der Yomaro Frozen Yogurt Location versorgen euch hier Livia Skotnicki und Christopher DeSimone bis Ende Februar mit mexikanischen Taco-Kreationen. Seit ein- einhalb Jahren sind die beiden zusammen – von Anfang an hat sie vor allem eins verbunden: Der Wunsch nach einer eigenen Gastronomie. Christopher kommt ursprünglich aus Monterey in Kalifornien und hat ein Faible für #mexicanfood. Eine eigene Taco-Location war nach einigen Überlegungen der logische Schritt. „Außerdem will er die Deutschen endlich dazu bringen, scharf zu essen“, sagt Livia. Deshalb bekommt jede Salsa und Creme eine ordentliche Ladung Chili und auch das Popcorn zum Snacken ist scharf. Unser Must-Try: Der Mango-Ananas-Smoothie mit Chili. Den könnt ihr euch direkt im Menü zu euren Tacos bestellen. Menüs gibt's ab 7,70 Euro. Am besten testet ihr die jeweiligen Tacos der Woche wie den Smokey Rose mit schwarzen Bohnen, rauchigem Kartoffelbrei, limettigem Rosenkohl, roter Salsa, Koriander und Röstzwiebeln. Auch für die Zukunft können sich Livia und Christopher gut vorstellen, weiter in der Gastro-Szene mitzumischen. „Das Taco-Thema macht uns sehr viel Spaß. Es kann sein, dass wir das noch ausweiten. Lasst euch überraschen“, so Livia. Wir freuen uns schon drauf!

WO: Marktstr. 25 (Karoviertel)
FACEBOOK: fb.com/thetacoshappn
INSTA: @tacos_happn

#WINTER UNTERMIEETER





uniscene

Folgen



99 Beiträge

8.317 Abonnenten

2.766 abonniert

Du hast Bock über die **neusten Trends und Themen der Stadt** zu berichten? Du interessierst dich für Menschen und bist immer offen für **spannende Ideen**? Dann komm zu uns ins Team! Wir suchen ab sofort Verstärkung für unsere **Redaktion in Hamburg**. Bewerbung gerne als dm über Instagram – oder per Mail an amani@uniscene.de.



#5Weekso...



EVENTS



U. HOMIES



FUN



eSports



FSHN



MGZN

BEITRÄGE

IGTV

MARKIERT

**Fotografen
(m/w/d)**



**Autoren
Print und
Online
(m/w/d)**



**WERDE
TEIL
UNSERES
TEAMS!**



**Social-
Media-
Redakteure
(m/w/d)**



**Promoter
(m/w/d)**

KONZERTE

Das sind unsere Live-Highlights für Februar und März!

E
I
T
Y

RAPFOR REFUGEES

Zum dritten Mal jährt sich das Charity-Konzert, das aus der Zusammenarbeit gemeinnütziger Projekte wie Hajusom, dem Zentrum für transnationale Künste auf St. Pauli, gegründet wurde. Der finanzielle Überschuss aus der Veranstaltung kommt direkt jungen Menschen in prekären Lebenssituationen zugute und wird an die Kooperationspartner sowie der privaten Seenotrettungsorganisation Lifeline gespendet. Wir dürfen uns auf ein saftiges Hip-Hop Line-up freuen! Unter anderem fordert Sookkee aus Berlin mit ihren Raps eine offene, tolerante Gesellschaft gegenüber

08 FEB FR



SOOKEE
Die Rapperin aus Berlin engagiert sich für die Queer-Szene und gegen Sexismus im Hip-Hop.

Minderheiten. Neben ihr gehören auch Audiolith-Schützling Kobito, Camufingo, der Hamburger Rapper Kwam.E., das Kollektiv Rapfugees und die beatboxende Transgenderfrau Lia Sahin zu den Bühnen-Acts. Außerdem finden am Vorwochenende von „RfR“ Schnupperkurse in Graffiti, Hip-Hop-Tanz, Siebdruck und Beatbox statt.

18 h, Markthalle, Klosterwall 11 (Altstadt), 18 € (VVK)

RIKAS



01 MÄR FR

Schaut man sich auf einem Konzert der ehemaligen Stuttgarter Schülerband um, sieht man in verzückte, schmachtende Gesichter, beobachtet tanzende Körper von Jung bis Alt und erlebt eine euphorische Stimmung. Denn das schwäbische Beach Boys-Quartett kann eines ziemlich gut: live performen und für beste Stimmung sorgen. Zuletzt spielten sie hier in Hamburg im Pudel, davor mehrere Male auf dem „Reeperbahn Festival“ und als Support für Fil Bo Riva im Mojo. Mit ihrer „Swabian Samba“ Tour sind Rikas jetzt solo unterwegs und werden uns nach ihrem Gig sicherlich glücklich zurücklassen.

19 h, Molotow Skybar, Nobistor 14 (St. Pauli), 14 €

FKJ

16 FEB SA

Lust auf eine musikalische Portion Energie in der Vitamin-D-armen Jahreszeit? Dann gönnt euch French Kiwi Juice, kurz FKJ, aus der Pariser House-Szene. Der French Beau, DJ, Multi-instrumentalist und Sänger umgarnt seit 2012 die französischen Hörer – und es ist tatsächlich schwierig, sich den treibenden Pianoelementen, den Saxofon-Beats und dem im Loop aufgenommenen Soulgesang zu entziehen. Schon als 13-Jähriger begann er mit dem Komponieren und spielt heute alle Instrumente selbst. Mit seinem Sound kultiviert er eine Art weichen Elektro, zu dem wir gar nicht still stehen können. Mon Dieu!



19 h, Markthalle, Klosterwall 11 (Hammerbrook), 25 €

Rhonda

02 FEB SA

Diese fünf Musiker aus Hamburg und Bremen spielen Blues à la Amy Winehouse, Duffy oder Adele. Ihr Debütalbum „Raw Love“ machte sie vor vier Jahren zu einem kleinen Geheimtipp bei Branchenkennern. Drei Jahre später folgte „Wire“, bei dem die Band wie beim Vorgänger die Songs bis auf eine Ausnahme selbst schrieb. „Wenn du etwas mit Liebe und Leidenschaft machst und dich die Leute dabei unterstützen, dann ist das einfach mal megaschön“, sagte Sängerin Milo Milone kürzlich in einem Interview. Wir supporten das norddeutsche Quartett mit ihrer groovigen Musik sowie Elementen aus Pop und Hip-Hop auf jeden Fall. Auf ihrer Deutschlandtour präsentiert die Band nun auch endlich neue Songs, an denen sie zuletzt im Geheimen gearbeitet haben. Soul-Floorfiller garantiert – Tanz-Sneaker nicht vergessen!

19 h, Mojo, Reeperbahn 1 (St. Pauli), 21 €



GEWINNSPIEL
Wir verlosen
2x1 ALBUM
von RHONDA
auf UNISCENE.de

RETROGOTT & HULKHODN

Pünktlich vor Weihnachten kam nach zwei Jahren kreativer Bastelpause die neue Platte raus und nennt sich – Achtung, auf der Zunge zergehen lassen – „Kontemporärkontamination“. Die beiden Hip-Hopper und Zungenakrobaten repräsentieren die RheinStadt Köln. Als MC Retrogott und DJ Hulk Hodn huldigen sie namentlich Schauspieler Kurt Russell sowie Wrestler Hulk Hogan – und musikalisch dem Hip-Hop in seiner klassischen Form. Der Beat ist oldschool, die Rhymes sind tight. Für Hip-Hop-Fans, die mit „diesem neumodischen Trap“ nichts anfangen können.

07 MÄR DO

19 h, Waagenbau, Max-Brauer-Allee 204 (Altona-Nord), 20 €

KONZERT TICKER

Sie arbeiten nicht nur mit dem ehemaligen Nirvana-Produzenten zusammen, sondern sind auch klanglich mit Lo-Fi und Indie-Rock auf deren Spuren unterwegs: **CLOUD NOTHINGS, 7.2., Knust >>> „Hamburg, das ist richtig, wir haben die fetten Beats“ klingt bei niemandem so authentisch wie bei: FÜNF STERNE DELUXE, 16.2., Mehr! Theater >>> Oil Mike Skinner ist bei uns in der Stadt und auf den Straßen unterwegs: THE STREETS, 18.2., Große Freiheit 36 >>> Der Buddy von Justin Bieber ist mit Anfang 20 mit seinem Mix aus R&B und Trap schon mehrfacher Platin-Träger: POST MALONE, 27.2., Barclaycard Arena >>> Von Australien über Costa Rica und LA spielte sich der Singer-Songwriter stimmungsvoll in unsere Herzen: RY X, 3.3., Fabrik >>>**

DISARSTAR

Der Hamburger Deutschrapper aus Niendorf wuchs mit Vorbildern wie Public Enemy und Rage Against The Machine auf, die ihn inspirierten, seit nun mehr als zehn Jahren leidenschaftlich über gesellschaftspolitische und persönliche Anliegen zu rappen. Sein zweites Soloalbum „Minus X Minus = Plus“ stand auf Platz 16 der deutschen Singlecharts – ein Top-Erfolg für den Streetrapper mit ehemaligen Drogenproblemen. Dass Disarstar kein Spaß-Projekt ist, sondern vor allem die Texte als philosophische Reflektionsfläche dienen, wird vor allem auf seinem neuen Album „Bohemien“ und dem Vorab-Track „Alice im Wunderland“ deutlich, wo es unter anderem heißt: „Schick, du kriegst unendlich Klicks von beschränkten Kids, doch dass du Gold gehst, lindert meinen Fremdscham nicht.“ Deshalb ist das Konzert auf jeden Fall Pflicht für Fans von klaren Worten jenseits von unauthentischem Getue.

02 MÄR SA

20 h, Mojo Club, Reeperbahn 1 (St. Pauli), 25 €

GEWINNSPIEL
Wir verlosen
1x2 TICKETS
für das **KONZERT VON DISARSTAR**
auf UNISCENE.de

Fotos: König (1), Zunke (1), Aslan (1), Nguyen (1), Gruber (1), Wittich (1)

Lebenslänglich...
wenn Sie wollen!



In der Hansestadt zu Hause!

Lämmersieth 9 - 22305 Hamburg
040-29 90 90 - www.hanseatische.de

DIE WOHNUNGSBAU GENOSSENSCHAFTEN H A M B U R G

HBH
HANSEATISCHE
Baugenossenschaft
Hamburg

Der beste Studentenjob:

TAXI-FAHRER

Wir suchen Dich!
Wir bilden Dich zum Hansa-Taxi-Fahrer aus!
Und das hast Du dann davon:

Gute Verdienstmöglichkeiten
Seriöses Beschäftigungsverhältnis
Flexible Arbeitszeiten

Du musst mindestens 21 Jahre alt sein und zwei Jahre Fahrpraxis haben. Dann kannst Du beim Marktführer in der Metropolregion Hamburg loslegen.

Weitere Informationen:
www.taxi211211.de · www.schulung211211.de

HANSA-TAXI
211211
HAMBURGS GUTER RUF

NIGHTLIFE

Hier könnt ihr im Februar und März richtig gut feiern!

E I T Y

CHRISTIAN LÖFFLER



KI LABELNACHT

16 FEB SA

Christian Löfflers Debütalbum „A Forest“ von 2012 wurde von „Spiegel Online“ als ein „Klassiker des kontemplativen House“ beschrieben. Und auch bei seinem zweiten Werk kombiniert er selbstmodifizierte Synthesizer, Marimba und Zither mit dem Rauschen der Meeresbrandung, den Rufen der Möwen, langen Regenströmen und treibenden House-Beats. Bei der „Labelnacht“ erwarten euch außerdem Kalipo, der als Mitglied der Elektropunk-Band Frittenbude bekannt wurde, das Elektro-Trio Aroma Pitch aus Berlin sowie MK Braun aus Köln, der euch mit seiner Mischung aus Detroit-, Acid-House, Electro, Techno und Italo-Disco auf den Floor zieht. Fettes Line-up für den Abend!

GEWINNSPIEL
Wir verlosen
2x2 TICKETS
für die KI LABELNACHT
auf UNISCENE.de

ab 23.59 h, Uebel & Gefährlich, Feldstr. 66 (St. Pauli), 12 €

OLIVER HELDENS

Deep- und Future-House-Fans geraten bei der News, dass dieser Act nach Hamburg kommt, zu Recht völlig aus dem Häuschen! Denn der niederländische DJ und Produzent Oliver Heldens gibt sich normalerweise auf den großen Festivals wie dem „Tomorrowland“ oder dem „Ultra Music Festival“ in Miami die Ehre. In seiner Anfangszeit wurde er noch von DJ-Groößen wie Hardwell, Tiësto und Nicky Romero gepusht – seit seinem 2013er Track „Gecko“, der ihn in die Single-Charts in Frankreich, Belgien und den Niederlanden katapultierte, läuft es von allein bei ihm. In einem Interview für das „DJmag“ sagte er kürzlich: „Thanks for all the love and for coming to my shows! I've been working on lots of new exciting music, and I can't wait for you all to hear it.“
Yessss – unsere Vorfreude auf neue Tracks kann also schon mal steigen!

08 FEB FR

23 h, Docks, Spielbudenplatz 19 (St. Pauli), 29 €



UNISCENE STUDI-SPECIALS

Wer kann wilder feiern als entspannte Studenten nach der Klausurenphase zum Start in das neue Semester? Richtig. Niemand! Deshalb können wir jetzt schon mal versprechen, dass es bei den „Studi-Specials“ im März ausarten wird – im positiven Sinne natürlich. Am 7. feiern die Boys und Girls von der Fresenius im Moondoo zu Tunes von DJ Mekzim und DJ Dam-on. Eine Woche später zelebriert die Party-Crowd von der EBC mit DJ Nyce und DJ Dam-on ihr Semester-Opening. Und das Wichtigste: Alle sind eingeladen mitzufeiern!

07 MÄR DO

und

14 MÄR DO

23 h, Moondoo, Reeperbahn 136 (St. Pauli), Studis free

WATERS w/ TEREZA & HANNAH FAITH

09 FEB SA

Unsere Lieblings-DJane Tereza ist wieder am Start! 2016 rief sie mit dem Kleinen Donner das „Waters“-Projekt ins Leben – und hat damit mittlerweile an 16 Abenden mehr als 25 teils internationale Acts in Hamburg auf dessen Bühne gebracht, dazu 37 Veranstaltungen in Berlin, München, Stuttgart und Köln gespielt und on top eine ganze „splash!“ Bühne bespielt. Dann gab es zu unserer Enttäuschung eine große Pause und jetzt die noch traurigere Nachricht: Das Event im Donner Loft wird der vorerste letzte „Waters“-Tanz sein. Um den Kreis zu schließen, ist wie schon beim ersten Mal 2016 Hannah Faith aus London dabei. Also kommt zahlreich und sorgt für eine lange Schlange vor dem Donner!

22 h, Donner Loft, Eimsbütteler Str. 1 (Sternschanze), 7 €



Fotos: Buske (1), Seykens (1), Zajak (1), apricot.berlin (1)

uniscene

@MOONDOO



moon
doo

JEDEN DONNERSTAG
23 UHR STUDIS FREE
REEPERBAHN 136

FOODIES AUFGEPASST: DAS SIND DIE LECKERSTEN NEUERÖFFNUNGEN

In diesen neuen Locations müsst ihr unbedingt auf einen Drink oder zum Essen vorbeischaun!

TAZZIPIZZA

Bei der „richtigen“ Pizza scheiden sich ja bekanntlich die Geister: Die einen lieben dicken Boden, die anderen wollen es super dünn und knusprig. Fans der neapolitanischen Pizza sollten ab sofort nach St.

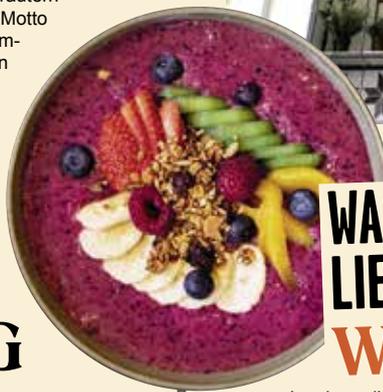
Pauli pilgern! Denn in der ehemaligen Kaschemme beglückt euch das Tazzi Pizza Team mit Klassikern wie Marinara, Margherita, Salame oder Fourmaggi Bianca – aber auch mit Specials wie der Kürbis-Pizza oder der Pizza Nera mit Aktivkohle-Boden. Dazu einen Highball schlürfen und einfach „la dolce vita“ genießen. Das Interieur ist dem Kiez-Charakter entsprechend leicht abgerockt, aber trotzdem stylish und super gemütlich.

Rendsburger Str. 14 (St. Pauli),
Di-So: 17-22 h

Alma & AUGUST

Neue Lunch-Perle in der Neustadt! Gründerin Imke bietet in ihrem super cool eingerichteten Mini-Eckladen die perfekte Kombination aus leckerem aber leichtem Mittagessen an: Suppen-to-go. Jeden Tag stehen fünf verschiedene Varianten wie Linse-Kokos-Kreuzkümmel, Tomate-Kräuter oder Süßkartoffel-Erdnuss auf der Speisekarte, die ihr individuell noch mit Toppings wie Mozzarella, Würstchen, Croutons oder Kräutern verfeinern könnt. Unter dem Motto „Löffeln könnt ihr im Schlafzimmer“ gibt es die Kreationen in einem recycelbaren To-Go-Becher mit besonderem Deckel, sodass ihr die Suppen unterwegs trinken könnt. Auch Smoothies werden frisch gemacht.

Wexstr. 23 (Neustadt),
Mo-Fr: 11-14.30 h



WAS WIR WIRKLICH LIEBEN KRAFT- WERK

Im ehemaligen Off Club von Tim Mälzer im Kraftwerk herrscht jetzt frischer Wind, denn das Was wir wirklich lieben Team ist eingezogen! Schon der WWWL-Standort in Eppendorf ist immer voll besetzt, jetzt können sich auch die Bahrenfelder über Abwechslung zum Frühstück und (Late) Lunch freuen. Im Deli werden Açaí Bowls, Frühstücks-Stullen und To-Go-Müslis serviert. Mittags könnt ihr euch aus verschiedenen veganen Feinkostsalaten eine eigene Auswahl zusammenstellen. Die meisten Produkte sind dabei regional: Auf einem eigenen Hof des Teams werden unter anderem Kräuter, Kartoffeln und Möhren angebaut.

Leverkusenstr. 54 (Bahrenfeld),
Mo-Fr: 9-17 h



EISUND SALZIG

Bisher stand Langenhorn bei den Foodies der Stadt nicht gerade dafür, eine „Reise“ wert zu sein – aber damit ist jetzt auf jeden Fall Schluss! Im eisundsalzig bekommt ihr nicht nur eine gute Frühstücksauswahl wie hausgemachtes Chakchouka mit gebeiztem Lachs und pochierten Eiern, sondern auch leckere Kuchen-Kreationen wie Zimtschnecken zum Kaffee und abends feine Speisen wie Rotkohlsuppe mit Portweibirnen und Zimtroutons. Das Beste: Das ganze Jahr über könnt ihr hier Eis in allen Variationen schlecken. Also auf auf nach Langenhorn – es lohnt sich!

Holzberg 145a (Langenhorn), Di-Fr: 8.30-18 h,
Sa+So: 9-18 h



NORDCOAST COFFEE

Bester selbstgerösteter Kaffee, Interieur zum neidisch werden und eine Karte, bei der man sich gar nicht für eine Sache entscheiden kann – oh yes! Endlich hat Nord Coast Coffee seinen zweiten Standort nach dem in der Deichstraße aufgemacht, sodass auch alle, die nördlich der Alster wohnen, in diesen Genuss kommen. Von der Decke hängen Grünpflanzen, es duftet nach frischem Kaffee und im Sommer wird auch vor der Tür genug Platz zum Chillen sein. Jetzt müsst ihr euch nur noch entscheiden: Zwischen Quinoa oder Açaí Bowl, Pancakes oder Waffeln, Lachs-Stulle oder doch die mit Avocado, Ei und Chilli-Flocken, Flat White oder hausgemachte Limo? Gönn euch. Und wenn ihr dann aus dem Laden rollt, nehmt am besten noch eine Packung vom hauseigenen Kaffee für zu Hause mit!

Isestr. 74 (Eppendorf), Mo-Fr: 9-18 h, Sa+So: 10-18 h

NORD COAST



EVENT-TIPPS

PODCASTFESTIVAL

Ob unterwegs in der Bahn oder gemütlich vorm Schlafengehen – Podcasts begleiten uns mittlerweile überall durch den Alltag. Zum ersten Mal findet jetzt ein fünftägiges „Podcastfestival“, präsentiert vom Radiosender N-JOY, statt, bei dem ihr viele eurer liebsten Casts live auf der Bühne erleben könnt. Nicht verpassen solltet ihr unserer Meinung nach Jörg Thadeusz mit „Am Rand“, der am 24. Februar den Auftakt im Gruenspan gibt und über gesellschafts-

24 FEB
SO
bis
28 FEB
DO

kritische Themen talkt. Ebenfalls empfehlenswert sind die beiden Jungs Jan Kawelke und Vassili Golod mit „Machiavelli“ am 25. Februar im Grünen Jäger, die sich einer spannenden Kombi aus Rap und Politik widmen. Und last but not least plaudern am 28. Februar ebenfalls im Grünen Jäger die beiden Freundinnen Anna Zimt und Paula während ihrer „Schnaps-idee“ offen über Liebe, Sex und Dating. Das ganze Programm gibt's online!

div. Locations,
ab 22 €



GEWINNSPIEL

Wir verlosen

1X2 TICKETS

für „MACHIAVELLI“
auf UNISCENE.de

BENSCHMID

21 MÄR
DO

„Ich mach kein deep shit, sondern funny stuff“, lautet das Motto des Stand-up-Comedians Ben Schmid. In Berlin ist er bereits ein bekanntes Gesicht, jetzt lernen auch wir ihn

endlich mit seinem ersten Soloprogramm „Ungeniert“ kennen. Frei von der Leber weg und mit einer erfrischenden Leichtigkeit plaudert der Gewinner der „Quatsch Comedy Club Talentschmiede“ über Persönliches – vom Versuch in Vietnam nackt einen Roller zu verfolgen über Anekdoten aus seinem Philosophiestudium bis zu Highlights aus der Ehe mit seiner türkischen Frau.

20 h, Grüner Jäger, Neuer Pferdemarkt 36 (St. Pauli), 14 €



DIE PARTY ZUM Vierjährigen

15 FEB
FR

Unser liebster Weinladen St. Pauli feiert Geburtstag – und wir feiern mit! Vor Ort gibt es Top-Weine von Winzern wie Markus Bonsels vom Weingut BIBO RUNGE, Philipp Wittmann vom Weingut Wittmann und Heiko Bamberger vom Bamberger Wein- & Sektgut zum Probieren. Mit dabei sind auch Beyond Beer mit leckerem Craft Beer und die Weinladen-Nachbarn vom Clockers mit ihrem Gin. Für Musik sorgen die Hamburger Band Clara Bow mit einem wilden Mix aus Punk-Rock und Elektro-Pop sowie ein DJ. Achtung: Die Tickets inklusive Wein, Craft Beer, Gin Tonic, Selters und Snacks gibt es nur im Vorverkauf und nicht an der Abendkasse.

ab 20 h, Grüner Jäger, Neuer Pferdemarkt 36 (Sternschanze), 44 €

Die erste Adresse, wenn Hotel Mama endgültig dicht macht.



Baugenossenschaft freier Gewerkschafter eG
Willy-Brandt-Str. 67 • 20457 Hamburg • T: (040) 21 11 00-0

JEDEN FREITAG
AB 23 UHR
3 FLOORS

CLASSY
SHY
INNOCENT
DRESSY
SILENT

like this

#FRIDAYSLIKETHIS

HALO
GROSSE FREIHEIT 6

uniscene
@HALO

KULTUR-TIPPS

E
I
T
Y

NIJINSKY

Wie wäre es, mal wieder schön ins Ballett zu gehen?! Das Stück über

den polnischen Balletttänzer Vaslav Nijinsky eignet sich hervorragend für alle Neu- und Quereinsteiger. Der 1889 geborene Tänzer und Choreograf erlangte insbesondere mit seiner Sprungtechnik, mit der er in der Luft zu schweben schien, Weltruhm. Dabei führte er seinerzeit ein bewegtes Leben zwischen Genie und Wahnsinn, spielte Inszenierungen in Nordamerika und war zeitweise in psychiatrischer Behandlung. Die Diagnose Schizophrenie ließ seine Karriere nur zehn Jahre andauern. Doch bis heute prägt Nijinsky das moderne Ballett – weshalb der Direktor des Hamburg Balletts John Neumeier ihm nun zu Recht ein eigenes Stück widmet.

13 FEB MI

Ballett

19.30 h, Hamburgische Staatsoper, Große Theaterstr. 25 (Neustadt), 6 € (erm.)



MORALES, AFFOLTER, COINTREAU ON ICE

01 MÄR FR

Performance

Das Lichthof Theater bringt an diesem Abend drei Stücke auf die Bühne, die junge Performance jenseits klassischer Inszenierungen präsentieren. In „Cointreau On Ice“ steht die politische Rede im Fokus, während sich „Hurenschnack“ von Michelle Affolter in komödiantischem Spiel kritisch mit Geschlechterrollen auseinandersetzt. „PFH PFH PFH“ von Yolanda Morales ist eine Performance über körperliche Gewalt an Frauen. Die mitwirkenden Nachwuchskünstler aus Hamburg dekonstruieren und spiegeln feministische Selbstermächtigungsgesten, entlarven Sexarbeit-Klischees und vermitteln queere Lebensrealitäten mittels eigener Choreografien. 3 für 1? We love!

20.15 h, Lichthof Theater, Mendelssohnstr. 15 B (Altona), 8 € (erm.)



EINEFAMILIE

23 FEB SA

Schauspiel

Dieses moderne westliche Mittelschicht-Panorama feiert Premiere am Thalia Theater. Das Drama rund um Familienkonflikte, Generations- und Statusfragen stammt vom amerikanischen Schauspieler und Dramatiker Tracy Letts, der unter anderem schon den „Pulitzer-Preis“ gewann. Als der Familienvater, Trinker und gescheiterte Dichter Beverly verschwindet, um sich das Leben zu nehmen, scharft Violet aus Sorge um ihren Mann die Familie um sich – schnell entwickeln sich psychische Extremzustände. Dabei wird die Frau des Dichters hervorragend von Karin Neuhäuser gespielt, die seit 2009 Thalia-Ensemblemitglied ist.

20 h, Thalia Theater, Alstertor (Altstadt), 10 € (erm.)



24



SHESHEPOP: ORATORIUM

08 FEB FR

bis

10 FEB SO

Theater & Performance

Ihre Inszenierung „Testament“ machte das Performance Kollektiv She She Pop 2010 zu einem der erfolgreichsten Europas – auf Kampnagel sind sie bereits alte Bekannte, die sich auf der Bühne immer wieder neu erfinden. Die sieben Mitglieder aus Berlin und Hamburg, die sich im Theaterwissenschaftsstudium an der Justus-Liebig-Universität Gießen kennenlernten, testen regelmäßig Grenzen aus. Ihre Stücke sind durch Originalität und durchdachte Konzepte geprägt, wie auch die aktuelle Inszenierung „Oratorium“, in der Besitzverhältnisse diskutiert werden. Uneinige

Chöre streiten unter Einbeziehung des Publikums über die mit Besitz einhergehende Machtrennung einer Gesellschaft. Klingt erstmal verwirrend, ist aber laut, bissig und kraftvoll. Und wir bekommen neue, spannende Denkansätze mit auf den Weg!

20 h, Kampnagel, Jarrestr. 20 (Barmbek-Süd), ab 9 €



SAŠA STANIŠIĆ

HAM.LIT

Bereits zum 10. Mal füllen sich die Räume des Bunkers mit Lyrik und Popmusik. Als Star des Abends könnte man den mit zahlreichen Literaturpreisen ausgezeichneten Saša Stanišić bezeichnen: Der aus Bosnien stammende und in Deutschland aufgewachsene Autor wird Auszüge aus seinem neuen Werk „Herkunft“ lesen. Zu den weiteren 15 Autoren des Abends gehören unter anderem die Schriftstellerin und Theaterautorin Nino Haratischvili mit ihrem historischen Roman „Das achte Leben“ sowie die in Hamburg lebende Dagrun Hintze, die gerade erst ihren Gedichtband „Einvernehmlicher Sex“ veröffentlichte. On top spielen drei Musiker, wie Rapper Amewu aus Berlin. Fettes Programm also, das den Abend sicher wieder viel zu kurz erscheinen lässt!

19 h, Uebel & Gefährlich, Feldstr. 66 (St. Pauli), 17 € (erm.)

07 FEB DO

Lesung & Musik



BRIEFEDER FRIDAKAHLO

Unter dem Titel „Schreib mir. Und vor allem liebe mich“ wird an die mexikanische Malerin Frida Kahlo erinnert. Durch Lieder und die Lesung ihrer Briefe an Geliebte sowie Freunde wird das bewegte Leben der Surrealistin in Zeiten politischer Unruhen mit der zweifachen Heirat des gleichen Mannes, Affären, Kinderlosigkeit und Alkohol deutlich. Und das sorgt bis heute für

07 FEB DO

Lesung & Musik

Faszination: Die Filmbiografie „Frida“ mit Salma Hayek gewann einen „Oscar“ und auch in der Mode findet sich ihr durch die markanten Augenbrauen geprägtes Gesicht auf Jutebeuteln oder Shirts wieder. Tipp: Das Event findet auch am 21. Februar und 7. März statt.

20 h, Theater Das Zimmer, Washington-allee 42 (Horn), ab 18 €



SYMPHONIKER HAMBURG

LAEISZHALLE ORCHESTER

Für alle Klassikfans unter 28:

50 % Ermäßigung im Vorverkauf
10-Euro-Tickets eine Woche vorher

Liturgische Monumente
Szymanowski – Schubert

2. Matinee-Konzert
So 17.02.19 – 11.00 Uhr
Laeiszhalle Großer Saal
Sylvain Cambreling, Dirigent

Symphonische Riesenschlange
Mozart – Bruckner

6. Symphoniekonzert
So 24.02.19 – 19.00 Uhr
Laeiszhalle Großer Saal
Sylvain Cambreling, Dirigent

»Reinste Seligkeit«
Tschaikowsky
Rachmaninow

7. Symphoniekonzert
So 24.03.19 – 19.00 Uhr
Laeiszhalle Großer Saal
Stanislav Kochanovsky, Dirigent

symphonikerhamburg.de

HYPER



Diese Ausstellung erkundet, welche Bilder entstehen, wenn Künstler sich von Musik beeinflussen lassen. Oder wie Kunst von Musikern aussieht. Kuratiert von Ex-„Spex“- und „Electronic Beats“-Chefredakteur Max Dax werden unter anderem Arbeiten von Kim Gordon aus New York gezeigt, die nicht nur Bassistin der amerikanischen New Wave Band Sonic Youth ist, sondern sich auch als bildende Künstlerin ausdrückt. Ebenso sind Stücke des in Berlin und London arbeitenden Fotografen und Künstlers Wolfgang Tillmans dabei sowie vom deutschen Filmemacher und Schriftsteller Alexander Kluge, die an den Schnittstellen zwischen Kunst und Musik stehen.

ab 01 MÄR FR

Ausstellung

Deichtorhallen, Halle für aktuelle Kunst, Deichtorstr. 1 (Klostertor), 6 € (erm.)

Fotos: Smallovic (1), Kahlo (1), Reisler (1), Pousttchi (1), Engel (1), West (1), Krieg (1)

AMEWU

ERNST DEUTSCH THEATER



Lust auf mehr Theater?

@ernstdeutschtheater

@edthamburg

ernst-deutsch-theater.de/newsletter

WORK+
STUDY

TERMINE & WISSENSWERTES

Texte: Kristina Regentrop



WORKSHOP: STARTUP IDEA BOOTCAMP

Spielst du mit dem Gedanken dein eigenes Startup auf die Beine zu stellen oder führst du sogar schon dein kleines Unternehmen? Dann solltest du dir das „Startup Idea Bootcamp“ nicht entgehen lassen. Stell dein Unternehmen oder deine Startup-Ideen vor, bekomm ein persönliches Feedback und frischen Input von Hamburger Experten wie Patrick Reimann, CEO von Wvnderlab, sowie Thomas Promny, CEO vom Internet-Unternehmen Velvet Ventures. Außerdem bietet dir der Workshop die Top-Möglichkeit Gleichgesinnte zu treffen und vielleicht sogar Verstärkung für dein Team zu finden.

18.30-21 h, *betahaus, Eifferstr. 43, (Sternschanze), freier Eintritt, vorab online registrieren unter evenbrite.com*



MAGIC MITTWOCH KREATIVSTAMMTISCH

HEIMPLANET

Neue Leute aus der Stadt kennenlernen, nett schnacken oder netzwerken – „alles geht, nichts muss“, fasst es Stefan Clauss, Initiator des Kreativstammtischs „Magic Mittwoch“ und Gründer von Heimplanet zusammen. Heimplanet ist ein Store in der Hafencity, der Outdoor-Stuff verkauft und Mitte der Woche nach Feierabend zu einem Kreativstammtisch einlädt. Egal wie alt, ob Studi oder bereits berufstätig – hier ist wirklich jeder willkommen. „Wir wollen uns einfach treffen, ein Bier trinken und uns gegenseitig über die unterschiedlichsten Themen austauschen“, erklärt Stefan. So kann es auch mal vorkommen, dass spontan Fotos für eine Bewerbung geschossen werden oder man den ein oder anderen Job direkt vor Ort ergattern kann.

18-22 h, *Heimplanet, Shanghai-allee 21 (HafenCity), Eintritt frei, Spenden erwünscht*

Auch empfehlenswert: Folgt @heimplanet bei Instagram für wunderschöne Outdoor-Fotos und -Inspiration!



WECIETY WORLD „START SOMETHING THAT MATTERS“

„In welcher Gesellschaft willst du leben?“ Dieser Frage geht das Meetup der Organisation Weciety World auf den Grund und diskutiert sie in Panels rund um Themen wie Social Entrepreneurship, Persönlichkeitsentwicklung oder nachhaltiger Lifestyle. Lernt neue Projekte, Unternehmen und die inspirierenden Menschen dahinter kennen. Mit dabei sind unter anderem Lycka-Gründer Felix Leonhardt, der über soziales Unternehmertum spricht oder Nachhaltigkeits-Bloggerin Charlotte Weise, die sich dem Thema Fair Fashion widmen wird. Oben drauf gibt es noch gute Live-Musik, Meditationssessions und kostenlose, kulinarische Leckereien wie Eis von Lycka sowie Snacks und Drinks von Harvest Moon.

9.30-19 h, *Mindspace, Rödingsmarkt 9 (City), 39 €*



STORYTELLING WECKT EMOTIONEN!

Interview mit Svenja Teichmann, Gründerin sowie Chefin der Hamburger Digitalmarketingagentur crowdmedia und Speakerin sowie Beirätin der „Social Media Week Hamburg“

Wer kein Marketingpro oder Journalist ist, der kann mit dem gefühl omnipräsenten Begriff Storytelling erstmal wenig anfangen. Wie würdest du Storytelling kurz und knapp definieren?

Auf Marketingsicht bezogen ermöglicht Storytelling, ein Unternehmensangebot in eine Geschichte zu verpacken und sie zielgruppenrelevant zu erzählen.

Warum gewinnt Storytelling vor allem in den Sozialen Medien immer mehr an Bedeutung?

Stichwort Aufmerksamkeitsökonomie! Es gibt immer mehr Content, der aber immer weniger wahrgenommen wird. Die Reichweiten – zum Beispiel bei Facebook – gehen aufgrund veränderter Algorithmen weiter zurück, Mediabudget zum Bewerben ist notwendig. Es wird also immer schwieriger, die Aufmerksamkeit der Nutzer zu gewinnen. Daher sind Methoden wie Storytelling notwendig, um diese durch transportierte Emotionen und Geschichten zurück zu gewinnen.

Welche Voraussetzungen muss jemand mitbringen, um erfolgreich im Content Marketing zu sein und ein guter „Storyteller“ zu werden?

Man braucht ein Gespür für die Zielgruppen und Themen, muss die Kanäle und ihre Entwicklung sowie digitale Veränderungen verstehen, ohne jetzt ein großes technisches Know-How zu haben. Gefragt sind auch Kreativität, Interesse für ganz unterschiedliche Themen und Empathie.



SVENJA TEICHMANN

Svenja hat 2011 mit Sven Olaf Peeck die Digitalmarketingagentur crowdmedia gegründet. Sie leitet Projekte, gibt Schulungen und entwickelt Strategien für Social Media Marketing. Ehrenamtlich ist sie bei den Digital Media Women und als Speakerin unterwegs. Trefft Svenja im Rahmen der #SMWHH bei ihrem Vortrag „Warum ein ‚Weiter so‘ keinen Sinn bei Social Media ergibt“ am 27.2. im Altonaer Theater.

Wie funktioniert gutes Storytelling?

Der erste und wichtigste Aspekt beim Storytelling ist die Zielgruppen-Analyse. Man muss in die Welt seiner Zielgruppe eintauchen, ihre Bedürfnisse erfahren und erfragen, vor welchen Problemen oder Herausforderungen sie steht. Im zweiten Schritt stellt man sich dem Problem. Wie binde ich das Problem und den Protagonisten in die Geschichte ein? Als dritter Punkt muss entschieden werden, in welchem Format die Story erzählt werden soll, also beispielsweise fiktional, in einem Interview oder Erlebnisbericht.

Wie wird sich Storytelling deiner Erfahrung nach weiterentwickeln?

Als Inhalte werden Video und Audio zunehmend immer stärker. Da wir mehr und mehr mobil konsumieren, sind eher kurze, kleine Formate gefragt. Dann wird die Zielgruppe noch stärker in die Kommunikation miteingebunden, das ist ja beispielsweise schon jetzt durch den Social Media-Dialog möglich. Instagram ist die Storytelling-Plattform schlechthin und der schnellste wachsende Social Media-Kanal überhaupt. Die Zukunft von Facebook ist fraglich! Aber es bleibt abzuwarten, ob ähnlich wie bei Facebook der Algorithmus in Zukunft härter wird und mehr Mediabudget gezahlt werden muss.

Fotos: Groenewald (1), Klauk (1), Bischoff (1)



**BARCAMP
FRAUEN***

Unter dem Motto „Widerstand begegnen – Widerstand organisieren“ findet das „barcamp frauen“ hamburg“ der Friedrich-Ebert-Stiftung statt und thematisiert die politische und gesellschaftliche Auflehnung gegen Feminismus. Das Besondere: Es gibt vorab kein festes Programm, insgesamt sind drei Sessionrunden eingeplant. Die Teilnehmer bringen sich mit ihren Ideen und Vorschlägen für einstündige Sessions wie Mini-Workshops, Diskussionen oder Fragerunden selbst ein. Wer also Bock hat, am Austausch und Dialog mitzuwirken, kann eine Session anmelden oder noch spontan am Tag der Veranstaltung Bescheid geben. Den Abschluss des Events bildet die feministische Poetry Bühne.

13-21 h, betahaus, Eiffelstr. 43, (Sternschanze), Eintritt frei, vorab online registrieren unter hamburg@fes.de



**SOCIAL MEDIA
WEEK HAMBURG**

Die „Social Media Week Hamburg“ ist DIE Digital- und Social-Media-Konferenz für alle Professionals aus Marketing, Medien und Technologie. Das Motto der diesjährigen #SMWHH

lautet „STORIES – With Great Influence Comes Great Responsibility“. Viele Workshops, Vorträge und Panels widmen sich dem Storytelling. Darüber hinaus erfahrt ihr Trends der Social Media-Welt und habt die Möglichkeit, mit Digital-Experten wie Angela Gruber von „Spiegel Online“ oder Marketing- und Instagram-Expertin Kristina Kobilke zu sprechen.

9-19 h, div. Locations, limitierte kostenfreie Tickets für Studis gibt es online auf smwhamburg.com, regulär 29 €

100

Happy Birthday! In diesem Jahr feiert die Uni Hamburg ihren 100. Geburtstag.

Um dieses Jubiläum gebührend zu feiern, findet ab dem Sommersemester die „Vorlesung für alle“ statt, die die Stadt zum Campus macht. An ganz außergewöhnlichen Orten wie Barkassen, Kirchen oder Einkaufszentren werden Vorlesungen gehalten. Außerdem ist die Uni für eine Ausstellung auf der Suche nach persönlichen Geschichten und Anekdoten sowie Erinnerungstücken wie Fotos, Objekten oder Dokumenten.

Alle Infos und Events findet ihr online:

jubilaeum.uni-hamburg.de

MESSEN & CO.

Interessierst du dich für soziale Berufe? Ob Job, Praktikum, Studienplatz oder Umschulung – hier wirst du fündig: **LET'S CARE – DIE JOBMESSE SOZIALE BERUFE, 13.- 14.02.** » Ausbildung starten, studieren oder doch ein Gap Year einlegen? Finde es heraus bei: **EINSTIEG HAMBURG, 22.-23.02.**, Messe Hamburg, Eintritt frei »

Studium geschafft – und was muss ich jetzt beachten? Muss ich mich arbeitslos melden, wenn ich noch keinen Job habe? Und wie läuft das mit der Krankenversicherung? Antworten auf diese und weitere Fragen gibt's beim Vortrag des **CAREER CENTERS DER UNI HAMBURG, 26.02.**, kostenlos

**BACHELOR
zwo.eins**

DEINE FÜHRUNGSPPOSITION

BEI DER FEUERWEHR HAMBURG

Du machst einen Bachelorabschluss in einem technischen oder naturwissenschaftlichen Studiengang und hast Lust auf einen spannenden Beruf bei der Feuerwehr Hamburg? Die zweijährige Ausbildung zum/zur Brandoberinspektor/in qualifiziert dich u. a. für eine leitende Funktion im Einsatzdienst oder im internen Dienst.



www.hamburg.de/ausbildung-feuerwehr

040/428 51 48 23


Hamburg

ENTSCHEIDUNG

MACHT DEN

MEISTER



Wir alle kennen die **ANGST VOR EINER FALSCHEN WAHL** – vor allem in Sachen Studium und Karriere. Aber damit ist jetzt Schluss: Denn in einer Welt, die uns voller Möglichkeiten gerne auch mal **MASSLOS ÜBERFORDERT**, haben wir mithilfe von Experten aus Hamburg Tipps für euch zusammengestellt, mit denen ihr in Zukunft immer die **„RICHTIGE“ ENTSCHEIDUNG** trefft. Und ja – diesen Artikel zu lesen, ist die erste!

Text: Laura Bähr

Bei nahezu jede Minute unseres Lebens sind wir gezwungen uns zu entscheiden. Rund 22.000 Entscheidungen sind das im Durchschnitt pro Tag, die bewusst oder unterbewusst getroffen werden müssen. Das beginnt bereits morgens beim Bäcker mit der Entscheidung für oder gegen das vermeintlich ungesunde Franzbrötchen, geht mit der Wahl des Transportmittels zur Uni weiter und gipfelt in wichtigen Lebensentscheidungen wie „Breche ich mein verhasstes Studium ab oder ziehe ich das letzte Jahr aus Vernunftgründen noch durch?“.

Während viele Experten, Politiker und Buchautoren dabei von einem Problem unserer „Maybe-Generation“ sprechen, ist die Angst vor einer falschen Entscheidung vermutlich schon so alt wie die Entscheidung selbst. Jedoch haben sich die Umstände in den letzten Jahren grundlegend geändert. Während man früher zwischen fünf Käsesorten wählen musste, sind es heute gefühlt 500. Und wenn wir heute studieren, liegt bereits die Entscheidung gegen 16.633 andere Studiengänge hinter uns – die Möglichkeit im Ausland zu studieren mal außen vor gelassen. Die Auswahl an Möglichkeiten ist in den letzten Jahren in allen Bereichen unseres Lebens enorm gestiegen und wir haben verlernt, wie man eigentlich gute Entscheidungen trifft und es uns in unserer Unentschlossenheit bequem gemacht. Gefangen im Individualitätszwang ist uns der Mut zum Individualismus verloren gegangen. Wenn die besten Freunde nach dem Abitur ein Studium beginnen, sollten wir das vermutlich auch tun, richtig? Und wenn die Eltern uns vom Kunststudium ab- und zum BWL-Studium zuraten, dann ist das vermutlich die richtige Entscheidung oder? Schließlich haben die ja schon mehr Lebenserfahrung. Wir sind unsicher, schauen lieber auf andere, als dass wir uns auf uns selbst verlassen und lassen uns die Entscheidung so oft es geht liebend gerne abnehmen. In unserer vernetzten Welt voller Möglichkeiten nimmt uns gerade die Fülle an Optionen häufig die Freiheit und den Mut für uns selbst zu entscheiden.



CHRISTOPHER KOBALE
ENTSCHEIDUNGS
COACH
AUS HAMBURG

REFLEKTION UND BAUCHGEFÜHL

Dass uns das tatsächlich schwerer fällt als noch unseren Eltern und Großeltern, kann Christopher Kobale bestätigen. Seine Berufung zum Entscheidungscoach entdeckte der Hamburger nach verschiedenen Studiengängen. „Unsere Generation erlebt als erste den Überfluss des



Social Networks

gibt es hier schon seit über 90 Jahren.

Bei uns heißt das

Nachbarschaft



Gemeinsam Räume schaffen...

für Hamburg und für sicheres und faires Wohnen in einer Genossenschaft.

HANSA Baugenossenschaft eG
Lämmersieth 49 | 22305 Hamburg
Telefon 040 69201-110
www.hansa-baugenossenschaft.de



ICH WILL... BEI EUCH ARBEITEN

Auf Voll-/Teilzeit und Stundenbasis

MEHR HIER:

☛ www.balzaccoffee.com/jobs
☛ de.espressohouse.com/arbeit-mit-uns/



★ FREE DRINK ★

Wir freuen uns auf Deinen Besuch in einer unserer neuen ESPRESSO HOUSE Filialen oder in Deinem Balzac Coffee. Lege diesen Gutschein an der Kasse vor und Du erhältst ein Heißgetränk Deiner Wahl GRATIS.

Keine Barauszahlung oder Kombination mit anderen Aktionen.
Gültig bis 31.03.2019.



Ref: UNISCENE Hamburg 1/19 (Februar/März)



CHRISTINA RICHTER
PSYCHOLOGISCHE BERATERIN
AUS SASEL

Informationszeitalters. Wir haben heute eine Million Mal mehr Handlungsoptionen, als unsere Großeltern hatten und wir arbeiten gerade daran diese Informationsflut zu verarbeiten. Deshalb sind Ziele und Prinzipien so wichtig. Sie sind wie ein treuer Ratgeber.“ Und wie schaffen wir es nun konkret dem Entscheidungs-Struggle zu entfliehen? Was können wir ändern? „Entscheiden ist wie Fahrradfahren. Es gilt also, wie in vielen anderen Lebensbereichen auch: Umso mehr wir es üben, desto besser werden wir darin“, so Christopher Kobale. „Auch hinterher zu reflektieren, ob meine Wahl das gewünschte Ergebnis gebracht hat, ist ein wichtiger Teil des Lernprozesses.“ Fest steht also, je häufiger wir uns entscheiden, desto sicherer werden wir. Entscheidung macht den Meister sozusagen. Wir müssen das Entscheiden üben, bewusst, jeden Tag. Um uns selbst die Angst davor zu nehmen und zu merken, wann wir gut entscheiden und wann nicht.

REALISTISCHE ZIELE UND ZEIT

Auch Christina Richter, psychologische Beraterin aus Sasel, merkt, dass der Druck im Alltag oder Job für uns immer größer wird. So kommen viele Patienten bereits mit Anfang 20 zu ihr und fühlen sich total ausgebrannt. Das Grundproblem liegt dabei ihrer Ansicht nach in dem „Ich-muss-Gefühl“. „Viele achten vor allem bei der Berufs- oder

**ENTSCHEIDEN IST
WIE FAHRRADFAHREN:
UMSO MEHR WIR ES
ÜBEN, DESTO BESSER
WERDEN WIR DARIN.**

Christopher Kobale,
Entscheidungscoach

Studiumswahl viel zu wenig auf ihre eigenen Bedürfnisse und Wünsche, sondern orientieren sich an den anerkannten Gesellschaftsvorgaben oder dem Wunsch der Familie“, sagt die Expertin. „So werden wir handlungsunsicher und stecken in einer Art Ohnmachtsmoment fest, in dem wir uns natürlich überhaupt nicht mehr entscheiden können. Der Schlüssel liegt dabei in der Erkenntnis, sich nicht verbiegen zu müssen, sondern auf die eigene innere Stimme, also das Bauchgefühl, zu hören und sich nicht von anderen Menschen irritieren zu lassen.“

Neben dem Bauchgefühl spielen auch persönliche Lebensziele eine wichtige Rolle. „Wir müssen uns abtrainieren, irgendeinem Ideal entsprechen zu wollen“, sagt die psychologische Beraterin Christina Richter. „Nur weil alle aus unserer Familie zum Beispiel Medizin studiert haben, muss das nicht unbedingt der richtige Weg für uns selbst sein.“ Vor lauter Leistungsdruck wird kaum noch gesehen, was man als individuelle Persönlichkeit überhaupt leisten kann - und will. Während der Hauptschulabschluss beispielsweise vor einiger Zeit noch ein anerkannter Abschluss war, muss man heute ohne Abitur und Studium gefühlt überhaupt nicht mehr weitermachen. Die Ziele werden immer höhergesteckt - aber unser inneres Wachstum kommt kaum hinterher.

Ein weiterer Tipp von Christina Richter, der auf den ersten Blick trivial klingen mag, aber im hektischen Alltag immer wieder vergessen wird, ist Zeit. Zeit und Ruhe in sich zu gehen und sich zu überlegen, wo man gerade steht und wo man hinwill. Während wir nämlich neben unserem Vollzeitstudium drei Nebenjobs haben, unseren fünf Hobbys nachgehen und trotzdem die Freunde nicht vernachlässigen wollen, nehmen wir uns viel zu wenige Momente für uns selbst - und unsere Entscheidungen. „Je mehr wir jedoch über uns selbst wissen, unsere Bedürfnisse kennen, desto klarer können wir entscheiden, was wir wirklich wollen“, so die Expertin.

FÄHIGKEITEN UND MUT

Aber nicht nur bei wichtigen Lebensentscheidungen, sondern auch bei vermeintlich kleinen Entscheidungen tun wir uns teilweise schwer: Wenn wir zum Beispiel an einem Samstag vor der Wahl zwischen einem Spieleabend mit Freunden oder der wilden Feierei stehen, verfallen wir häufig in eine Entscheidungsstarre und bleiben einfach zu Hause. Ganz nach dem Motto: Besser gar nicht

WIR MÜSSEN UNS ABTRAINIEREN, IRGEND EINEM IDEAL ENTSPRECHEN ZU WOLLEN.

Christina Richter,
psychologische Beraterin

entscheiden, als falsch entscheiden. Wir haben Angst vor unserer eigenen Luxusauswahl. Denn wenn wir mal ehrlich sind, handelt es sich hierbei nicht um existenzielle Probleme. Dennoch: Die Kernfrage, die wir uns bei jeder Wahl stellen sollten, lautet: Was ist mir wichtig, was würde ich bereuen? „Der Glaube an sich selbst und die eigenen Stärken sowie Fähigkeiten sind in diesem Rahmen wichtige Faktoren“, so Bettina Meyer, Lifecoach aus Blankenese. „Und dieser Glaube an sich selbst sollte sich wie ein roter Faden durchs Leben ziehen. Er hilft auch bei kleinen Entscheidungsproblemen.“ Rund 99 Prozent der Menschen verweisen bei der Frage nach dem wichtigsten Menschen in ihrem Leben auf einen anderen. „Das ist bezeichnend für ein Grundproblem bei der Entscheidungsfindung, da der Fokus dann zu sehr im Außen und zu wenig auf den eigenen Bedürfnissen, Werten und Motiven liegt“, meint die Expertin. Erst wenn wir uns selbst die Hauptrolle in unserem Leben zugestehen, können wir auch Entscheidungen fällen, die uns langfristig glücklich machen.

Was aus allen Expertenstimmen auch resultiert: Eine gute oder schlechte Entscheidung gibt es eigentlich nicht. Wir müssen für uns selbst entscheiden, ganz subjektiv, ganz individuell. Und dabei müssen wir wieder mehr Mut haben, uns trauen, uns auf unseren Instinkt verlassen. Dabei sollten wir bei den großen Karriereentscheidungen nicht immer nur auf einen vermeintlich perfekten Lebenslauf setzen. Denn gerade mutige Ecken und Kanten sind heutzutage bei vielen Arbeitgebern gern gesehen. Und wenn ihr Bock auf Feiern habt? Geht feiern! Lasst uns wieder mehr auf das Un-Perfekte setzen, auf das eigene Naturell und den Mut zu eigenen Entscheidungen!



BETTINA MEYER
LIFECOACH
AUS BLANKENESE

MEDIZIN & PSYCHOLOGIE STUDIERN OHNE NC!

Gesundheit kann man studieren.

Die Uni macht den Unterschied.

Das macht uns besonders:

- Praxisnaher Unterricht in Kleingruppen
- Klinische Ausrichtung in der Lehre
- Intensive persönliche Betreuung

Informieren Sie sich über unser gesamtes

Studienangebot am **Tag der offenen Tür**,

16. März 2019, 10–14 Uhr

oder bei einem individuellen Beratungstermin:

studienadministration@kl.ac.at

www.kl.ac.at

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!

**EINSTIEG
HAMBURG**

22.+23. FEBRUAR 2019

Messe Hamburg / Halle B6
Freitag 9–16 Uhr
Samstag 10–16 Uhr

**KARL
LANDSTEINER** **KL**

PRIVATUNIVERSITÄT FÜR
GESUNDHEITSWISSENSCHAFTEN

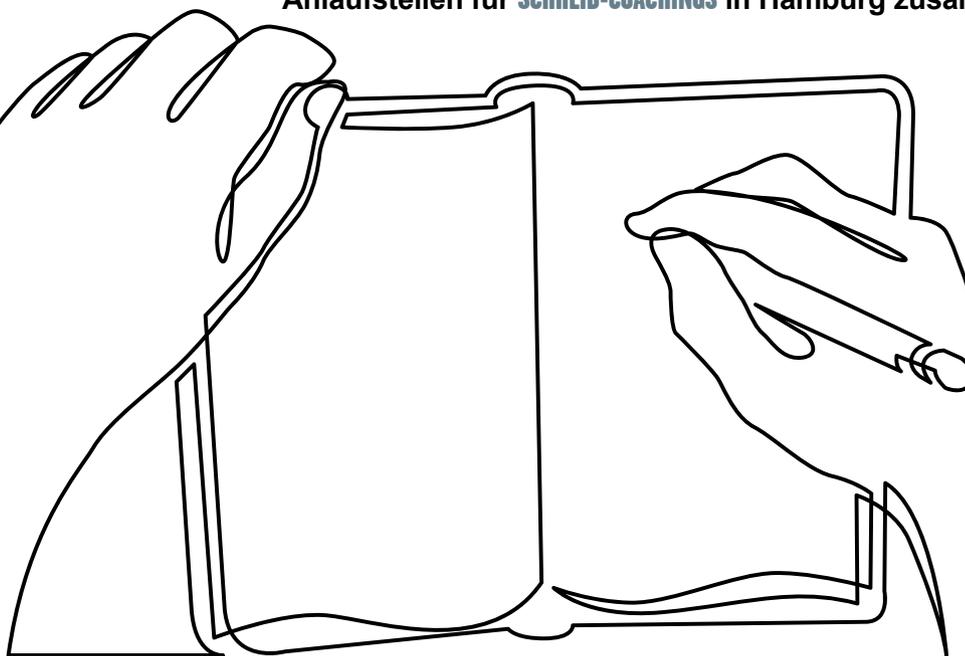
+++ MEIN EIGENES BUCH +++



CARA PADEIRO

SCHREIBEN ALS KREATIVER AUSGLEICH

Unsere Autorin **CARA PADEIRO** arbeitet gerade an ihrem **ROMANDEBÜT**. Sie verrät, wie auch ihr ganz einfach den Einstieg in das Schreiben finden könnt und warum das den **PERFECTEN AUSGLEICH** zum durchstrukturierten Alltag bietet. Dazu haben wir Tipps rund um das Thema **SELF-PUBLISHING** und Anlaufstellen für **SCHREIB-COACHINGS** in Hamburg zusammengestellt.



Einmal im Leben ein eigenes Buch schreiben - diesen Traum habe ich schon lange gehegt. Eine grobe Vorstellung hatte ich im Kopf. Doch das Papier blieb lange Zeit leer und ich arbeitete einfach weiter in meinem normalen Job. Als ich mich aktiver mit der Idee beschäftigte, fiel mir auf, dass in den Schubladen vieler Freunde und Bekannte zahlreiche Schreibideen schlummern. Inspiriert durch das eigene Leben, Filme, Literatur oder Gedichte warten sie auf ihren Einsatz - oftmals vergeblich. Warum ist das so? Was hält uns davon ab, einfach loszulegen? Ich habe festgestellt, dass so ein Projekt ein toller Ausgleich sein kann, gerade wenn man sich in seinem Berufsleben eher durchstrukturierten Themen widmet. Beim Schreiben kann ich in fremde Welten eintauchen, mit eigenen Wünschen experimentieren oder völlig fiktive Szenarien entstehen lassen. Und das fernab von den Organigrammen, Prüfungsordnungen und Richtlinien des Alltags. Ich kann mich an „Schreibregeln“ halten oder sie bewusst brechen. Erlaubt ist, was mir gefällt. Und

man muss weder gerne Aufsätze in der Schule geschrieben haben, noch Künstler sein, um den Traum vom eigenen Buch in die Realität umzusetzen.

EIGENER ROMAN MIT SPIELORT HAMBURG

Für mich war der wichtigste Grundstein gelegt, nachdem mir eine Freundin das Schreib-Coaching bei Sofie Cramer empfohlen hatte. Die Autorin des Bestsellers „SMS für dich“, die mit ihrer Familie am Rande der Lüneburger Heide lebt, bietet verschiedene Kurse in Hamburg-Heimfeld an. Nachdem ich feststellte, dass die Location schnell und entspannt mit der S-Bahn erreichbar ist, meldete ich mich zu einem monatlichen Kurs an, den ich nun gemeinsam mit vier anderen angehenden Autoren besuche. Dabei feilen wir an unseren Ideen, lesen den anderen Textpassagen vor, besprechen handwerkliche sowie kreative Techniken und bekommen von Sofie viele Anregungen für die nächsten Schritte unserer Werke. Durch das Feedback zu meinen Kapiteln habe ich den Plot verfeinert und die erste Roh-

fassung meines Manuskripts fertiggestellt. Damit ist die Geschichte meiner Protagonistin Cate O'Reilly allerdings noch nicht beendet - denn nun steht die Überarbeitung der 250 Seiten an. Auch wenn sich die Familiengeschichte an vielen Orten dieser Welt zutragen könnte, war für mich von Anfang an klar, dass der Roman in Hamburg spielen soll. So wohnt und arbeitet die Protagonistin in der Hafencity und es gibt einen besonderen Bezug zum Elbstrand, der mein persönlicher Lieblingsort in der Stadt ist. Außerdem fand ich es interessant, mich mit den Veränderungen zu beschäftigen, die das Leben mit sich bringt: Ich habe die durchorganisierte Karrierefrau einem Schicksalsschlag ausgesetzt und mit der Frage gespielt, welche Chancen sich ergeben, wenn alle Pläne ausweglos erscheinen.

Mein Buch-Projekt ist mir inzwischen so ans Herz gewachsen, dass ich meinen eigenen Plan im positiven Sinne gestrichen habe. Ursprünglich wollte ich das Buch nur für mich selbst schreiben und es vielleicht meinen besten Freunden schenken. Mittlerweile möchte ich den Roman rausbringen und beschäftige mich nun damit, wie ich ihn veröffentlichen und an die Leser bringen kann.

SELF-PUBLISHING FÜR AUTOREN

Wie das erfolgreich in die Praxis umgesetzt werden kann, hat mir kürzlich Tobias Heuer vorgemacht. Den 31-jährigen lernte ich bei einem Autoren-Stammtisch kennen, als er im Herbst 2018 sein gerade veröffentlichtes Buch vorstellte. Der Winterhuder war schon als Jugendlicher Fan des Contemporary-Fantasy-Genres. Die ersten Ideen zu seinen Romanen entstanden, als er noch als erster Offizier und Copilot arbeitete. Aus gesundheitlichen Gründen musste er diese Karriere 2015 aufgeben. Seitdem beschäftigt er sich intensiver mit der Literatur - und schlug eine Laufbahn als Autor ein. Dabei hätte er früher nie damit gerechnet, einmal als Schriftsteller aktiv zu werden. Ebenso unterstützt durch Schreib-Coachings von Sofie entstand „Bis wir fallen“: Ein Roman, in dem Magisches mit der realen Welt verschmilzt. Als Hauptspielort wählte Tobias den Stadtpark in Winterhude.

Veröffentlicht hat Tobias sein Werk als Self-Publisher. Hierbei wird der gesamte Prozess rund um die Entstehung und Veröffentlichung eines Buchs vom Autor übernommen. Neben dem Schreiben an sich ist man unter anderem verantwortlich für die Gestaltung des Covers, die Vergabe des Lektorats und das Marketing. Diese Aufgaben werden beim „klassischen Weg“ von einem Verlag übernommen. Die eigene Verantwortung dieser Bereiche bedeutet zwar mehr Arbeit, doch ebenso eine größere Gestaltungsfreiheit

und Flexibilität. Zudem bietet das Self-Publishing Autoren verschiedene Möglichkeiten, das Buch sowohl in gedruckter als auch in elektronischer Form anzubieten. Es gibt inzwischen einige etablierte Anbieter, wie zum Beispiel Books on Demand (BOD) oder Kindle Direct Publishing (KDP), die Dienstleistungen rund ums Buch bieten. Die Gewinnspanne für den Autor variiert dabei je nach gewähltem Paket. Als ersten Anlaufpunkt im Dschungel der Möglichkeiten kann ich die Self-Publisher-Bibel empfehlen: Eine Internetplattform, auf der man sich einen Überblick über verschiedene Anbieter verschaffen kann und viele weitere Infos bekommt.

Für Tobias haben sich die Arbeit und der Aufwand gelohnt. Mit seinem nächsten Roman hat er bereits begonnen. Dem Genre bleibt er treu - als Spielort hat er sich dieses Mal für England in den 50er Jahren entschieden. Sein Tipp für angehende Autoren lautet: „Bloß nicht aufgeben! Das

Handwerk des Schreibens ist erlernbar, letztendlich kommt es vor allem auf das Durchhaltevermögen an.“



SOFIE CRAMER
SCHREIBCOACH

WEITERMACHEN ZWISCHEN FLOW UND SELBSTZWEIFELN

Dem kann ich mich nur anschließen! Denn bis aus meiner ersten Idee ein Manuskript wurde, erlebte ich zahlreiche Male Ebbe und Flut am

Elbstrand. Der Schreibprozess ist nicht immer gleichmäßig - manchmal kommt man in einen richtigen Flow, einen Tag später schleichen sich Selbstzweifel ein. Als in meinem Roman plötzlich eine neue Protagonistin auf der Bildfläche erschien, war ich von ihrem Auftritt erstmal selbst überfordert, obwohl er geplant war. Ich musste mich umstellen und einen Zugang zu ihr finden. Nachdem ich einige Male frustriert den Laptop zugeklappt hatte, legte ich beim nächsten Versuch endlich los und darauf die Blockade überwinden. Jetzt freue mich schon darauf, wenn mein Roman bald von den ersten Lesern in den Händen gehalten und gelesen wird.

Mein Durchhaltevermögen wurde vor allem durch die Workshops und den Austausch mit anderen angehenden Autoren gestärkt - schließlich wollte ich bei unserem monatlichen Treffen neue Seiten und Kapitel mitbringen. Die positiven Diskussionen in der Gruppe stärkten immer wieder das Vertrauen in meine eigene Arbeit. Zusätzliche Motivation entstand durch die Lektüre verschiedener Fachbücher und den Anreiz, so intensiv an meinem Werk zu arbeiten, bis es bereit ist, gelesen zu werden. Dazu habe ich bereits ein improvisiertes Cover gezeichnet und mir damit selbst schon einmal gezeigt, wie das fertige Buch später einmal aussehen könnte. (Selbst-)Motivation ist eben alles!

TIPPS FÜR EUER EIGENES SCHREIB-PROJEKT ***

Wenn auch ihr auf den Geschmack gekommen seid, euch als Autor zu versuchen, wünsche ich euch viel Spaß und gutes Gelingen. Nachdem die ersten Zeilen geschrieben sind, ist die erste große Hürde geschafft! Hier findet ihr Coachings, Hilfen und Anregungen:

Details zu den Kursen von Autorin und Schreib-Coach Sofie Cramer: sofie-cramer.de

Inspiration durch den Werdegang des Autors Tobias Heuer: tobias-heuer.com/ueber-mich

Alle Infos und Tipps rund ums Self-Publishing: selfpublisher-bibel.de/

Facebook-Gruppen zum Austausch mit anderen Autoren: facebook.com/groups/dasautorenhilfeforum und facebook.com/groups/Indie-esgehtauchohneverlag

Lektüre zum Thema Buch-Veröffentlichung: „Autoren-Handbuch“ von Sylvia Englert (Autorenhaus Verlag)

„BIS WIR FALLEN“ VON TOBIAS HEUER



Die 27-jährige Sophie trifft im Hamburger Stadtpark auf Oliver, der verzweifelt im Regen sitzt und vorgibt, ein schwerwiegendes Problem zu haben. Erst nach und nach gewinnt Sophie sein Vertrauen und findet heraus, dass Oliver der Herbst in Gestalt eines Menschen ist und seine Fähigkeit, die Jahreszeit einzuleiten und die Blätter fallen zu lassen, verloren hat. Weil die gesamte Natur zum Sterben verurteilt ist, versucht Sophie Oliver zu helfen. Auf der gemeinsamen Suche nach der Lösung dieses sonderbaren Problems erfahren sie nicht nur Unglaubliches über die Geheimnisse der Jahreszeiten. Sie fühlen sich auch immer mehr zueinander hingezogen - mit dramatischen Konsequenzen.



Deine Karriere- chancen bei EDEKA Nord

WERDE TEIL DES
EDEKA NORD-TEAMS

Wer EDEKA hört, denkt spontan an seinen samstägigen Wocheneinkauf oder an den hippen Opi, der im EDEKA-Werbespot seinen „Supergeil“-Song singt und zwischen den Marktregalen tanzt. Aber wusstet ihr auch, dass der EDEKA-Verbund mit rund 370.000 Mitarbeitern der führende Lebensmittelhändler und einer der größten Arbeitgeber Deutschlands ist?

Text: Kristina Regentrop

EDEKA Nord in Neumünster ist eine der insgesamt sieben Großhandlungen des EDEKA-Verbundes. Das Absatzgebiet umfasst Hamburg, Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern sowie Teile von Niedersachsen und Brandenburg. Hier gibt's tolle Karrierechancen, denn EDEKA sucht Nachwuchs. „Wer bei uns als Auszubildender, Festangestellter oder Quereinsteiger anfängt, hat die Chance, mit uns gemeinsam zu wachsen, Verantwortung zu übernehmen und sich weiterzuentwickeln“, betont Michael Fink, Personalleiter bei

EDEKA Nord. „Das Arbeiten macht hier Spaß und es zählt die Meinung jedes Einzelnen.“ Ob in der Verwaltung, im Einkauf oder Einzelhandel – beim Branchenprimus lernt ihr den facettenreichen Lebensmittelhandel mit seinen Aufstiegschancen kennen. EDEKA Nord als zukunftsorientiertes Unternehmen sucht Nachwuchskräfte für viele, spannende Aufgabenbereiche wie IT, Marketing, Vertrieb, Personalwesen, Controlling, Einkauf, Logistik sowie Immobilien. Vor den Toren Hamburgs lernt ihr den vielseitigen Lebens-



CAROLIN GAFFRON
Recruiterin bei
EDEKA Nord

mittelgroßhandel kennen. „Wir suchen Bewerber, die motiviert und echte Teamplayer sind“, sagt Carolin Gaffron, Recruiterin bei EDEKA Nord. „Vor allem das familiäre Miteinander, ein gutes Arbeitsklima und umfangreiche betriebliche Leistungen wie ein flexibles Arbeitszeitmodell zeichnen das Arbeiten hier bei uns in Neumünster aus.“

Nachwuchsförderprogramm für EDEKA-Mitarbeiter

Wer bereits Teil der EDEKA-Familie ist, wird auf seinem Karriereweg durch individuelle und vielfältige Maßnahmen



MICHAEL FINK
Personalleiter
bei EDEKA Nord



Fotos: EDEKA Nord (7), privat (1)
* Soweit in diesem Text eine männliche Form verwendet wird, stellt dies einen neutralen geschlechtsunabhängigen Ausdruck dar. Er dient der sprachlichen Vereinfachung und hat keinen diskriminierenden Charakter.



STUDIERE DUAL BEI EDEKA NORD

Laut des Deutschen Zentrums für Hochschul- und Wissenschaftsforschung brechen rund ein Drittel aller Studis ihr Studium bereits in den ersten Jahren ab. Die Gründe sind vielfältig, oftmals fehlt der praktische Bezug. Bei EDEKA in Neumünster habt ihr die Möglichkeit, ein duales BWL- oder Wirtschaftsinformatikstudium zu absolvieren. Ihr seid entweder an der Nordakademie-Hochschule für Wirtschaft oder der Dualen Hochschule Schleswig-Holstein eingeschrieben. „Ein normales Studium ist vielen Studenten zu trocken und theoretisch. Ein duales Studium vereint Theorie und Praxis miteinander“, so Martina Thormann, Abteilungsleiterin für Personalentwicklung bei EDEKA Nord. In der Regel dauert das umfangreiche duale Studium zwischen 3 und 3,5 Jahre. Ihr seid abwechselnd an der Hochschule

oder in der Großhandlung und schließt mit dem Bachelor of Science ab. Als BWL-Student erfahrt ihr die Abläufe eines Großhandelbetriebes und einer Verwaltung, als Wirtschaftsinformatik-Student seid ihr für die Weiterentwicklung der Informations- und Kommunikationsinfrastruktur zuständig. Im Gegensatz zum klassischen Studium verdient ihr als Student bereits euer eigenes Gehalt und seid von Anfang an Teil des EDEKA Nord-Teams. Duale Studis können wie Carolin Gaffron und Kristine Tautrim in den Großhandelsbereichen Vertrieb und Personalwesen sowie in allen anderen Großhandelsbereichen einsteigen. Möglich ist auch eine Karriere im Einzelhandel, wie Nico Quegwer zeigt.



NICO QUEGWER
Gestartet als dualer Student – jetzt Market-leiter bei EDEKA

Der 24-Jährige hat BWL mit Fachrichtung Handel dual studiert. „Während meines Studiums habe ich ganz unterschiedliche Abteilungen wie den Einkauf, den Vertrieb, die Buchhaltung oder den Personalbereich kennengelernt. Was ich in der Theorie lernte, konnte ich direkt in der Großhandlung in Neumünster praktisch anwenden.“ Seit Ende letzten Jahres leitet er einen Markt in Altenholz-Stift bei Kiel und ist unter anderem für die Warenbestellungen und das Management seines 16-köpfigen Teams verantwortlich. Das betriebswirtschaftliche Know-how aus seinem Studium zu Themen wie Personalmanagement oder Marketing sind dabei goldwert.

Mehr Infos zu den dualen Studiengängen bei EDEKA Nord gibt's online unter www.verbund.edeka/nord/karriere

unterstützt. Das interne Nachwuchsförderprogramm zielt auf leistungsstarke Nachwuchskräfte ab und macht sie für verantwortungsvolle Fach-, Projekt- oder Führungspositionen fit. Ein solches Programm für die Großhandlung hat Kristine Tautrim durchlaufen. Sie startete als duale BWL-Studentin bei EDEKA Nord und ist nun Abteilungsleiterin für die Vertriebssteuerung. Zwei Jahre lang absolvierte sie Seminare zu Projektmanagement, Präsentations- sowie Kommunikationstechniken und arbeitete an einem Praxisprojekt. „Ich habe nicht nur mein Fachwissen ergänzt, sondern

auch Führungskompetenz erlangt, die mir in meinem Arbeitsalltag zugutekommt.“



KRISTINE TAUTRIM
Abteilungsleiterin für die Vertriebssteuerung

STARTE DEINE AUSBILDUNG BEI EDEKA NORD

Mit über 1.400 Azubis in 22 unterschiedlichen Ausbildungsberufen gehört EDEKA Nord zu einem der größten Betriebe unserer Region. „Unsere dreijährigen Ausbildungen verbinden Praxis und Theorie“, erklärt Martina Thormann. Ihr könnt zum Beispiel als Immobilienkaufmann, Kaufmann im Einzelhandel sowie im Groß- und Außenhandel oder Mediengestalter starten. Nach der Ausbildung habt ihr die Chance, euch individuell weiterzuentwickeln. EDEKA Nord hat für euch unterschiedliche Weiterbildungsmöglichkeiten zu Fach- und Methoden-, Kommunikations- oder Führungskompetenz in petto, die entweder in Präsenzseminaren stattfinden oder ganz bequem über ein E-Learningportal abrufbar sind.

Ausbildungsstart ist jedes Jahr im August. Potentielle Bewerber sollten sich ein Jahr im Voraus bewerben.

Bei Rückfragen zur Ausbildung meldet euch bei Martina Thormann. Email: martina.thormann@edeka.de, Telefon: +49 4321 985 453



MARTINA THORMANN
Abteilungsleiterin für Personalentwicklung

JOBBE NEBEN DEINEM STUDIUM

Auf der Suche nach einem Nebenjob? Dann starte doch als Aushilfe in einem der zahlreichen EDEKA-Märkte, lerne den Einzelhandel kennen und bekomme einen Fuß in die Tür. „Für unsere Mitarbeiter gibt es tolle Fortbildungskurse, man kann sich sogar zum Sommelier ausbilden lassen“, sagt Stefan Saal, der als Trainer für das Ausbildungsmarketing und die Nachwuchsförderung zuständig ist. „Viele Aushilfen beginnen direkt im Anschluss bei uns eine kaufmännische Ausbildung im Einzelhandel.“ Wer nach seiner Ausbildung sogar zum Marketleiter aufsteigen möchte, kann an einem zwölfmonatigen Juniorenaufstiegs-Programm teilnehmen. „Wir lieben nicht nur die Vielfalt unseres Sortiments, sondern auch unsere Aus- und Weiterbildungsangebote.“



STEFAN SAAL
Trainer für Ausbildungsmarketing und Nachwuchsförderung

Mehr Infos zum Berufseinstieg nach dem Studium, zu aktuellen Stellenausschreibungen und Ausbildungen bei EDEKA Nord gibt's online unter www.verbund.edeka/nord/karriere. Bei Rückfragen meldet euch bei Carolin Gaffron. Email: carolin.gaffron@edeka.de, Telefon: +49 4321 985 630

KULT-KOLLABORATION: MOJO X ERIKA'S ECK



Erika's Ecke
von 17 - 14° U

A man wearing a bright yellow hoodie and dark sunglasses stands in a kitchen. The hoodie has a stylized logo on the chest. The background shows kitchen equipment like a stove and shelves with various items. The overall scene is brightly lit.

MOJO: STREET WEAR MIT KULT FAKTOR

LABEL-GRÜNDER ANDRÉ

AUS DER SCHANZE

LIMITED EDITION: FÜR DAS ERIKA'S ECK SHOOTING STANDEN AUCH
IMBISS-MITARBEITER UND STAMMGÄSTE VOR DER KAMERA.

Das Label MOJO überrascht uns immer wieder: Denn neben den normalen Kollektionen bringt Gründer André starke Kult-Kollabos raus – wie zuletzt die MOJO x Erika's Eck Kollektion. Wir haben ihn in seinem kleinen Shop-Atelier in der Schanze getroffen und verraten mehr über das coole Label, das Team dahinter und die neusten MOJO-Pläne.

Text: Lesley-Ann Jahn

Im vergangenen Jahr zog sich an einem lauen Sommerabend plötzlich eine lange Schlange durch die sonst eher ruhige Kampstraße – und vor dem kleinen Shop des Modelabels MOJO drängelten sich die Leute. Grund für den Hype war der Release der MOJO x Erika's Eck Kollektion. Jeder wollte eins der lässigen T-Shirts oder Hoodies mit dem Logo-Druck ergattern. Nach zweieinhalb Stunden hieß es allerdings: Ausverkauft! Wer leer ausging, blieb trotzdem und feierte den Release mit einer Knolle in der Hand auf der Straße weiter oder holte sich noch einen „Snack“ beim Kult-Imbiss mit seiner legendären Hausmannskost ein paar Häuser weiter.

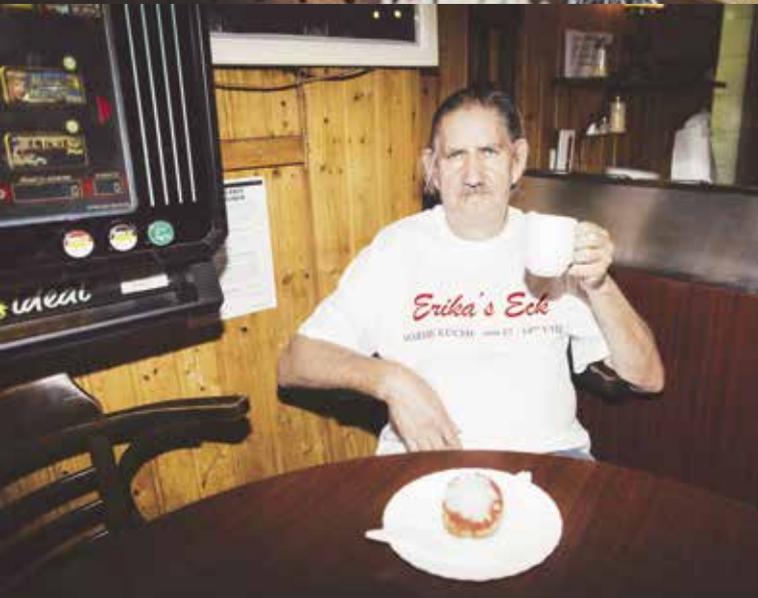
„Wir waren schon immer Fans von Erika's Eck – und das nicht nur wegen der unmittelbaren Nachbarschaft“, erzählt uns Label-Gründer André Giebelmann. „Irgendwie sind wir dann spontan drauf gekommen, Pullis mit dem Logo zu designen und sind mit dem Entwurf rüber. Die Leute vom Laden waren erstmal skeptisch, ob sowas überhaupt jemand kaufen würde. Eine Woche später haben wir aber die Ware bestellt – und es lief.“ Für das Shooting der Kollektion waren sogar einige der Imbiss-Mitarbeiter und Stammgäste am Start.

Handmade Unikate und Kollektionen

Das Label MOJO hat André 2007 gegründet – damals noch unter dem Namen MOJO Snowboarding. „Ich habe schon davor öfters T-Shirts oder Hoodies für meine Freunde gestaltet“, erzählt André, der in Braunschweig Medienwissenschaften studiert hat und eigentlich Sportjournalist werden wollte. „Ich hatte total Spaß daran und auch die Nachfrage wurde immer größer. So ist daraus das Label entstanden.“ Für Streetwear interessierte sich der Eimsbüttler schon länger – vor allem für die klassischen Styles der 80er-Jahre mit wenigen Grafiken oder Sprüchen. So pinselte er anfangs das Logo ganz einfach selbst auf die Klamotten.

Mittlerweile werden die MOJO Kollektionen fair in Portugal produziert. Der reduzierte Stil und der hand-made Ansatz sind aber bis heute geblieben. Als wir André in seinem Atelier im MOJO Shop treffen, arbeitet er gerade an einer Retro-Kollektion, für die er wieder zu Farbe, Logo-Schablone und Pinsel greift. Auch die „normalen“ Sommer- oder Winter-Kollektionen sind ausschließlich als limitierte Editionen erhältlich. Viele der Stücke sind sogar Unikate.

Fotos: Valentin Ammon (3)



Shop mit Wohnzimmeratmosphäre

Nach der Gründung des Labels verkaufte André die Kleidmotten zuerst nur über einen Onlineshop. Im Jahr 2015 eröffnete dann der MOJO Store in der Kampstraße. Der kleine Shop ist im Grunde so muckelig wie ein Wohnzimmer: Eine Couch lädt zum Chillen ein, es läuft entspannter Hip-Hop und im Kühlschrank findet man immer eine kalte Limo. Die Einrichtung des Ladens sorgt mit viel Liebe zum Detail für #interiorinspo: Die Kleidungsstücke sind auf Industrial-Style-Regalen drapiert und Accessoires wie Taschen, Caps sowie Mützen liegen auf großen Tischen aus Holzpaletten. Im Sommer kann man es sich vor dem Shop unter der Markise auf einer Holzbank gemütlich machen und die vorbeikommenden Fußgänger beobachten. Aber natürlich erst nachdem man die aktuellen Kollektionen bestaunt und vielleicht das ein oder andere Teil geshoppt hat!

Für André ist die Location gleichzeitig auch sein Atelier. In einem kleinen Hinterzimmer arbeitet er an neuen Designs, kümmert sich um den Kundenservice und Social Media. „Hier kann man auch mal eine Idee – so wie jetzt gerade die Retro-Kollektion – zwischenschieben und einfach direkt umsetzen“, erzählt er. „Das ist auch das Besondere an MOJO: Wir sind zwar schon zehn Jahre alt, aber bis heute ein kleines, individuelles Label geblieben.“

Die MOJO-Family

Was außerdem auffällt, wenn der Gründer über das Label spricht: Er verwendet immer die Wir-Form. „Das MOJO-Team ist tatsächlich wie eine Familie für mich! Auch als wir unser 10-jähriges Jubiläum gefeiert haben, war das einfach eine fette Familienfeier“, erzählt er. „Es sind so tolle Menschen dabei und viele kommen aus meinem Freundeskreis, wie beispielsweise unser Fotograf, der Filmemacher, der Grafiker und der Designer.“ Auch für die Shootings der Kollektionen stehen oft Bekannte von André vor der Kamera.

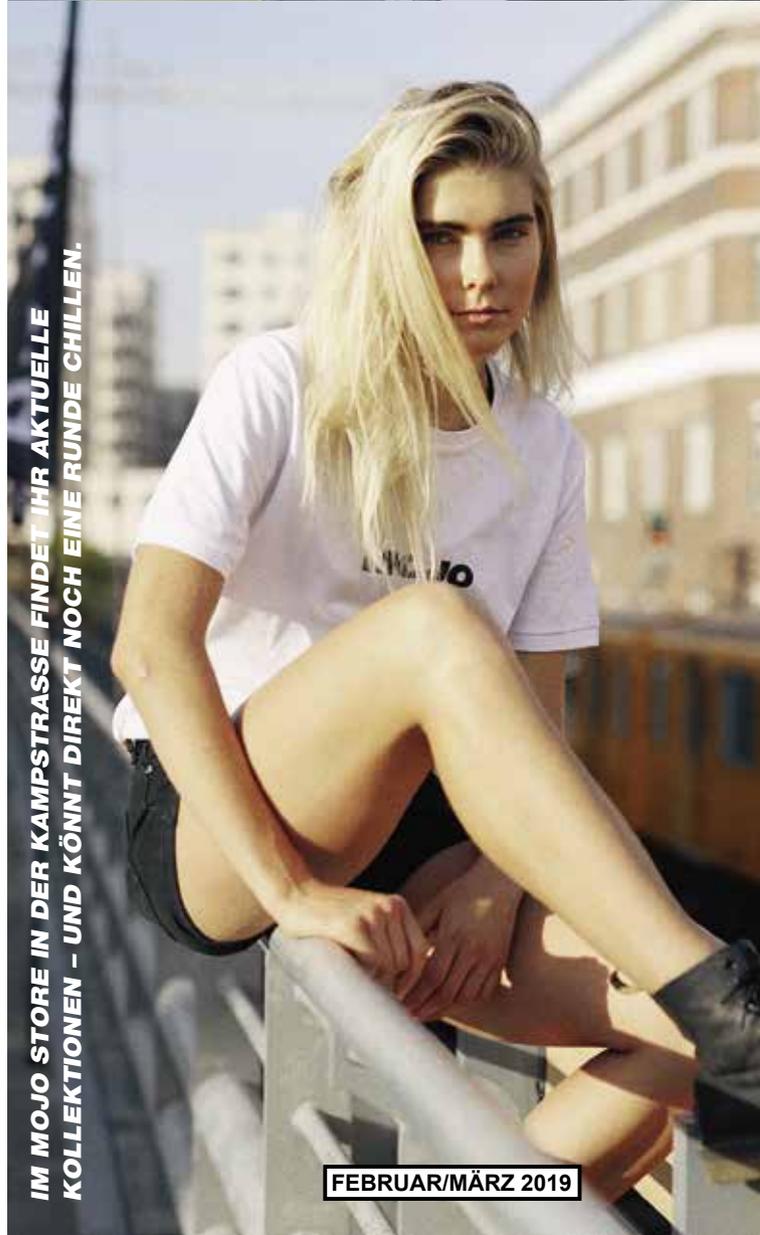
Gleichzeitig ist die Hamburg-Base um das Label groß: Mit den Salt&Silver Jungs ist André eng befreundet und verkauft ihr Reise-Kochbuch in seinem Shop. 2016 gab es außerdem einen limitierten Kollabo-Hoody mit dem Kleinen Donner – und natürlich wurde die dazugehörige Release-Party im Club gefeiert. Auch mit dem Hamburger Kult-Kümmelschnaps Helbing gibt es immer wieder stylische Zusammenarbeiten. Und mit dem direkt benachbarten B-Lage Shop schloss sich MOJO mittlerweile schon vier Mal für einen Streetwearflohmarkt zusammen.

Neue Kult-Kollektion

Für die Zukunft plant André auch weiterhin nicht auf Masse, sondern auf bewusst ausgewählte Kollaborationen zu setzen. Die neuen Winterpieces erscheinen pünktlich zum vermutlich kommenden Kälteeinbruch ab Ende Januar. Dazu verrät der Gründer: „Es steht eine Kollektion in Zusammenarbeit mit der Künstlerin Xuli in den Startlöchern!“ Die Hamburgerin arbeitet im Bereich Typographie, Lettering and Graphic Design und steuert mit ihrer unvergleichbaren Handschrift sogenannte Calligraphitis für die Kleidungsstücke bei.

Und es gibt noch eine Top-News, die wir an dieser Stelle schon mal leaken können: „Die Erika's Eck Teile kamen so gut an, dass wir Anfang des Jahres neue Hoodies rausbauen werden.“ Oh yes! Wenn ihr das hier also lest, geht am besten schnell im MOJO Store vorbei oder schaut online nach, ob ihr schon eins der limitierten Teile ergattern könnt. Mehr Hamburger Streetstyle geht nicht.

Fotos: Thang Dat (4)



IM MOJO STORE IN DER KAMPSTRASSE FINDET IHR AKTUELLE KOLLEKTIONEN – UND KÖNNT DIREKT NOCH EINE RUNDE CHILLEN.

FEBRUAR/MÄRZ 2019



MEHR MOJO

Store

**KAMPSTR. 11
(STERNSCHANZE)
MO-SA 12-19 H**

Onlineshop

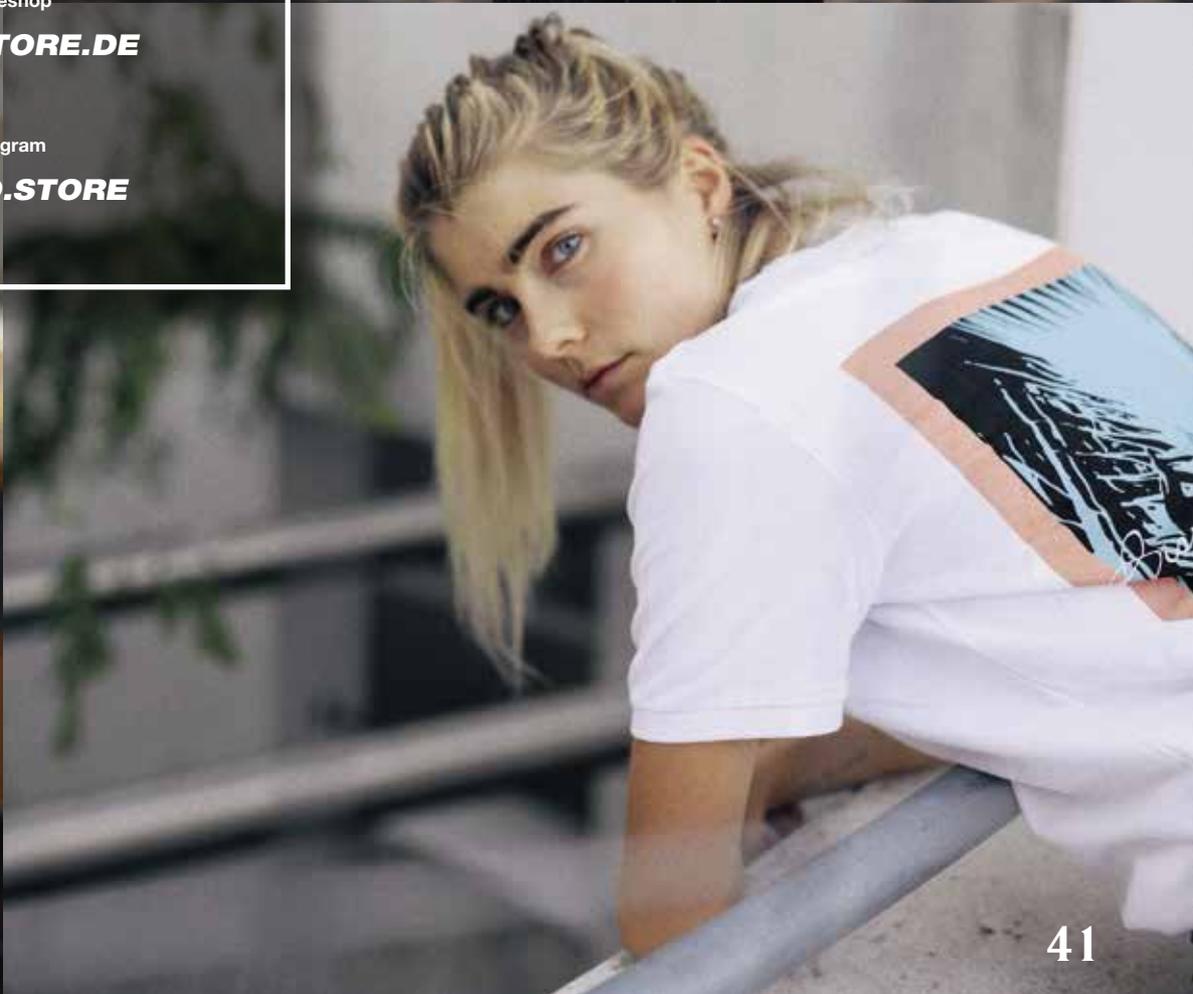
MOJOSTORE.DE

Instagram

@MOJO.STORE



WENN JETZT SOMMER WÄR: DIE PIECES DER MOJO KOLLEKTIONEN WERDEN FAIR IN PORTUGAL PRODUZIERT.



NEUER METEORSTROM AMMUSIK-HIMMEL

Die Kieler Band **LEONIDEN** ist „the next big thing“ des deutschen Indie-Rocks. Mit ihrem aktuellen Album sind die fünf Jungs noch bis **ENDE MÄRZ AUF TOUR** – wir haben vorab mit Leadsänger **JAKOB AMR** und Gitarrist **LENNART EIGKE** über die neue Platte, das Songwriting und das Geheimnis ihrer langjährigen Freundschaft gesprochen.

Text: Kristina Regentrop

ERZÄHLT MAL, WIE LIEF DIE ARBEIT AN EUREM ZWEITEN ALBUM „AGAIN“?

J: Wir waren schon beim ersten Album ziemlich perfektionistisch und haben lange daran gearbeitet – für „Again“ haben wir noch mehr Zeit investiert und locker 10.000 Stunden reingesteckt. Da wir im vergangenen Jahr so viel erlebt und hundert Konzerte gespielt haben, sind wir zusammengewachsen und konnten noch viel mutiger und geplanter ans neue Album rangehen. Zuerst waren wir aber nicht so richtig produktiv. Dann haben wir uns im Lagerraum eines Kumpels verschänkt. Die ramschige Bude mit Klappstühlen nannten wir euphemistisch Schreiblabor. Dort haben wir jeden Tag verbracht, den wir nicht auf Tour waren, und von morgens bis abends an den Songs gearbeitet.

HABT IHR DENN EINEN TRACK, DER EUCH BESONDERS GEFÄLLT?

J: Ne, dann hätten wir das Album nicht rausgebracht. Wenn es nur einen Song gibt, den man vor die anderen stellt, hieße das, dass es einen besten Track gibt. Wir wollten ein Album machen, auf dem Lieblingssongs von allen drauf sind. Wobei ich das Lied „River“ etwas herausstellen würde, weil es eines der ersten war, mit dem wir musikalisch etwas Neues ausprobiert haben. Deshalb könnte man den catchy Slogan formulieren, dass das Album „Again“ und nicht „Repeat“ heißt.

WOHER NEHMT IHR EURE INSPIRATION?

J: Wir werfen alles zusammen, was uns zu Riffs, Gesangsmelodien sowie Schlagzeugbeats einfällt und gefällt. Wir können uns ganz gut selbst inspirieren – wir sind keine Band, die vor ihrem nächsten Album eine Pause machen muss. Das ist ein gutes Zeichen und zeigt, dass wir nicht leer sind. Wir sitzen am Laptop und nehmen auf. Auf der Bühne fangen wir dann wieder an, sehr expressiv

BAND- UPDATES

Auf Instagram gibt's [@leoniden](#) – jeden Tag ver-rückte Storys aus dem (Tour-)Alltag der Jungs!

und leidenschaftlich zu sein. Songwriting bedeutet Arbeit. Das klingt vielleicht kühl – stimmt aber. Im Grunde genommen ist Musik ja eine so persönliche Form der Kunst, dass es in der Theorie fast unmöglich ist, fünf Leute zu vereinen. Deshalb hauen wir uns auch die Köpfe ein, wenn uns was nicht gefällt.

IHR HABT VOR DEM ERSTEN ALBUM EUER EIGENES LABEL GEGRÜNDET. WIESO?

J: Aus pragmatischen Gründen. Wir haben mit einigen kleinen und großen Labels gesprochen, aber waren mit den Bedingungen unzufrieden. Wir kommen eher aus einem punkigen und Do-It-Yourself-Kontext, sodass es eigentlich ganz schlüssig war, sein eigenes Label zu gründen. Trial-and-errormäßig ist anfangs viel schiefgelaufen. Bei der ersten CD-Pressung waren zwei Lieder auf den Alben, die wir eigentlich vorher runter geschmissen hatten. Also war alles für die Katz produziert.

L: Auch gut war, als das Finanzamt anrief und nach den Steuererklärungen für die letzten 2,5 Jahre fragte. Ups, ganz vergessen! Man muss eben tatsächlich alles selbst machen: Von der Produktion bis zum Versand der CDs. Das ist zeitintensiv – aber es lohnt sich!

WAS IST DAS ERFOLGSGEHEIMNIS, UM LANGE ALS BAND ZU BESTEHEN?

L: Ich glaube, es ist bescheuert, wenn man sich Riesenziele setzt. Es sollten immer kleine Ziele sein, die man step-by-step dann auch erreicht. Hätten wir vor 14 Jahren gesagt, dass wir mit unserem zweiten Album im Radio laufen oder in irgendeiner Fernsehshow auftreten wollen, hätten wir ja nur verlieren können. Das war kein Ziel oder ein dicker Masterplan. Wir hätten uns gar nicht getraut, das so zu formulieren. Wir waren immer relativ bescheiden.

UND WAS IST DANN EUER NÄCHSTES ZIEL?

L: Gute Frage! Auf dem Wunschzettel steht, dass man hier und da mal im Ausland spielen darf. Wir singen auf Englisch und innerhalb von Deutschland wird einem das gefühlt immer noch als Nachteil angehängt. Wer auf Deutsch singt, hat es angeblich leichter. Wir wollen aber auf Englisch weitermachen und es auch so schaffen.

J: Ausland bedeutet jetzt als nächstes aber auch noch nicht England oder die USA. Erstmal wollen wir Städte wie Kopenhagen oder so erreichen. Ist ja eigentlich auch viel naheliegender, da Kiel geografisch näher an diesen Städten als zum Beispiel München liegt.

„Ich glaube, ich habe keine anderen Freunde mehr. Die Bandmitglieder sind die einzigen Menschen, die ich überhaupt sehe.“

IHR HÄNGT 24/7 MITEINANDER AB, MACHT MUSIK UND SEID JA AUCH PRIVAT BEFREUNDET. WIE FUNKTIONIERT DAS?

L: Ich glaube, ich habe keine anderen Freunde mehr. Die Bandmitglieder sind die einzigen Menschen, die ich überhaupt sehe. Haha. Nein, im Ernst: Ich glaube das Rezept ist, dass man sich streiten können muss. Keiner nimmt irgendwas mit nach Hause, weil jeder es sofort ausspricht. Wir haben es uns angewöhnt, Dinge direkt zu klären. Sonst wird daraus ein lawinenartiger Streit – und so lösen sich Bands tatsächlich auf.

AUF INSTAGRAM ERLEBEN WIR EUCH VIEL BACKSTAGE UND PRIVAT - IMMER AUFGEDREHT, GUT DRAUF UND TOP MOTIVIERT. WOHER NEHMT IHR DIESE GANZE ENERGIE?

J: Da ist unser Song „Kids“ inhaltlich ganz nah dran. Auch wir sind manchmal ganz schön fertig und man ist ja auch mal traurig. Aber auf der Bühne zu stehen, zeigt uns, wofür wir das alles machen. Wir führen uns einfach immer wieder vor Augen, dass Musik unsere größte Leidenschaft ist und wir riesen Glück haben, Musik machen zu dürfen.

IHR WART IM LETZTEN JAHR ORDENTLICH UNTERWEGS, HABT AUF MEHREREN FESTIVALS WIE DEM „DOCKVILLE“ UND VIELE KONZERTE GESPIELT. WIE SIEHT DAS MIT GROUPIES AUS?

Cool Kids aus Kiel:
Felix, JP, Lennart,
Jakob und Djamin



„Wir werfen alles zusammen, was uns zu Riffs, Gesangsmelodien sowie Schlagzeugbeats einfällt und gefällt.“

BAND-BIO:

Während ihrer Schulzeit gründeten die Brüder Lennart und Felix Eicke, JP Neumann und Djamin Izadi die Band. Leadsänger Jakob Amr stieß 2014 zu den Leoniden. 2017 erschien das Debütalbum „Leoniden“, im Herbst 2018 folgte dann „Again“. Noch bis Ende März sind die Fünf auf großer Deutschlandtour – das Konzert in der Großen Freiheit 36 am 8. März ist bereits restlos ausverkauft.

L: Ganz ehrlich: Es ist zum Glück relativ selten, dass man erkannt wird. Also in Kiel kennen uns natürlich einige Leute, da die Stadt ja nicht so groß ist. Da wurde Jakob letztens sogar von seiner Zahnärztin angesprochen!

STICHWORT HEIMAT: LENNART, DU BIST IN KIEL AUFGEWACHSEN, JAKOB HAT IN HAMBURG GELEBT. WIE VIEL „NORDDEUTSCHER JUNG“ STECKT IN EUCH?

J: Ich bin sehr unromantisch bei sowas. Ich bin ein Vagabund und habe schon in Saarbrücken, Lüneburg und Bielefeld gewohnt. Dieses Heimatgefühl habe ich daher ein bisschen verlernt. Ich fühle mich da wohl, wo ich mit den Leuten gerne abhänge. Aber nach Hamburg kommen wir immer super gerne!

L: Der Rest von uns lebt schon immer in Kiel und wir sind zufrieden hier. Es hat sich nie die Gelegenheit ergeben wegzuziehen. Aber das hat jetzt auch nichts mit Lokalpatriotismus zu tun. Wir haben in Kiel alles und vermissen nichts. Durch die Band sind wir viel unterwegs, wir sind regelmäßig in Hamburg und mindestens einmal im Monat in Berlin. Darum ist es schön, ein relativ beschauliches Zuhause zu haben.

UND WAS IST DAS GEILSTE, WENN IHR AUF TOUR SEID?

L: Es ist einfach das ganze Abenteuer! Und der Fortschritt schockt mich halt. Bei der vorletzten Tour haben wir 40 Karten für ein Konzert verkauft – jetzt sind es in der gleichen Stadt 300 oder 400. Und bei den Konzerten kennen die Leute mittlerweile die Lieder beider Alben richtig gut und singen komplett mit. Es gibt nichts besseres für uns!

Texte:
Constantin Jacob

KINOSTARTS

#DERVERLORENESOHN

Gleichberechtigung und Vielfaltigkeit sind große Schlagwörter für Politiker und Anhänger der Kirche. Die Wahrheit der angeblich besseren Zukunft fällt in Wirklichkeit aber deutlich konservativer aus. So auch für Jared Eamons (Lucas Hedges „Manchester By The Sea“), der als schwuler Sohn des Baptistenpredigers Marshall Eamons (Russell Crowe „A Beautiful Mind“) in einem brutalen Umerziehungsprogramm von seiner „Krankheit“ geheilt werden soll. Was nach veralteten Methoden aus den 50ern klingt, basiert auf den wahren Erlebnissen von Garrard Conley, die er 2004 in Arkansas durchlebte. Sicherlich kein Feel-Good-Movie von Regisseur Joel Edgerton – aber ein wichtiges Porträt, das als großer „Oscar“-Kandidat für die Verleihung im Februar behandelt wird.

Drama, Do., 21.02.



#DERGOLDENEHANDSCHUH

Niemand setzt Hamburgs Ecken so gekonnt in Szene wie Fatih Akin! Musikalisch, gesellschaftskritisch und politisch schreibt der Regisseur der Stadt immer eine geeignete Hauptrolle auf den Leib. Für seinen neuen Film lieferte zudem Hamburgs Kultautor Heinz Strunk die Vorlage zur mörderischen Legende von Fritz Honka, dem Serienmörder der Nachkriegszeit. Jonas Dassler („Werk ohne Autor“) spielt den unscheinbaren Außenseiter, der seine Opfer in den Seitengassen von St. Pauli fand. Mit Vorliebe zerstückelte er die Leichen und konnte sein grausames Werk mehr durch Zufall als mit Verstand über Jahre ausüben. Seine Hilfsmittel: Unmengen an Duftbäumen. Ein Stück blutige und sehenswerte Stadtgeschichte!

Thriller/Drama, Do., 21.02.



#WIR

Jordan Peele ist das, was man ein Regiewunderkind nennt. Mit seinem 2017er Erstling „Get Out“ warf er Horrorregeln über den Haufen, prangerte den Alltagsrassismus in den USA an und sicherte sich den „Oscar“ für das beste Drehbuch. Ein Glücksfall, wenn ein Regieneuling so ungebremst durchstartet und der anhaltenden Schwarz/Weiß-Debatte in der Traumfabrik eine kinotaugliche Ohrfeige versetzt. In seinem neuen Schocker beginnt der Strandurlaub einer afroamerikanischen Familie wie ein ganz normaler Familienausflug. Die Sonne scheint, die Kinder haben Spaß – und im nächsten Augenblick beendet ein blutüberströmter Fremder die friedvolle Atmosphäre. Der Anfang einer Nacht, die ungebundene Gäste und verstörende Wahrheiten mit sich bringt.

Horror, Do., 21.03.



FILMNEUSTARTS

CLUB DER ROTEN BÄNDER – WIE ALLES BEGANN (14.02.) Was geschah eigentlich vor dem Krankenhausaufenthalt des Clubs? Der Kinofilm zum deutschen Serienerfolg beantwortet offene Fragen. » **MEIN BESTER & ICH (21.02.)** Frankreichs „Ziemlich beste Freunde“ begeisterte über 9 Millionen deutsche Kinogänger. Ob das US-Remake mit Bryan Cranston („Breaking Bad“) und Kevin Hart („Jumanji“) daran anknüpfen kann? » **RATE YOUR DATE (07.03.)** Die Tücken des digitalen Datings schon im Vorfeld meistern: Eine App lässt miese Dates noch vor dem Kennenlernen aufliegen. » **DIE GOLDFISCHE (21.03.)** Tom Schilling, Axel Stein, Jella Haase und Kida Khodr Ramadan als Behinderten-WG mit räuberischen Ambitionen. » **FAIR TRADERS (28.03.)** Lassen sich Marktwirtschaft und Moral vereinen? Die preisgekrönte Doku begleitet drei Unternehmen bei ihren Vorhaben.



SERIENSTARTS

#ACHTTAGE

Bislang lautete der gemeinsame Nenner von Apokalypse und Unterhaltung Roland Emmerich. Jetzt weht dazu frischer Wind aus Deutschland durch das Genre. Auf dem Regiestuhl nimmt „Oscar“-Gewinner Stefan Ruzowitzky („Die Fälscher“) Platz und dirigiert unter anderem Christiane Paul („Steig. Nicht. Aus!“) und Devid Striesow („Simpel“) durch die letzten Tage einer Berliner Familie vor einem Kometeneinschlag in Europa. Im Fokus der neuen Sky-Eigenproduktion stehen aber nicht computergenerierte Effekte, sondern die Frage, wie Hysterie, Panik und schwindende Hoffnung die Zeit vor dem Kollaps bestimmen. Für Serienfans, die die Endzeitstimmung mehr schätzen als die Katastrophe selbst.

Fr., 15.02., Sky



#RUSSIANDOLL

Der Trend zur Geheimniskrämerei um neue Serien schraubt die Erwartungen zwar in die Höhe, lässt aber wenig Raum für erste handfesteste Einblicke. Umso mehr Vorfreude kommt auf, wenn an der Spitze des Produktionsstabs drei Comedyfachfrauen stehen und gute Gags garantieren: Natasha Lyonne („Orange Is The New Black“), Amy Poehler („Parks & Recreation“) und Leslye Headland („Bachelorette“). Natasha Lyonne spielt Nadia, die zu einer Party in den reichen New Yorker Kreisen eingeladen wird und dort den Tod findet. Immer wieder. In einer Zeitschleife gefangen, muss sie stets dem blutrünstigen Mord, dem tödlichen Unfall oder schmerzhaften Zufall ausweichen und den Grund für ihr wiederkehrendes Ableben finden. Wir freuen uns auf schwarzen Humor wie in „OITNB“ und Top-Situationskomik wie in „Parks & Recreations“.

Fr., 01.02., Netflix



#ANDEREELTERN

Die im Mockumentary-Stil gedrehte Comedy begleitet eine Gruppe frischgebackener Eltern, die bei der Eröffnung einer neuen Kita ratlos nach Antworten suchen und in Erziehungsfragen an ihre Grenzen stoßen. Ohne festes Skript, mit spontan entwickelten Handlungsverläufen und groben Charakterskizzen wurde die Serie im Stil von „Jerks“ oder „Stromberg“ angelegt und zieht die bitterböse Wahrheit über Helikopter-Eltern und ihren alternativen Erziehungsmethoden aus dem Impro-Talent des Ensembles. Lavinia Wilson („Schoßgebete“), Daniel Zillmann („Vampirschwestern 3“) und Sebastian Schwarz („Ballon“) führen den Cast der überforderten Neueltern an. Und auch wenn ihr selbst noch nicht mal im Entferntesten über das Kinderkriegen nachdenkt – diese Serie sorgt auch bei Nicht-Eltern für großen Spaß!

Di., 19.03., TNT Comedy

#EYESWIDEOPEN

Ab aufs Sofa: Das sind die **LESESWERTESTEN NEUERSCHEINUNGEN** für gemütliche Sonntage zu Hause. **Texte: Jennifer von Wiegen**

MATHIS OCHSENMEIER

MEIN BULLI-PROJEKT



Seit der 10. Klasse träumte Mathis Ochsenmeier aus der Nähe von Karlsruhe von einem eigenen VW-Bus, um die Welt zu erkunden. Nur durch Zufall entdeckte er nach seinem Abitur tatsächlich den Bulli seiner Träume – und das Abenteuer konnte beginnen. Der junge Autor erzählt mit seinem „Bulli-Projekt“ aber nicht nur eine teils sehr witzige Geschichte von Reparaturen über die TÜV-Prüfung bis zu ersten Pannen, sondern nimmt uns auch mit auf eine spannende literarische Reise, in der es um das Erwachsenwerden geht und den Mut, an Träumen festzuhalten.

Reise, Rowohlt TB, 256 Seiten

TOBIAS MANN

VERRÜCKT IN DIE ZUKUNFT



Tobias Mann, den wir aus den TV-Sendungen „Fun(k)haus“ und „Mann an Bord“ des WDR kennen, zeigt uns in seinem humorvollen Werk, wie unsere gesellschaftliche Zukunft aussehen könnte. Der Kabarettist und Musiker aus Mainz wagt einen Blick über den Tellerrand und beschreibt, wie sich unser Leben durch die Digitalisierung verändert. Tobias kommt zu dem Fazit: Wir sind mittlerweile über so viele verschiedene Kommunikationskanäle miteinander verbunden, doch richtig zuhören tun uns nur noch Alexa und Siri. Haben wir wirklich das richtige Miteinander verlernt?

Humor, Ullstein Extra, 240 Seiten

ROCKO SCHAMONI

GROSSE FREIHEIT



Der Hamburger Bestseller-Autor und Musiker Rocko Schamoni ist zurück! In seinem neuen Roman, der nach „Fünf Löcher im Himmel“ erscheint, erzählt er die Geschichte eines jungen Mannes, den es 1962 auf den Kiez schlägt. Wolfgang „Wolli“ Köhler sucht Abenteuer und Freiheit im Nachkriegsdeutschland und steigt schnell zu einer berühmten Kiezlegende auf. Schamoni's Roman widmet sich biografisch den ersten Jahren von Köhler auf der Reeperbahn – mit allen Begegnungen, Highlights und Abgründen, die dazu gehörten.

Roman, hanserblau, 256 Seiten

ANNE KISSNER

365 - EIN KLEINES BISSCHEN ICH



Die YouTuberin, Fitnessexpertin und Ernährungsspezialistin Anne Kissner aus Endingen veröffentlicht dieses Jahr ihr erstes Buch mit einer bunten Mischung aus Rezeptsammlungen, Kurzarbeitskouts, einem Kalender, Listen und unterschiedlichen Ideen, wie wir eine neue Seite an uns kennenlernen können. Kissner möchte uns motivieren unser Leben fitter, gesünder und abwechslungsreicher zu gestalten. Tipp: Checkt auch ihre YouTube-Kanäle „BodyKiss“, „BodyFood“ und „BodyLaw“ für weitere Inspirationen.

Kochbuch, Knauer Balance, 224 Seiten

UMZUGSVERGÜNSTIGER.



**LKW ab
6,90 / Std.
25 km frei**

Jetzt neue LKWs bei
STARCAR günstig mieten:
0180/55 44 555*

* (0,14 Euro pro Minute aus dem Festnetz; max.
0,42 Euro pro Minute aus den Mobilfunknetzen)

STARCAR
Autovermietung



LAURA

„Ich möchte 2019 mehr Dinge tun, die mich glücklich machen. Mein Credo: Mehr Mut, mehr Meer, mehr Zufriedenheit.“



HELEN

„Für 2019 nehme ich mir vor, mehr Fischbrötchen an der Elbe zu essen und weiterhin aus Prinzip die Elbphilharmonie zu meiden.“



CONSTANTIN

„Bei mir stehen in 2019 größere berufliche Veränderungen an. Alle meine Wünsche gehen also dafür drauf, mit meinen neuen Vorhaben durch die Decke zu gehen und sie nicht gegen die Wand zu setzen!“

NEUES JAHR - NEUE VORSÄTZE

Happy 2019! Habt ihr euch für dieses Jahr etwas Besonderes vorgenommen? Mehr Sport, weniger Naschi, effektiver Lernen oder einfach mal mehr Chillen? Wir haben uns in der UNISCENE-Redaktion umgehört, was für 2019 angesagt ist...



KRISTINA

„Für 2019 habe ich mir fest vorgenommen Hamburgs kulturelle Seiten noch mehr zu entdecken. Heißt: Öfters Museen besuchen, Ausstellungen anschauen oder ins Theater gehen – das mache ich im Alltag einfach viel zu selten. Und dank Helens Insider Tipps auf Seite 24/25 dieser Ausgabe bin ich jetzt ja bestens informiert.“



CARA

„Eigentlich habe ich keine wirklichen Vorsätze, außer meine kreativen Themen anzugehen (siehe Seite 32/33 in dieser Ausgabe) – und den Diät-Klassiker. Außerdem habe ich geplant, im kommenden Jahr so lange durch Irland zu reisen, bis ich den tollsten Pub entdeckt habe.“



MARLENA

„Ich möchte 2019 unbedingt wieder an mindestens einen Ort reisen, an dem ich noch nie war. Außerdem will ich mir mehr Zeit für gute Bücher nehmen als im letzten Jahr und neue Rezepte testen.“



JENNIFER

„Für das neue Jahr nehme ich mir vor spontaner zu sein! Vielleicht besuche ich einen Graffiti-Kurs, um meine künstlerische Ader zu entdecken. Aber auch wenn ich es nicht schaffe meine Vorsätze einzuhalten, denke ich, dass 2019 viele Überraschungen bereithält.“



**ORGANISATIONS-
TIPP**

Foto: Pixels/ Porapak Apichodilok

Mit STORITY plant ihr das Auslandssemester ganz entspannt!

Neues Jahr, neue Erlebnisse: Und wo finden wir die aufregendsten Abenteuer? Natürlich im Ausland. Und damit wir den ganzen Spaß als Bildungsreise und nicht als reines Vergnügen an unsere Eltern und Großeltern verkaufen können, machen wir was? Ein Auslandssemester! Egal ob in Hongkong, Kalifornien oder Stockholm: Hauptsache raus in die Freiheit. Aber eins solltest du davor nicht vergessen...

Die Bewerbung ist geschafft, die Zulassung liegt auf dem Tisch und wir starten mit unserer neuen Lieblingsbeschäftigung: dem Planen unseres Auslandssemesters. Bereits im ersten Uni-Jahr haben wir gelernt: Organisation ist das A und O. Deshalb beginnen wir selbstverständlich exorbitant früh damit die wichtigen Dinge zu regeln. Zumindest in unseren Träumen. Die Realität sieht anders aus: Etwa zwei Wochen vor Abflug fällt uns wie Schuppen von den Augen, was alles noch gemacht werden muss. Die Klausurenphase kam natürlich wie immer sehr überraschend dazwischen und hat uns gar keine Zeit für die Orga gelassen.

Soweit so schlecht. Stellt sich die Frage: Was benötigt man denn überhaupt für 6 Monate Freiheit? Einen Koffer – oder vielleicht auch zwei – ein Flugticket, gegebenenfalls ein Visum und eine Bleibe. Letzteres ist dann oft der Schockmoment. Denn Wohnen in Hamburg ist sicherlich teuer, doch im Gegensatz zu manch anderer Stadt inner- und außerhalb Europas noch ein echtes Schnäppchen. Um trotzdem genügend Budget zum Feiern und Reisen übrig zu haben, bietet es sich an, das heimische WG-Zimmer unterzuvermieten. In letzter Sekunde kommt dann allerdings eine neue Problematik auf: Ein volles Zimmer minus 2 Koffer ergibt immer noch

ein volles Zimmer. Der Keller wird als Lösungsvorschlag direkt verworfen, denn der läuft regelmäßig voll mit Wasser, schimmelt oder es gibt schlichtweg keinen. Auch die Eltern wohnen zu weit weg, als dass man die Sachen dort unterstellen könnte. Zudem bekommt niemand Umzugskartons ohne ein Auto irgendwo hin transportiert. Und ab in die Bahn mit diesen sperrigen Monstern? Nein, danke!

Da sehnt man sich doch danach, dass einem die Kartons einfach gebracht und wann immer man will innerhalb von 24 Stunden abgeholt werden oder? Klingt nach einem Traum? Nope. Ist nämlich seit 2018 Realität. StORITY liefert dir die Boxen, du packst sie voll, lässt sie wieder abholen und alles wird sicher verstaut, bis du wieder da bist. Und wer jetzt denkt, dieser Service sei unbezahlbar, der irrt! Denn bis zu fünf Boxen sind für Studenten gratis. Darüber hinaus kostet die Unterbringung für eine kleine Box schlappe 5 Euro im Monat inklusive Hin- und Rücktransport. Und das Beste: Geordert wird alles ganz einfach per App!



**Mehr Infos und alle Details findet ihr unter www.stority.de.
Und jetzt erstmal: Happy Auslandssemester!**

**ICH WILL DABEI SEIN,
WENN NICHT NUR
DIE ZAHLEN STIMMEN,
SONDERN AUCH DAS
MENSCHLICHE.**



ASKLEPIOS

Gesund werden. Gesund leben.

Für **hochmotivierte** und **leistungsorientierte** Hochschulabsolventen mit **unternehmerischem Denken!**

Das Asklepios Management Nachwuchsführungskräfte-Programm

Vielfältige Einsatzmöglichkeiten in unterschiedlichen Regionen Deutschlands

- Training on-the-job
- Direkte Zusammenarbeit mit der Geschäftsführung
- Individueller Einsatz- und Entwicklungsplan
- Persönliche Begleitung und Betreuung
- Potenzialevaluation und Karriereplanung
- Seminar- und Qualifizierungsangebote

Weitere Infos unter:
www.asklepios.com/beruf