

# ESTHETIC PURE

JOURNAL FÜR BEAUTY | MODE | KULINARISCHES | REISEN | WELLNESS | GESUNDHEIT | LEBENSART

EUR 3,50

## OPERATION SCHÖNHEIT

Facelift

Schöne Lippen

Brust-  
vergrößerung

CoolSculpting –  
Fettreduktion ohne OP

Glatze  
adé

Falten weg!





Anzeige

DER NEUE RENAULT

# TWINGO

ÜBERALL HIN  
UND WEG



AB 79,- € MTL.\*

\*Renault Twingo Expression SCe 70 eco<sup>2</sup>: Fahrzeugpreis\*\* inkl. Überführungskosten 9.736,20 €. Bei Finanzierung: Nach Anzahlung von 1.500,- €, Nettodarlehensbetrag 8.236,20 €, 60 Monate Laufzeit (59 Raten à 79,- € und eine Schlussrate: 3.874,36 €), Gesamtleistung 50.000 km, eff. Jahreszins 0,99 %, Sollzinssatz (gebunden) 0,986 %, Gesamtbetrag der Raten 8.535,36 €. Gesamtbetrag inkl. Anzahlung 10.035,36 €. Ein Finanzierungsangebot für Privatkunden der Renault Bank, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss.

Renault Twingo SCe 70 eco<sup>2</sup>: Gesamtverbrauch (l/100 km): innerorts: 5,6; außerorts: 3,9; kombiniert: 4,5; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 105 g/km. Renault Twingo: Gesamtverbrauch (l/100 km): kombiniert: 4,5 – 4,2; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 105 – 95 g/km (Werte nach Messverfahren VO [EG] 715/2007).

\*\*Abbildung zeigt Renault Twingo Luxe mit Sonderausstattung.

**CARUNION** GmbH  
www.carunion.de



**FILIALE HANNOVER-DÖHREN** · Wagenfeldstraße 15 · 30519 Hannover · Tel.: 05 11-98473-0  
**FILIALE BARSINGHAUSEN** · Steinklippenstraße 2 · 30890 Barsinghausen · Tel.: 0 51 05-5238-0



Sigrid Tille



Ulrike David



Eda Sagdic



Hans-Werner Schwarz

## Liebe Leserinnen und Leser,

Frühling heißt wundervolle Verwandlung, frische Energie, Lust auf Neues: Herzlich willkommen zu Esthetic Pure Frühjahr/Sommer 2015! Seien Sie gespannt auf die vielfältigen Impressionen der angesagten Szene: glamouröses Top-Derby in Hamburg, das engagierte Maxim Gorki „Theater des Jahres“ 2014 in Berlin, 66 Spotlights auf die Landeshauptstadt Hannover und Maskenball Open Air vor historischer Kulisse in Braunschweig. Fahren Sie mit! McLaren, Ferrari, Rolls Royce zwischen Topspeed und Luxus-Coupé – Hightech fasziniert. Und wir fragen nach: Was bedeuten Ihre Träume? - Sollten wir „mehr Süden wagen“? - Und wie findet der Single den richtigen Partner?

### Sommer, Sonne und eine schöne schlanke Körpersilhouette

CoolSculpting – sanfte und dauerhafte Fettreduzierung ohne Operation – lautet die Antwort der Ästhetischen Medizin auf diätresistente Fettpolster. Die von der strengen amerikanischen Gesundheitsbehörde zugelassene und in den USA längst bewährte Technik basiert auf Kälteeinwirkung: Hartnäckige Fettdepots werden heruntergekühlt, die Fettzellen dabei zerstört und vom Körper abgebaut. – Und wer sich im warmen Sommerlicht so richtig wohlfühlen und sich von unerwünschtem Haarbewuchs befreien oder gar die ungeliebten Tattoos entfernen lassen möchte, der kann sich den Spezialisten des Laserzentrums „aesthetic management“ anvertrauen. Für gesunde „schwerelose“ Beine sorgen mit modernster Laser- und Radiowellentherapie die hochqualifizierten Fachärzte der renommierten Zentren für Venenheilkunde der Eilenriede Klinik Hannover und der Klinik am Zuckerberg in Braunschweig.

### Gewinnen Sie Vitalität, Energie und Lebensqualität auf Rügen

Reichlich Sonnenfreuden und Energie durch Fitness, Spaß und Entspannung finden Sie im milden Reizklima der Insel Rügen. Allergenfreie und jodhaltige Ostseeluft, weitläufige sauerstoffspendende Buchenwälder und ein kilometerlanger weißer Sandstrand - das mediterrane Seebad Binz auf Rügen präsentiert sich als ideale Urlaubs-Destination für Gesundheit, Freude und Lebensqualität. Angenehm vitalisierend wirken zudem die Anwendungen mit einheimischen Produkten: Sanddorn- und Bernsteinmassagen sowie die allergenfreien mineralstoffreichen Heilkreide-Packungen.

### Medical Wellness –

#### das wirkungsvolle Verwöhnprogramm für Körper und Seele

Erstklassige Wellness-Kultur in einer Symbiose asiatischer und europäischer Wellness-Anwendungen erleben Sie im mehrfach ausgezeichneten Private Palace Thai-Bali SPA des exklusiven Fünf Sterne Grand Hotel Binz. Hier werden Sie begleitet von dem erfahrenen indischen Arzt und Ayurveda-Spezialisten Dr. Raghavendra Shetty. Genießen Sie Öl-, Guss- und Kräuterbehandlungen, die individuell auf Ihre Gesundheit zugeschnitten sind. Oder relaxen Sie in der paradiesischen Bade- und Saunawelt der 3.000 qm großen Wellness-Oase im Vier Sterne Superior Rugard Strandhotel. Pflegen Sie Ihren Körper und streicheln Sie Ihre Seele mit Hot-Stone-Packungen, wohltuenden Massagen und edlen Beauty-Anwendungen.

Wir wünschen Ihnen eine herrlich entspannte und „genussvolle“ Sommerzeit!

**Herzlichst  
Ihr Esthetic Pure Team**



## INHALT



- 08-13 Warum Hannover? 66 gute Gründe!
- 14-15 Business-Etikette – erfolgreich mit guten Manieren
- 16 Zehn Räume, drei Loggien und ein Saal
- 18-21 Geliebte Objekte: Taschen von PB 0110
- 22-23 Ausstellungen: Brandbilder/Pipilotti Rist
- 32-37 150 Jahre Max und Moritz/Wilhelm Busch
- 42-44 Warum wir träumen und was Träume bedeuten
- 46-49 Europa – kraftvolle Impulse des Südens
- 50-53 Paula Faraco Photography
- 54-55 „Un ballo in maschera“ – Open Air
- 56-57 „Pfaueninsel“, Wilhelm Raabe-Literaturpreis 2014
- 58-60 NDR Info: Leben und Arbeit in Balance?
- 68-69 Jan Pusch: „Welcome to your world“
- 72-73 BBK Braunschweig „von Licht und Schatten ...“
- 76-81 Technik-Highlights für (echte) Männer
- 82-85 Rausholen, was drin steckt (Auto 2015)
- 86-87 Fast Fashion – Der Blick hinter die Mode-Kulissen
- 88-91 TATTOO – viel mehr als ein kultiges Modeaccessoire







96



102



124

Foto: Grand Hotel Binz



132

Foto: Fotolia



134

Foto: Mondré



136

Foto: Klinik am Zuckerberg



88

Foto: Kantonsbibliothek Appenzell Auser Rhoden

- 92-95 Im Interview: Wolfgang Joop
- 96-97 Hamburgs letzter Mützenmacher
- 98-101 Glamour, Glanz und Pferdestärken
- 102-103 Sunrise Avenue
- 104-106 Das Gorki, Theater des Jahres
- 107-109 Und weg mit den Minuten ... Dieter Roth
- 110-111 Topf sucht Deckel
- 112-115 Medical Wellness auf Rügen
- 116-123 Ausgezeichnete Luxushotels in Binz auf Rügen
- 124 Fasten nach Buchinger im Grand Hotel Binz
- 126-128 Ran an den Speck!
- 130-131 Die Klinik am Zuckerberg
- 132-133 Moderne Venentherapie: Interview mit Dipl. Med. Geisler
- 134-137 CoolSculpting – Fettreduktion ohne OP
- 138-139 Neue Lebensfreude durch Brustkorrektur
- 142 Dauerhafte Haarentfernung mit Speziallaser
- 144 Tattoorentfernung mit moderner Lasertechnologie
- 146 Impressum





Foto: salonfestival

## das salonfestival – zu Gast im Denkmal

ES KANN EIN WOHNZIMMER SEIN, EINE WERKSTATT, EIN LOFT ODER EIN LADEN – FERNAB DER GROSSEN BÜHNEN ÖFFNET „DAS SALONFESTIVAL“ DIE TÜREN FÜR AUSSERGEWÖHNLICHE KULTURERLEBNISSE. DAS MOTTO: KULTUR ERLEBEN, WO GELEBT WIRD. UM „EINFACH KULTUR ZU FÖRDERN“, WERDEN TALENTIERTE NACHWUCHSKÜNSTLER UND SPANNENDE PROJEKTE VON UND FÜR KULTURINTERESSIERTE MENSCHEN ZUR AUFFÜHRUNG UND IN EINEN DIREKTEN AUSTAUSCH GEBRACHT.



Der Hopfenspeicher, Foto: salonfestival

Bundesweit öffnen derzeit in zwölf Städten überwiegend private Gastgeber an vier Festivalterminen im Jahr Haus und Hof für Kunst und Kultur. Das Festival lebt von der persönlichen Handschrift des Gastgebers und dem direkten Austausch zwischen Gästen und Künstlern. Das bedeutet immer auch eine Entdeckungsreise in der (eigenen) Stadt und verspricht allorts stets neue, manchmal ungewöhnliche und aufregende Begegnungen.

Während in Hannover „das salonfestival“ im November die Häuser mit „musik zu Gast“ öffnet, im Festivalkalender der Stadt bereits traditionell verankert, ist im Juni die „Sommerpartie“ des ungewöhnlichen Festivals zu erwarten: Gespielt wird nur in Denkmälern – und zwar aller Art. Damit möchte die Initiative auch den Häusern eine Aufmerksamkeit schenken, hinter denen Menschen wirken, die sich für den Erhalt von Baukultur und Tradition in unserem Land einsetzen. Neben einem Schaf- und einem Pferdestall darf man sich auch auf den translokalisierten Hopfenspeicher der Familie Heise in Isernhagen freuen. Zur Aufführung kommt ein Musikprogramm, aber auch Literatur und Theater und deren Mischformen sind zukünftig zu erwarten.

Im Laveshaus, dem Forum für Baukultur, findet am Samstag, den 6. Juni 2015, um 17 Uhr das Eröffnungskonzert statt. Im historischen Pferdestall des Reit- und Fahrvereins Isernhagen und Umgebung e. V. spielt am Sonntag, den 7. Juni, um 11.30 Uhr die „Hannover Swing Collection“ auf. Am Freitag, den 12. Juni, gibt es um 19.30 Uhr mitreißende Weltmusik in der Scheune des Hemme Milchhofes in der Wedemark zu hören. Einen Hörgenuss verspricht auch der Liederabend mit einem kleinen Chor des „Mädchenchors Hannover“ am Samstag, den 13. Juni, um 16 Uhr im Hopfenspeicher der Familie Heise in Isernhagen.



Das Laveshaus, Foto: David

Hier wie generell heißt es für „das salonfestival“: (private) Gastgeber herzlich willkommen! Alle Informationen und Tickets unter [www.salonfestival.de](http://www.salonfestival.de).



...das  
**Viertel,**  
deine  
**Brille**



LINDENVUE

**JM**  
mit Matthias besser  
HÖREN & SEHEN

BY JM MATTHIES  
FALKENSTR. 6  
30449 HANNOVER  
WWW.JM-MATTHIES.DE

f /LINDENVUE

HAN  
NOV  
ER 





# Warum Hannover? 66 gute Gründe!

MERIAN-AUTOR **KNUT DIERS** HAT FÜR SIE 66 INTERESSANTE UND ÜBERZEUGENDE GRÜNDE FÜR DIE URLAUBSREGION HANNOVER GESAMMELT. LASSEN SIE SICH ÜBERRASCHEN!

[WWW.VISIT-HANNOVER.COM](http://WWW.VISIT-HANNOVER.COM)

*RELAXED: Beach Club, Foto: HMTG/Martin Kirchner*





*GRÜN: Stadtpark, Foto: Stefan Knaak*

1. ...lebenswürdig ist? Oskar Negt, hannoverscher Philosoph und Soziologe, meint: „Hannover gehört zu den lebenswürdigsten Städten Deutschlands; eine Gartenstadt mit natürlichem Alltagsrhythmus.“
2. ...lebenswert ist? Als grüne Stadt der kurzen Wege, der kulturellen Vielfalt, lebendigen Stadtteilkultur und bezahlbaren Preise allseits geschätzt.
3. ...liebenswert ist? 89 Prozent der Hannoveraner leben gern oder sehr gern in ihrer Stadt.
4. ...seit 2001 mit seinen 20 Umlandgemeinden die Region Hannover bildet und diese mit 1,1 Millionen Menschen auf einer Fläche fast so groß wie das Saarland ist und Modellcharakter hat?
5. ...eine Stadt der kurzen Wege und guten Verbindungen ist? Ein hervorragendes Nahverkehrssystem vernetzt die 21 Kommunen der Region.
6. ... Überflieger ist? Mehr als 5,2 Millionen Fluggäste im Jahr zeigen das.
7. ... jeden Sommer eines der größten Volksfeste Norddeutschlands feiert, das Maschseefest? Zwei Millionen Besucher sind dabei. 19 Tage Urlaubsflair.
8. ...mit 11,36 Prozent Grünfläche die grünste Großstadt Deutschlands ist? Der Stadtwald Eilenriede ist mit 642 Hektar etwa doppelt so groß wie der Central Park in New York – und Europas größter zusammenhängender Stadtwald.
9. ... rund 45.000 Straßenbäume hat, die das gute Klima erhalten, jährlich 500 dazu kommen und 600 von Baumpaten betreut werden?
- 10.... allein 530 Kilometer an Radwegen hat, wovon 170 Kilometer durch üppiges Grün führen? 1000 Kilometer sind es in der ganzen Region!
- 11.... jährlich das weltgrößte Schützenfest ausrichtet, und das erstmals 1529?
- 12.... 123 Jahre lang auch das Königreich Großbritannien regierte? Von 1714 bis 1837 saßen Hannovers Fürsten auf dem britischen Thron.
- 13.... 40 Jahre lang Wirkungsstätte des Universalgelehrten Gottfried Wilhelm Leibniz war?
- 14.... am 1. Juli 2015 die Gottfried Wilhelm Leibniz Bibliothek nach gelungenem Umbau wieder eröffnet und dort auch der Goldene Brief des birmanischen Königs an König Georg II. zu sehen sein wird?
- 15.... in der Mitte Deutschlands liegt? Zumindest was die verkehrsgünstige Lage an den relevanten Nord-Süd und Ost-West Autobahnen angeht.
- 16.... ein unbekanntes Krümelmonster hat? Es stahl im Sommer 2013 das 20 Kilogramm schwere, vergoldete Abbild des Leibniz-Kekses von der Fassade des Stammhauses der Firma Bahlsen am Lister Platz, verlangte freie Kekse für Kinder und Tiere und hängte es bald darauf an den Hals des Niedersachsenrosses vor der Leibniz Universität?
17. ... einen der schönsten Bahnhöfe Deutschlands hat?
- 18.... mit 26 Hallen, 5 Pavillons, 463.285 qm Ausstellungsfläche und 58.000 qm Freifläche das größte Messegelände der Welt beherbergt – und alles schon 1947 mit der ersten Exportmesse begann?





TRAUMHAFT: Feuerwerk in Herrenhausen, Foto: Sebastian Gerhard

- 19.... über 2000 Tiere im Erlebnis Zoo Hannover beheimatet? Der Zoo, der schon fünfmal der „Beste Zoo“ Deutschlands war, wird dieses Jahr 150 Jahre alt.
- 20.... den ältesten Flohmarkt Deutschlands veranstaltet? Er wurde 1967 erstmals veranstaltet und lädt seit 1972 jeden Sonnabendvormittag zum Feilschen und Bummel ans Leineufer in die Altstadt.
- 21.... das reinste Hochdeutsch spricht und aus der Gegend die meisten berühmten Nachrichtensprecher kommen?
- 22.... die heimliche Kiosk-Hauptstadt ist? Mit 340 dieser „Kleinläden um die Ecke“ liegt es bundesweit an der Spitze.
- 23.... mit seinem Opernball jedes Jahr dem Winter davontanzt? Dieses Jahr geht´s in den Orient.
- 24.... seit 1991 die weltbesten Pyrotechniker beim Internationalen Feuerwerkswettbewerb beheimatet? An fünf Abenden malen die internationalen Teams ihre traumhaften Kunstwerke über dem schönsten Barockgarten Europas zu Musik in den Nachthimmel.
- 25.... in diesem Jahr auch das Kleine Fest im Großen Garten sein 30. Jubiläum feiert? Picknick und Kleinkunst verbinden sich aufs Schönste.
- 26... hochmusikalisch ist? Seit Ende 2014 trägt sie den Titel UNESCO City of Music.
- 27... Musik sogar aus einem Gullydeckel erklingen lässt? Vor dem Hauptbahnhof, Programm unter [www.gullyman.eu](http://www.gullyman.eu)
- 28.... die Open-Air-Lauschkultur zu Himmelfahrt mit dem Jazz-Festival auf dem Trammplatz eröffnet? Regelmäßig kommen rund 35.000 Zuhörer, weil es groovt, funkt und swingt.
- 29.... die Künstlerin Niki de Saint-Phalle schätzt? Sie schuf die Nanas am Leineufer, verschönerte die drei Räume der Grotte in Herrenhausen und überließ viele ihrer Werke dem Sprengel Museum.
- 30.... einen Hausberg hat? Der Deister lädt zum Wandern, Mountainbiken und Spazieren ein – auf bis zu 405 Höhenmetern.
- 31.... ein eigenes „Meer“ besitzt? Das Steinhuder Meer lockt mit Badeinsel, historischem Scheunenviertel in Steinhude oder einem Kletterparadies am Nordufer sowie der Fahrt im „Auswandererboot“ zur Insel Wilhelmstein.
- 32.... Schloss Marienburg als „Neuschwanstein des Nordens“ bezeichnet? Das prächtige Haus der Wolfen 30 Kilometer südlich der Stadt gleicht einem Märchenschloss und gewährt bei einer Besichtigungstour durch die Säle herrliche Blicke auf die Leine.

Das Journal ESTHETIC PURE verlost 3 x 2 Eintrittskarten für den Internationalen Feuerwerkswettbewerb am **19.9.2015**. Senden Sie eine E-Mail mit dem Stichwort FEUERWERK an [info@holimed-verlag.de](mailto:info@holimed-verlag.de). Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt, Einsendeschluss ist der **31.07.2015**. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. (Mitarbeiter der Redaktion sind von der Verlosung ausgeschlossen.)



BÜHNENREIF: GOP Lipstick Ensemble, Foto: GOP Varietè-Theater

- 33.... eine wahre Medical City ist, denn fast 65.000 Beschäftigte (ein Siebtel der erwerbstätigen Regionsbewohner) arbeiten in etwa 3600 Einrichtungen und Unternehmen der Branche Gesundheit
- 34.... im Juli 2015 mit den Theaterformen eines der größten deutschen Theaterfestivals ausgerichtet.
- 35.... nicht nur einen Zoo, sondern auch einen Tiergarten hat? Da sind Hirsch, Wildschwein und Reh auf Augenhöhe beim Spazierengehen zu erleben - kostenlos.
36. ... bei Studierenden und Forschern äußerst beliebt ist? Von den acht Hochschulen sind die Leibniz Universität, die Medizinische und die Tierärztliche die bekanntesten. 40.000 Studierende und 10.000 Beschäftigte sind aktiv.
37. ... vier der weltweit meist zitierten Forscher hat? Drei davon lehren an der Medizinischen Hochschule Hannover.
- 38.... Heimat der weltbekanntesten Rock-Band „The Scorpions“ ist? Sänger Klaus Meine sagt zu Hannover: „Du rockst like a hurricane.“
- 39.... 2016 seinen Erfinder der binären Rechenkunst mit 0 und 1 (Grundlage für heutige Computer) ehrt? Das Todesjahr des Universalgenies Gottfried Wilhelm Leibniz liegt dann 300 Jahre zurück.
- 40.... weltweit noch 117 geographische Brüder und Schwestern hat? Oft werden die Orte, Flüsse oder Buchten nur mit einem „n“ geschrieben.
- 41.... den Bogen raus hat? Im Neuen Rathaus trägt ein in dieser Art weltweit einzigartiger Lift, der im Bogen in die Kuppel fährt, die Gäste zum Aussichtspunkt mit Fernsicht bis zum Deister.
- 42.... seit 2013 wieder ein eigenes Schloss hat? Es steht an den Herrenhäuser Gärten und beherbergt neben einem Museum auch ein Tagungszentrum.
- 43.... jährlich rund 600.000 Besucher in „Sophies Welt“ zählt? Das sind die Herrenhäuser Gärten, die einst von Kurfürstin Sophie angelegt wurden. Sie wird heute noch sehr geliebt und ist die Mutter des ersten Königs Großbritanniens aus dem Hause Hannover.
- 44.... die flotte Sohle liebt? Das Ballett in der Staatsoper ist Weltklasse, innovatives Tanztheater, das Festival TanzTheater International und die Oster-Tanz-Tage sind weitere Highlights.
45. ... ein „Gehirn zum Anfassen“ hat? Neurochirurg Madjid Samii betreibt das International Neuroscience Institute (INI), in das prominente Gäste aus aller Welt kommen. In Teheran wird sogar ein fünfstöckiges Museum für Madjid Samii gebaut, das sein Lebenswerk würdigt.
- 46.... Mekka der Mega-Stars ist? Egal ob Coldplay, Elton John, The Rolling Stones oder Madonna: Alle waren schon da. 2015 kommen z. B. AC/DC!
47. ... Spaß am Singen hat? Mehr als 400 Chöre sind aktiv, so viele wie in kaum einer anderen Stadt.
- 48.... einen Bauch hat? Das ist die Markthalle, in der sich die Gäste an vielen kulinarischen Köstlichkeiten laben und munter ins Gespräch kommen.
- 49... auf Feinschmecker setzt? Von Slow-Food bis vegan, von regionalem Biofleisch und Gemüse (Spargel, Kohl, Kartoffeln) bis zum deftigen Bregenwurst-Essen oder der Currywurst (Kanzlerplatte genannt) ist alles drin.





ERLEBNISREICH: Einkaufen in Hannover, Foto: HMTG

- 50....** bierlieb ist? Schon 1526 schuf Cord Broyhan den ersten Gerstensaft, das Broyhan Haus in der Altstadt ist bis heute lebendig. Nicht verpassen: die Lüttje Lage - das ist Bier mit Korn, aber aus zwei Gläsern gleichzeitig getrunken.
- 51....** bühnenreif ist? Von Opern- und Schauspielhaus reicht die Spielfreude über das GOP mit Varieté und Akrobatik bis zum Theater am Aegi und der Kabarettbühne TAK in Linden.
- 52....** gleich zwei Bundesligamannschaften stellt? Hannover 96 spielt erstklassigen Fußball, der TSV Hannover Burgdorf, die „Recken“, spielen in der ersten Handballliga.
- 53....** einen Grünen Ring hat? Das ist eine etwa 160 Kilometer lange Rundtour um die Landeshauptstadt, die durch neun verschiedene Landschaftstypen und pittoresque Dörfer führt.
- 54....** ein Apollo-Programm hat? Das „Apollo“ in Linden war das erste Programmkino in Deutschland, wurde 1908 eröffnet und läuft heute noch.
- 55....** das größte Premium-Kino Deutschlands beherbergt? Seit Ende 2014 lockt das ASTOR Grand Cinema mit Liegesesseln, Garderobenservice und Kaminlounge.
- 56....** erfinderisch ist? Werner von Siemens (Dynamo), Karl Jatho (Motorflug), Emil Berliner (Grammophon, Schallplatte) und Walter Bruch (Farbfernsehen) kamen von hier.
- 57....** einen Doppeldeckerbus für Gäste auf Tour schickt? In 100 Minuten liefert die Rundreise darin einen erstklassigen Überblick über die Highlights Hannovers.
- 58....** einen Roten Faden vorgibt? Die 4200 Meter lange, auf den Boden aufgemalte Spur führt zu 36 Sehenswürdigkeiten. Die passende App gibt's im App Store, das Begleitbuch in der Tourist Info.
- 59....** rund um den Hauptbahnhof eine der größten zusammenhängenden Fußgängerzonen Deutschlands angelegt hat? Fast 300.000 qm Verkaufsflächen machen den Einkaufsbummel zum genießerischen Erlebnis.
- 60....** auch außerhalb der City zum Shoppen anregt? Boutiquen in der List, der Markt auf dem Lindener Marktplatz und die kleinen Läden in der Altstadt sorgen für das etwas andere Einkaufserlebnis.
- 61....** ein Paradies für Museums-Fans ist? Nicht nur gibt es zahlreiche Museen für Kunst, auch ein Theatermuseum, das historische Museum, ein Exposeemuseum, das Luftfahrtmuseum sowie das kleinste Designmuseum der Welt warten hier auf neugierige Besucher.
- 62....**Gründungsort der Magazine „Der Spiegel“ und „Stern“ war?
- 63....** ein Paradies für Freizeitsportler ist? In 20 Badeseen und auf unzähligen Joggingstrecken halten sich die Hannoveraner fit.
- 64....** Gastgeber für die weltweit bedeutsamste Industriemesse (Hannover Messe) und die wichtigste Messe für Informationstechnologien (Cebit) ist?
- 65....** für Kunst aller Epochen und Stilrichtungen offen ist? Ob im Wilhelm Busch Museum, im Sprengel Museum oder im Landesmuseum, Kunstliebhaber kommen hier auf ihre Kosten.
- 66....** ziemlich modisch ist? Nicht nur die Akademie für Mode und Design Hannover (fahmoda) hat hier ihren Sitz, viele kleine Läden in Linden und der List setzen ebenfalls auf authentisches und individuelles Modedesign.



# Business-Etikette – erfolgreich mit guten Manieren

„Benimm-Kurse boomen: Moderne Umgangsformen sind heute wieder gefragt. Um im Berufsleben zu punkten, sollte man sich auf jedem Parkett sicher bewegen, mit unvorhersehbaren Situationen und allen Gesellschaftskreisen zurecht kommen. Aber nicht allein auf die Etikette-Regeln kommt es an, die Zauberworte für gute Umgangsformen heißen Höflichkeit, Rücksichtnahme und Persönlichkeit.“



Wüssten Sie mit der Schneckenzange umzugehen oder würde es Ihnen so ergehen wie Julia Roberts als Vivian in der Romantik-Komödie „Pretty Woman“? In einer unvergesslichen Szene wird die gesellschaftlich völlig unerfahrene Vivian in ein luxuriöses Gourmetrestaurant eingeladen, wo ihr ausgerechnet Schnecken serviert werden. Gleich beim ersten Versuch flutscht Vivian die Delikatesse vom Teller – ein Albtraum? Nicht in diesem Film. Ihr Begleiter, der Corporate Raider Edward Lewis, erweist sich als Gentleman, indem er ihr charmant über die Peinlichkeit hinweg hilft.

Diese Szene wird von Benimm-Trainern gern als Musterbeispiel für gute Manieren hinzugezogen. „Denn den anderen nicht merken zu lassen, wenn er etwas nicht richtig macht, das ist souverän, das beweist Stil“, sagt etwa Heide Koppenhöfer. Die Management-Trainerin schult Fach- und Führungskräfte im sicheren Auftreten und bereitet u. a. Doktoranden an der TU Braunschweig in Fragen der Etikette auf ihren Weg in die Führungsebene vor. Denn ein sicheres Auftreten und eine natürliche Souveränität sind für die Karriere genauso wichtig wie Fachkenntnisse, unterstreicht die Expertin für gute Manieren: „Es gehört

zu einer ausgereiften Persönlichkeit, dass sie weiß, wie sie sich in einer bestimmten Situation verhält und wie sie kommuniziert.“ Bekanntermaßen können auf dem gesellschaftlichen Parkett überall Fallstricke lauern. Während ein Fauxpas im privaten Rahmen noch humorig überspielt werden kann, ist das Beherrschen moderner Umgangsformen im Berufsleben und bei offiziellen Anlässen ein absolutes Muss. Denn nach wie vor ist es der erste Eindruck, der zählt und sich im Nachhinein kaum revidieren lässt. Innerhalb von vier bis sieben Sekunden entscheidet sich, ob andere mit Sympathie oder Antipathie reagieren.





Berufstätige - vom Assistenten bis zum Topmanager -, die der Business-Etikette nicht mächtig sind, provozieren peinliche Situationen, beschädigen ihre eigene Karriere und geben schlimmstenfalls ihr Unternehmen der Lächerlichkeit preis. Nur wer sicher auftritt, empfiehlt sich für leitende Positionen. Die fachlichen Qualifikationen können noch so überzeugend sein, wenn der Arbeitgeber fürchten muss, dass ein Mitarbeiter das Unternehmen nicht repräsentieren kann, kann dieser auch nicht für Führungspositionen in Betracht gezogen werden.

Früher sprach man von „guter Kinderstube“, heute werden die Gesetze kultivierter Umgangsformen in Knigge-Seminaren trainiert. Die Themen drehen sich dabei beispielsweise um die Benimm-Regeln für die Begrüßung, um Tischmanieren, die Kleiderordnung, den Knigge-Smalltalk und in speziellen Kursen um die Sitten und Bräuche anderer Nationen. Die Schwierigkeiten können schon beim ersten Kontakt auftreten: Wer bietet zuerst die Hand an, wer stellt wen zuerst vor? Gerne testen Unternehmen ihre Bewerber bei einem gemeinsamen Essen: Wie sind die Umgangsformen, ist die Person vielleicht aufgrund ihrer souveränen und sympathischen Tischkonversation für repräsentative Aufgaben geeignet?



Längst sind es nicht mehr nur Manager, die ihrem Benehmen mit einem Benimm-Training den letzten Schliff geben. Die Handwerkskammer und die IHK etwa bieten auch Seminare an, in denen Fachkräfte für den Umgang mit Kunden sensibilisiert werden. Schon Schulabgänger und sogar Kinder profitieren, wenn sie in Kursen mit den Grundregeln guter Manieren vertraut gemacht werden. „Es geht nicht darum, verstaubte Regeln am Leben zu erhalten. Es geht um ein zivilisiertes und konfliktfreies Miteinander“, sagt Heide Koppenhöfer. „Niemand muss perfekt sein, niemand soll sich verbiegen müssen. Aber Höflichkeit und Respekt sind ein Ausdruck guter Umgangsformen und ein würdevolles Zeichen von Selbstsicherheit.“

Knigge-Kompetenz ist heute dann wichtig, wenn man erfolgsorientiert ist. Das Benimm-Regelwerk zu beherrschen, ist dabei nur ein Grundstein von vielen – aber irgendwann wird er wichtig, da sind sich Benimm-Experten einig. „Pretty Woman“ Julia Roberts meistert die Herausforderungen der Highsociety auch dank ihres natürlichen Charmes und ihrer Herzlichkeit – letztlich ist es dann doch die Persönlichkeit, die zählt. ■ *Ulrike David, Fotos: Freewallpaper*

Info/Kontakt: **Heide Koppenhöfer, [www.office-consulting.de](http://www.office-consulting.de)**

### Woher kommt der Begriff Knigge?

Was Benehmen und Etikette angeht, kommt man um **Adolph Freiherr von Knigge** (\*1752 in Bredenbeck bei Hannover; † 1796 in Bremen) nicht herum. Der Freiherr war ein deutscher Schriftsteller und Aufklärer. Sein Name steht heute stellvertretend für Benimmratgeber, die auf seine 1788 erschienene Schrift „Über den Umgang mit Menschen“ zurückgeführt werden. Dem Freiherrn ging es dabei aber um Aufklärung, um die Würde jedes Einzelnen: „Handle selbständig! Verleugne nicht Deine Grundsätze, Deinen Stand, Deine Geburt, Deine Erziehung; so werden Hohe und Niedere Dir ihre Achtung nicht versagen können“. Heute wird seine Botschaft leicht vergessen und sein Werk als Anstandsbibel missverstanden.





SPRENGEL MUSEUM HANNOVER

Fotos: Sprengel Museum

## Zehn Räume, drei Loggien und ein Saal 19. September 2015 bis 10. Januar 2016

MEILI/PETER || NEIL BELOUFA – CEAL FLOYER – ANN VERONICA JANSSENS – MARIA LOBODA – CHRISTOPH KELLER – CHRISTIAN LOHR – KYRILL KOVAL – ALICE MUSIOL – MANFRED PERNICE – BETTINA POUSTTCHI – MONIKA SOSNOWSKA – YOSHIHIRO SUDA UND DAS NEUE SPRENGEL MUSEUM HANNOVER

**Zweimal musste der Eröffnungstermin verschoben werden. Jetzt steht der Einweihung des Erweiterungsbaus des Sprengel Museums Hannover nichts mehr im Wege. Mit dem Ausstellungsprojekt „Zehn Räume, drei Loggien und ein Saal“ wird der Anbau des renommierten Kunsthauses ab dem 19. September der Öffentlichkeit zugänglich gemacht.**

Das Projekt, das im Titel das Raumprogramm benennt und zunächst die neuen Räume in den Fokus rückt, setzt auch künstlerische Akzente. Die Künstlerinnen und Künstler sind eingeladen, mit einer Installation oder Intervention den Dialog mit der Architektur zu suchen und spezifische Qualitäten von Raum, Material, Licht und Wahrnehmung erfahrbar zu machen. In den Loggien etwa stellt Maria Loboda künstlerische Sitzmöbel vor. Architektur und Kunst, Raum und Werk stehen dabei in einer gleichberechtigten, poetischen Balance, die beiden – Kunst und Raum – maximale Wirkkraft verleiht.

Das Sprengel-Museum Hannover zählt mit seinen Werken von Paul Klee, Picasso oder Kurt Schwitters zu den bedeutend-

ten Kunstmuseen in Deutschland. Doch um mehr Platz für seine Sammlungen zu schaffen, wurde ein 75 Meter langer und 14 Meter hoher Anbau realisiert, der die Ausstellungsfläche des Museums nun um etwa 1.400 qm erweitert. Der Kunstbestand des Hauses ist durch Ankäufe, vor allem durch Schenkungen und Dauerleihgaben, kontinuierlich angewachsen. Die Erweiterung ermöglicht es, dauerhaft mehr Kunstwerke der Öffentlichkeit zugänglich zu machen, die heute in Depots verwahrt werden müssen, und außerhalb des Museums verwahrte Objekte jederzeit verfügbar im Haus zu lagern. Nicht zuletzt bestärkt die Erweiterung langfristig die Entwicklung und Bedeutung des Museums und Hannovers als Kulturstandort.

Die Schweizer Architekten Meili/Peter

haben einen eleganten Baukörper aus anthrazitfarbenem Beton entworfen, der auf insgesamt 5.300 qm, davon 1.400 qm Ausstellungsfläche, dem Sprengel Museum Hannover ganz neue Möglichkeiten eröffnet. Das Raumprogramm umfasst zehn großzügige, unterschiedlich dimensionierte Räume mit natürlichem Oberlicht, die von drei Ruheoasen, sogenannten Loggien, mit Blick auf den Maschsee begleitet werden. Hinzu kommt ein großer Saal, der mit einem spektakulären Treppenlauf ein ganz besonderes Raumerlebnis bietet.

Anfang 2016 erfolgt dann die Haupteröffnung des neuen Sprengel Museum Hannover mit einer groß angelegten Neupräsentation der Sammlung in allen Museumsräumen auf insgesamt knapp 7.000 qm.







Foto: nvv

## NVV – Beachvolleyball Events 2015

Es ist wie mit allen lieb gewonnenen Gewohnheiten – kein Sommer ohne Beachvolleyball Turniere. Vom Hobbyturnier bis zum Profievent, für jedes Niveau sowohl zum Zuschauen also auch zum Selberspielen findet sich etwas in der offiziellen NVV-Beach Tour 2015.

Der Auftakt hat bereits traditionell Ende April in Hannover stattgefunden. Jetzt folgen weitere „Top 10“ Turniere in Wolfenbüttel, Braunschweig und Cuxhaven. Unter „Top 10“ verstehen sich die ranghöchsten Veranstaltungen in der offiziellen Tour des Niedersächsischen Volleyball Verbands (NVV). Es folgen A (zweithöchste Kategorie) bis D Cups, die dann von Hobbyspielern bestritten werden. Neben den Ranglistenpunkten ist es natürlich auch das Preisgeld, das über die Einteilung in die Kategorien ausschlaggebend ist. So werden im Schnitt € 3000,- bei den Top 10 Cups ausgespielt, bei den D-Cups gibt es Sachpreise. Die Ranglistenpunkte sind entscheidend für eine mögliche Einladung zur Niedersächsischen Meisterschaft oder gar zur Deutschen Meisterschaft in Timmendorf.

Weitere Infos und Termine findet man unter:  
[www.nvv-beach.de](http://www.nvv-beach.de)

Nach dem Sieg des Deutschen Teams bei den Olympischen Spielen, ist Beachvolleyball mittlerweile allen ein Begriff. Die Events, die nun seit gut 20 Jahren u. a. inmitten der Städte ausgetragen werden, haben ihr Übriges getan. Denn das Publikum erwartet nicht nur einen äußerst spektakulären Sport. Das ausgefeilte Rahmenprogramm mit Moderation, Musik und Gewinnspielen spricht alle an. Mit den aufgeschütteten Sandfeldern wird zudem ein echtes Strandflair geschaffen, welches die Zuschauer in Urlaubsstimmung versetzt. Als weitere Besonderheit gilt zu erwähnen, dass hierfür kein Eintritt erhoben wird. Man kommt einfach vorbei, darf kostenlos auf den Tribünen Platz nehmen und bekommt Spitzensport geboten!

Wer sich ein solches Vergnügen bisher noch nicht gegönnt hat, sollte folgende Termine nicht verpassen:

**Wolfenbüttel** am 13. + 14. Juni, Top 10 Cup im Strandwolf

**Osterode** am 27. + 28. Juni, A Cup am Kornmarkt

**Steinhude** am 04. + 05. Juli, A Cup auf der Badeinsel

**Braunschweig** am 17. - 19. Juli, Top 10 Cup auf dem Kohlmarkt

**Cuxhaven** am 01. + 02. August, Top 10 Cup Duhnen Stadion am Meer

*„Personen und Objekte  
gewinnen an Wichtigkeit,  
wenn wir uns um sie sorgen.“  
Gordon Frankfurt,  
US-amerikanischer Philosoph*



*CM 15, Foto: Haw-Lin Services, Berlin*



# Geliebte Objekte: Taschen von PB 0110

---



PB 0110 ist ein Label für feine Taschen aus Naturleder und Leinen von Philipp Bree. Das Repertoire von PB 0110 ist eine auf das Wesentliche reduzierte Produktpalette von Handtaschen, Weekendern, Rucksäcken und Accessoires. Philipp Bree verfolgt mit seinen Kollektionen die Philosophie der „geliebten Objekte“, der Dinge, die uns bei ihrem täglichen Gebrauch mit der Zeit ans Herz wachsen und zu unverzichtbaren Begleitern werden. >>



*l. AB 3 und r. CA 6,  
Fotos: Haw-Lin Services, Berlin*

Reduktion und Zeit sind die wichtigsten Punkte hinter dem Konzept von PB 0110: Klare, eindeutige Formen und keine It-Bag-Verführung. Für die Marke gewann Philipp Bree Designer wie Ayzit Bostan, Friederike Daumiller, Christian Metzger und Christine Ahrens, die genau für diesen Look stehen. Mit dem Faktor Zeit entwickeln die Lederprodukte neue Schichten von Patina und verwandeln sich in lebendige, wertvolle, unaufdringliche und geliebte Objekte, die mit ihrem Besitzer untrennbar verbunden sind.





*l. AB 18 und r. AB 21  
Fotos: Haw-Lin Services, Berlin*

*„Ich glaube an die Relevanz geliebter Objekte, an Dinge, die im alltäglichen Gebrauch eine Individualität entwickeln und mit der Zeit zu unverzichtbaren Begleitern werden. Wir freuen uns über jedes Produkt, das durch unser Vertrauen in traditionelles Handwerk, dem Einsatz hervorragender Materialien und einer klaren Designsprache zu einem solchen wird.“  
Philipp Bree*



LANDESMUSEUM ZEIGT BRANDBILDER

## „Brandbilder – Kunstwerke als Zeugen des Zweiten Weltkriegs“

8. Mai bis 6. September 2015

Im Jahr 2015 jährt sich das Ende des Zweiten Weltkriegs zum 70. Mal. Dies nimmt das Landesmuseum zum Anlass, Kunstwerke als »Zeugen« des Zweiten Weltkriegs in den Fokus zu rücken. Im Mittelpunkt der Betrachtung steht eine Gruppe von Gemälden, die in der Stahlkammer des ehemaligen Lohnamts in Hannover sichergestellt und dort im Oktober 1943 durch Kriegseinwirkung stark beschädigt oder zerstört wurde. Rund fünfzig dieser sogenannten »Brandbilder« gelangten in den 1950er Jahren als Leihgaben der Stadt Hannover ins Depot der Landesgalerie, wo sie seitdem bewahrt und nun erstmals in einer Ausstellung präsentiert werden. Insgesamt verfolgt die Ausstellung das Ziel, bisher weniger im Fokus der Öffentlichkeit stehende Bestände und Arbeitsfelder in den Mittelpunkt zu rücken. Darüber hinaus werden in die »Spurensuche« nach Zeugen des Weltkriegs aktuelle Diskurse über die Aufgaben und das Selbstverständnis der Museen eingebunden. Diese betreffen das verantwortungsvolle Bewahren von nahezu zerstörten oder als Kriegsverlust abgeschrieben Depotbeständen ebenso wie die moralisch-ethische Selbstverpflichtung, sich aktiv an der Suche nach unrechtmäßigen Besitzverhältnissen zu beteiligen sowie verdächtige Bestände zu identifizieren und offen zu legen.

*Foto links: Max Slevogt - Dragoner-Offizier zu Pferde  
Landesmuseum Hannover*

## Pipilotti Rist in der kestnergesellschaft

19. Juni bis 27. September 2015

Pipilotti Rist (\*1962 in Grabs, Schweiz) ist eine Pionierin der zeitgenössischen Videokunst. Mit raumgreifenden Videoprojektionen schafft sie faszinierende Erlebnisräume, die unterschiedliche Sinneseindrücke verschmelzen und auf das Körper-, Raum- und Zeitempfinden wirken. Die Künstlerin lädt die Besucher auf eine Entdeckungstour in ihre fantastischen Bildwelten ein.

Rist wird das Erdgeschoss der kestnergesellschaft mit zwei neuen Videoinstallationen bespielen, die erstmalig in Deutschland gezeigt werden. Dabei entstehen traumhaft-meditative Bildräume als Orte der Entspannung und Imagination, in welche die Betrachter eintreten können. Wer möchte, kann es sich mit einer Decke auf dem mit Teppichboden ausgelegten Boden bequem machen. Die erste Arbeit, »Worry Will Vanish Horizon« (2014), verbindet den menschlichen Körper über eine Bewegung ins Innere mit anderen Organismen und seiner Umwelt bis hin zum Kosmos. In der Installation »Sleeping Pollen« (2014) hingegen sind Pflanzen träumend in der Technik aufgehoben.

Pipilotti Rist wird zurzeit im „Kunstkompass“ in der Rangliste der weltweit wichtigsten zeitgenössischen Künstler auf Platz zehn geführt.

*Foto rechts: Pipilotti Rist - Worry Will Vanish, England (2014) | Alex Delfanne*





# JUWELIER COHRS

*Vom Juwelier beraten, vom Preis überzeugt.*

*Das Unternehmen überzeugt durch die langjährige Erfahrung in den Bereichen Schmuckankauf und -verkauf.*



Juwelier Cohrs  
fon 0511-1698430 · fax 0511-2352473  
Schillerstraße 33 · 30159 Hannover  
info@juwelier-cohrs.de  
Öffnungszeiten:  
Mo-Fr 9:30 - 18:00 Uhr  
Sa 10:00 - 16:00 Uhr





# Döhrener CarUnion – das sympathische Autohaus

Promotion

Manchmal macht es ja der kleine Unterschied. Im heiß umkämpften Automarkt schreibt die CarUnion GmbH seit mehr als 80 Jahren eine bemerkenswerte Erfolgsgeschichte. Warum das so ist, verrät Carsten Ahrens, Filialleiter der Döhrener CarUnion in Hannover, exklusiv im Interview mit Esthetic Pure.

## Für wen ist der neue Renault Twingo das richtige Auto?

Für alle Jungen und Junggebliebenen, die Fahrspaß, Styling, Agilität und Variabilität zu einem attraktiven Preis suchen. Der neue Renault Twingo ist jetzt schon Kult.

## Ihr Haus, die CarUnion, behauptet sich seit rund 80 Jahren erfolgreich am Markt. Das ist nicht selbstverständlich. Was ist Ihr Erfolgsgeheimnis?



## Herr Ahrens, vielleicht beginnen wir mit dem neuen Star in Ihrem Haus – dem neuen Renault Twingo. Was spricht für das Modell?

**Carsten Ahrens:** Ganz klar der Spaßfaktor! Der neue Renault Twingo ist unglaublich stadtauglich – wendig, spritzig und geräumig. Und er sieht nicht nur toll aus – ein absoluter Hingucker im Straßenbild – sondern punktet mit einer Vielzahl Details, die keine Wünsche offen lassen.

## Zum Beispiel?

Zum Beispiel kann man als Twingo-Fahrer jederzeit online gehen. Jeder neue Twingo ist mit dem sogenannten Infotainment-System Radio & GO ausgestattet, mit dem man unterwegs mit Smartphones und Tablets immer ans Netz angebunden sein kann. Auch in der Optik, der Farbe und der Gestaltung des Innenraumes gibt es jede Menge Spielraum für Individualisten.

Sicherlich haben unsere Geschäftsführer von den Anfängen bis heute immer das richtige Händchen für erstklassige Autos, technologisches Knowhow und die Bedürfnisse der Kunden gehabt. Alle Renault Stores sind technologisch sehr hochwertig ausgerichtet, und das Personal ist hochqualifiziert und motiviert. Das ist uns eine Selbstverständlichkeit. Die Kunden dürfen zu Recht erwarten, dass sie uns in allen technischen Fragen rund um ihr Auto absolut vertrauen können. Trotzdem – unser Geheimnis dürfte in unserer Unternehmensphilosophie liegen.

## Jetzt bin ich neugierig!

Wir sind überzeugt, dass Kundennähe und Menschlichkeit, aber auch ein erfreuliches Betriebsklima einen großen Einfluss auf den Erfolg unseres Unternehmens haben. Die Zufriedenheit der Mitarbeiter ist sehr hoch, ein Kollege beispielsweise ist seit über 40 Jahren im Dienst. Die Kunden spü-

ren das. Sehen Sie: Wir wollten weg von dem Image, dass Autoverkäufer ihre Kunden über den Tisch ziehen. Unsere Kunden empfehlen uns zu 91,3 Prozent weiter. Wir betrachten den Kunden als unseren Gast, dessen Bedürfnisse wir erfüllen möchten.

## Wie darf man sich das vorstellen? Ich brauche ein Auto, weiß aber noch nicht genau, was genau ich eigentlich haben will...

... dann sprechen wir bei einer Tasse guten Kaffees darüber, bis wir eine Lösung finden, sprich ein Auto, das zu Ihnen und Ihren Bedürfnissen passt. Das heißt, wir erarbeiten mit Ihnen Ihr persönliches Mobilitätskonzept und finden für Sie die optimale Lösung.

## Wenn ich ein Auto gekauft habe, und es gibt vielleicht doch Probleme?

Dann sind wir natürlich Ihre Ansprechpartner. Wie gesagt, wir haben ausgezeichneten Kaffee und hochqualifiziertes Personal.

## Kommen wir noch auf Ihr zweites Standbein zu sprechen, das Nutzfahrzeugzentrum „Pro business center“. Greift die Firmenphilosophie hier genauso?

Absolut! Mit unserem Nutzfahrzeugzentrum stehen wir für das Motto 'Ihr Fuhrpark ist unser Business'. Auch hier wird der Kundenservice groß geschrieben. Unsere geschulten Mitarbeiter besuchen und betreuen unsere Kunden vor Ort.

## Was können Ihre Kunden oder alle Renault-Fans in naher Zukunft erwarten?

Im Januar stellen wir den neuen Renault Espace vor – das Modell wurde in seiner dritten Auflage komplett neu überarbeitet. Wir dürfen auf ein völlig neues Auto gespannt sein.

*Herr Ahrens, vielen Dank für das Gespräch!*

Weitere Informationen unter  
Tel.: 0511 98473-0 oder  
[www.carunion.de](http://www.carunion.de)

*Foto oben: Das Autohaus CarUnion in Hannover und Barsinghausen, Foto Mitte: Das freundliche Renault-Verkaufsteam, Dritter von links: Carsten Ahrens*





maschseefest  
Hannover

29.07. – 16.08.2015

www.MASCHSEEFEST.de

Veranstalter

Mit freundlicher Unterstützung von







**WILLKOMMEN  
IN DER WELT VON**

# Lifestyle & Luxus

Seit 1988 ist die kleine, edle Passage ein Treffpunkt für alle, die das Besondere lieben: exklusiv Einkaufen in entspannter Atmosphäre!

Traditionsreiche Familienunternehmen und vielversprechende Newcomer bieten hochwertige Damenmode, Accessoires, Schmuck, Kosmetik und vieles mehr.

Die persönliche Beratung ist die Leidenschaft der meist noch inhabergeführten Geschäfte. Wandeln Sie durch die Passage, entdecken Sie wahre Schätze, denn einige Geschäfte erreichen Sie nur von innen! Die Kröpcke Passage ist eine Durchgangspassage von der Luisenstraße zur Rathenaustraße.



Fotos: O. Vosshege

Der Eingang über die Luisenstraße in die Passage wird in den Sommermonaten umrahmt von der gemütlichen Außenterrasse der Rotonda.

Dank des gläsernen Kuppeldaches kann hier bei Wind und Wetter geshopp't und in Ruhe flaniert werden. Die mediterranen Farben in der Passage laden zum Verweilen im Restaurant ROTONDA ein. Italienische Köstlichkeiten werden Ihnen vom Inhaber Antonio Origlio und seinen freundlichen Mitarbeitern serviert.

In der Passage finden regelmäßig Veranstaltungen wie Modenschauen und Benefizaktionen statt. Im Sommer wird den Gästen zur Abkühlung manchmal ein Eis angeboten und im Winter kann Ihnen schon einmal ein Engel etwas Süßes schenken. Ein Besuch lohnt sich immer!



Ein wenig versteckt liegt der Eingang zur Passage über die Rathenaustraße. Hier finden Sie auch die Aufgänge zu den Büros und Praxen.



Neueste Informationen finden Sie auch immer hier: [www.kroepcke-passage.de](http://www.kroepcke-passage.de) sowie auf der facebook-Seite.



Anzeige

**WILLKOMMEN  
IN DER WELT VON**

*Lifestyle & Luxus*



**KRÖPCKE  
PASSAGE**

**alena** Shoes & More  
**Bodo Wiesner** Moden  
**Delius** Juwelier  
**First** Reisebüro  
**Heinrich's** Damenmode  
**i:belle** Damenmode  
**Ingrid Weis** Moden  
**Khalil** Coiffeur  
**Liebe** Parfümerie  
**Lumas** Galerie  
**Lutz Huth** Schmuck  
**LuxusLashes**  
**Montblanc**  
**Mühlhausen** Pfeifenstudio  
**Repeat** Cashmere  
**Robbe & Berking** Silber  
**Rotonda** Ristorante  
**Wilhelm's** Schuhwerk



[www.kroepcke-passage.de](http://www.kroepcke-passage.de)



Luisenstraße – Ecke Rathenastraße



# Ein Hauch von Hollywood und vieles mehr im Märchenschloss

**Schloss Marienburg, die erhaltene Sommerresidenz der Welfen, dem ältesten Fürstenhaus Europas, zählt zu den bedeutendsten neugotischen Baudenkmalern Deutschlands. Erbaut wurde das Schloss von 1858 bis 1867 von König Georg V., dem letzten Monarchen des Königreiches Hannover. Heute lädt das authentisch erhaltene Schloss mit unterschiedlichen Führungen zu einer Reise in die Vergangenheit ein und ist ein kultureller Mittelpunkt in der Region Hannover. Besonderes Highlight ist die Ausstellung „Der Weg zur Krone“, die Bezug nimmt auf das 300-jährige Jubiläum der Personalunion und erstmalig die Insignien des Königreiches Hannover zeigt.**

**Erwacht aus einem längeren Dornröschenschlaf, verzaubert Schloss Marienburg seine Besucher durch seine märchenhafte Erscheinung immer wieder aufs Neue. Konzerte und Open-Air Highlights bereichern das Programm auch in der Sommersaison 2015.**

König Georg V. war ein großer Musikliebhaber und Förderer der Künste. Mit dem Klavierabend „Die (fast) geheime Leidenschaft Seiner Majestät“ bringt der Pianist Ingo Dannhorn die lange Zeit unentdeckten Kompositionen des blinden Königs nach über hundert Jahren wieder auf dem Stammsitz der Welfen zum Klingen. Die teils sehr virtuoseren Perlen der Klaviermusik spielt der Professor für Klavier an der Sungshin University in Seoul und Preisträger zahlreicher renommierter Wettbewerbe am 5. Juni im Rittersaal mit Werken von Grünfeld, Liszt und Schumann.

Seinen schönsten Zauber entfaltet Norddeutschlands einziges Königsschloss, wenn der romantische Schlosshof bei den Open-Air Veranstaltungen zur Bühne wird. Das „Schloss Marienburg Tattoo“ wird am 11. und 12. Juli 2015 mit mitreißender Musik - Marsch, Klassik, Melodien aus den Highlands, Filmmusik, Swing oder Pop - und ausgefeilten Choreografien nicht nur Fans der Blasmusik begeistern. Kernstück sind dabei vor allem kunstvoll choreografierte Marschfolgen, Dudelsackspieler und Trommler, die mit ihren eindrucksvollen Klängen das schottische Hochland nach Hannover holen.

Nach dem großen Erfolg mit „Dracula“ und „Frankenstein“ macht die Lauscherlounge aus Berlin auch 2015 den Schlosshof zum Schauplatz für eine Geschichte der Weltliteratur. So werden am 28. August die deutschen Stimmen von Hollywoodstars wie Gwyneth Paltrow, Kate Winslet, Leonardo DiCaprio oder Ben Stiller zu hören sein, wenn die neue Produktion „Romeo und Julia“ auf die Bühne kommt. Die Mimik und Gestik der kultverdächtigen Synchronsprecher sowie ein ausgeklügeltes Sound- und Lichtdesign garantieren vor der einzigartigen Schlosskulisse ein wunderbares Hör-Erlebnis.



*Lesung Romeo und Julia, Foto: Marius Schwarz*

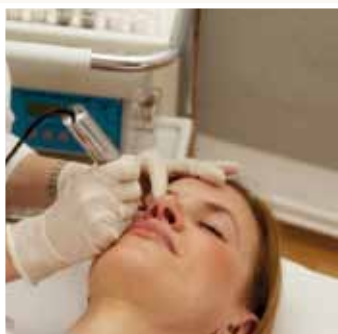
Die Fans von Hannovers Kultfestival „Kleines Fest im Großen Garten“ kommen am 29. und 30. August voll auf ihre Kosten. An diesen zwei Tagen geht das Best of „Kleines Fest“ über die Bühne. Die Publikumsbeliebte Kleinkunst vom Feinsten. Harald Böhlmann, der „Mann mit dem Zylinder“ und DAS! Reporter Werner Mommsen, das unverbesserliche Plappermaul aus dem Norden, führen durch das Programm. Sie präsentieren eine bunte Mischung aus Comedy, Clownerie und Artistik auf dem Schloss. Die Besucher sind eingeladen, in schönster Kleines Fest-Manner, sich vor der Veranstaltung mit ihrem Picknickkorb auf der Schlosswiese auf den Abend einzustimmen.



*Theaterführung  
Königin Marie  
Foto: Norbert Lümmen*

Bei allen Open-Air Veranstaltungen sorgt das Schloss Restaurant zusätzlich zum gewohnten Angebot an den Ständen im Hof mit hausgemachten Snacks für kulinarische Erlebnisse. Schloss Marienburg lässt sich mit dem Regiobus aus Hannover, dem Metronom und einem Shuttleservice, der an den Tagen der Open-Air-Veranstaltungen zwischen dem Bahnhof Nordstemmen und dem Schloss pendelt, bequem erreichen. Tickets für die Veranstaltungen bei den reservix-Vorverkaufsstellen unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de)





# GOLDRAUSCH

Kosmetik und Permanent Make up

## Goldrausch Kosmetik

Knochenhauerstr. 27

Hannover-Altstadt

Tel.: 0511 - 260 74 66

[www.goldrausch-kosmetik-hannover.de](http://www.goldrausch-kosmetik-hannover.de)

Mo.-Fr. 9-18h

Sa. nach Vereinbarung.



- \* **Permanent Make Up**
- \* **Long Time Liner Elite Studio**
- \* **Microblading**
- \* **CoolSculpting**
- \* **Laserbehandlung**
- \* **Zertifizierte Ausbildung**
- \* **über 10jährige Berufserfahrung**
- \* **kostenloses Beratungsgespräch**
- \* **Wir freuen uns auf Sie ...**

Anzeige

Schloss Marienburg, Foto: Patrice Kunte





# In den besten Händen



OPEL



HYUNDAI

Wer eine perfekt ausgebildete Mannschaft hinter sich hat, sich seit über einem dreiviertel Jahrhundert auf dem hart umkämpften Automobilmarkt behauptet, dem kann man ruhigen Gewissens vertrauen.

Mit Ford fing es an, dann kam Hyundai dazu, und heute ist das Autohaus Hamann ein echtes 3-Marken-Autohaus, denn mit großem Erfolg wird seit einigen Jahren auch die Marke Opel vertreten.

von Klimaanlage und die Durchführung von TÜV und AU-Untersuchungen bedeuten keinerlei Probleme. Zuverlässigkeit ist oberstes Gebot – markenübergreifend.

Sie möchten uns näher kennenlernen? Dann nutzen Sie unseren Gutschein bei Ihrem Besuch.

## Gutschein für einen Urlaubs-Check

Wir überprüfen an Ihrem Fahrzeug:  
Beleuchtung, Instrumente, Kontrollleuchten, Scheibenwaschanlage, Unterboden, Servolenkung, Motor, Getriebe, Kardan- und Antriebswellen, Leitungen, Schläuche, Auspuffanlage, Bremsflüssigkeit, Ölstand, Kühlmittel, Batterie, Filter, Bremsanlage, Reifen, Felgen u. v. m.

Unser Freundschaftspreis

15€

Am Lindener Hafen

hamann

Gutschein bitte ausschneiden und mitbringen.

Versteht sich, dass die Mannschaft in Verkauf, Beratung und Service bestens geschult und durch ständige Weiterbildungsmaßnahmen auf der Höhe der Zeit ist. Zufriedene Kunden waren und sind das Ziel und heute gehört das Autohaus Hamann zu den beliebtesten und kompetentesten Autohäusern in Niedersachsen.

Der technische Kundendienst besitzt einen besonders hohen Stellenwert. Wartungsarbeiten, kleine und große Reparaturen und selbst schwierigste Karosserie- und Lackierarbeiten bedeuten kein Problem für die „Hamänner“.

Selbstverständlich sind auch sogenannte Fremdmarken herzlich willkommen. Reifenwechsel inkl. Einlagerung, die Pflege

Autohaus Hamann  
Davenstedter Straße 120 · 30453 Hannover  
Tel. 0511/9 21 66-0 · [www.hamann-hannover.de](http://www.hamann-hannover.de)



Dipl. Ing.  
Dirk Hamann,  
Geschäftsführer im  
Autohaus Hamann

HANNOVER

Anzeige

Mit 150  
noch so lässig!



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH  
LIEBER ERLEBNIS-ZOO HANNOVER



# Voll im Trend: Klein, fein und praktisch.

## Unsere Empfehlung: Bitte vergleichen.

Ford, Hyundai und Opel erfreuen sich ständig steigender Beliebtheit. Modernes Design, beste Verarbeitung und verbrauchsarme Motoren zeichnen sie aus. Klein aber oho – so ist die einhellige Meinung vieler Autofahrer, die ein geeignetes Fahrzeug für die Stadt als auch für lange Touren suchen. Nehmen Sie Platz im Auto Ihrer Wahl, machen Sie sich das Vergnügen einer Probefahrt, vergleichen Sie die verschiedenen Modelle und Marken.

Wir sind sicher: Ihr zukünftiges Lieblingsauto finden Sie bei uns im 3-Marken-Autohaus in Hannover-Linden.



### Ford Fiesta Ambiente

Langlebig, attraktiv und mit hochwertigen Details ausgestattet.

Selbstverständlich mit ABS, ESP, beheizbaren und elt. einstellbaren Außenspiegeln, elt. Festerheber vorn, 7 Airbags, Servolenkung, ZV und vieles mehr.

bereits ab

**9.990,- €\***  
inkl. Überführung

### Der neue Hyundai i20

Fließende Linien, ein dynamisches Profil, eine Limousine zum Verlieben schön. Mit tollem Platzangebot und großem Kofferraumvolumen. 5 Türen, ESC, Berganfahrassistent, USB-Radio, Klimaanlage, 6 Airbags und vieles mehr. 5-Jahres-Garantie\*\* ohne Kilometerbeschränkung.

bereits ab

**13.490,- €\***  
inkl. Überführung

### Der neue Opel Karl

Klein, fein, einfach klasse. Ein 5-Türer mit 3,68 m Länge. Für bis zu 5 Personen.

Mit einem Komfort- und Info-Tainment, das es in dieser Klasse noch nie gab. Mit innovativem und verbrauchsoptimierten 3-Zylinder-Motor.

Ab Sommer lieferbar für unter

**10.000,- €\***  
inkl. Überführung

Kraftstoffverbrauch Ford Fiesta kombiniert: 3,3 - 7,0 l/100km, CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert: 85 - 138 g/km; Effizienzklasse A+ - E. Kraftstoffverbrauch Hyundai i20 kombiniert: 3,2 - 6,7 l/100km, CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert: 84 - 155 g/km; Effizienzklasse A+ - E. Kraftstoffverbrauch Opel Karl kombiniert: 4,3 - 4,5 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert: 99 - 104 g/km; Effizienzklasse C.

\*Angebot gilt für Privatkunden. Nicht mit anderen Aktionen / Nachlässen kombinierbar. Das Angebot stellt das repräsentative Beispiel nach §6a Abs. 3 Preisangabe-Verordnung dar. Nur solange der Vorrat reicht. Widerrufsrecht gemäß §495 BGB. Abbildungen ähnlich und zeigen Sonderausstattung gegen Mehrpreis. Alle Angebote sind unverbindlich. Irrtum und Zwischenverkauf vorbehalten.

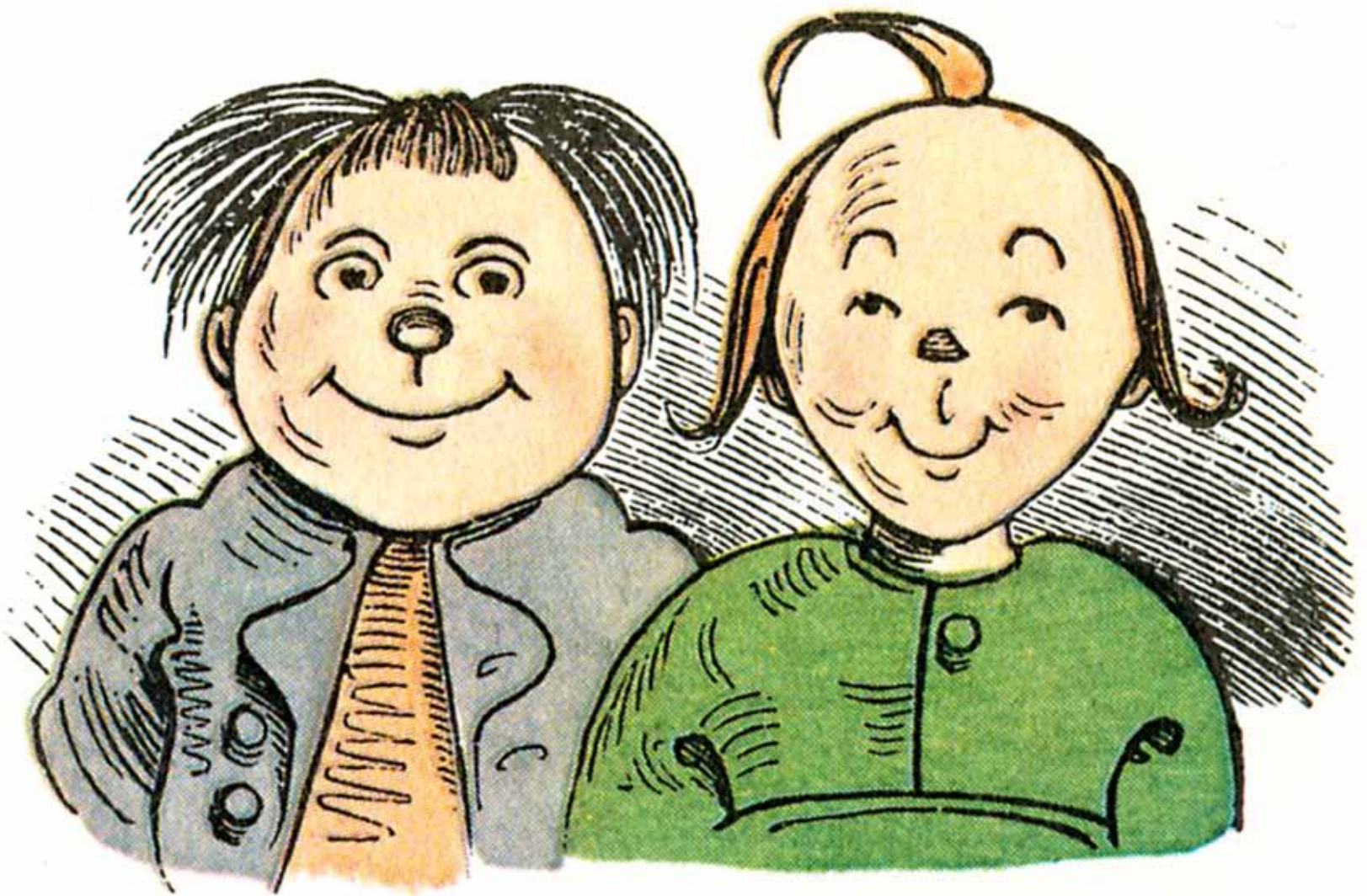
\*\*5 Jahre Fahrzeug- und Lack-Garantie ohne Kilometerbegrenzung sowie 5 Jahre Mobilitäts-Garantie mit kostenlosem Pannendienst und Abschleppdienst (gemäß den jeweiligen Bedingungen); 5 kostenlose Sicherheits-Checks in den ersten 5 Jahren gemäß Hyundai Sicherheits-Check-Heft. Taxen und Mietfahrzeuge: 3 Jahre Fahrzeug-Garantie und 2 Jahre Lack-Garantie, jeweils bis 100.000 km Fahrleistung (gemäß den jeweiligen Bedingungen).



**Autohaus Hamann GmbH · Davenstedter Str. 120-122 · 30453 Hannover  
Telefon 0511/9 21 66-0 · www.hamann-hannover.de**

# hamann





## 150 Jahre „Max und Moritz“

VOR 150 JAHREN KAM DIE ERSTE „MAX UND MORITZ“- AUSGABE IN DEN BUCHHANDEL. SIE SOLLTE DER GRÖSSTE ERFOLG VON WILHELM BUSCH WERDEN UND IST BIS HEUTE INSPIRATION FÜR VIELE KARIKATURISTEN.



*Die Illustrationen auf dieser Doppelseite wurden vom Wilhelm Busch – Deutsches Museum für Karikatur und Zeichenkunst freundlichst zur Verfügung gestellt.*



Wenn  
handwerkliches Können  
und Liebe zum Beruf  
aufeinander treffen...



Der runde Geburtstag dieses Meisterwerkes wird nun im Landkreis Schaumburg, der Heimat des Urhebers, gebührend gefeiert. Wilhelm Busch, der 1832 in Wiedensahl geboren wurde, und seiner Lausbubengeschichte ist das ganze Jahr 2015 ein buntes Kulturprogramm gewidmet. Die Veranstaltungen kommen aus den Bereichen Literatur, Musik und Theater und versprechen spannende und ungewöhnliche Inhalte.

Speziell an Kinder ab sechs Jahren richtet sich „Max und Moritz – ein Musical in 7 Streichen“. Die Kreisjugendmusikschule Schaumburg führt das Musical zusammen mit den Schaumburger Märchensängern auf. Michael Schmidt, ehemaliger Leiter der Kreisjugendmusikschule, hat eine musikalische Fassung von „Max und Moritz“ erarbeitet, mit Originaltexten von Wilhelm Busch wie mit zeitgenössischen Worten. Neben den Chorsängern werden Schüler der Bereiche Streichinstrumente, Blasinstrumente und Percussion an der Aufführung beteiligt sein. Vorstellungen sind am 5. Juni im Rathaussaal Bückeburg, am 14. Juni im Brückentorsaal Rinteln, am 16. Juni im Kurtheater Bad Nenndorf und am 20. Juni im Ratsgymnasium Stadthagen.

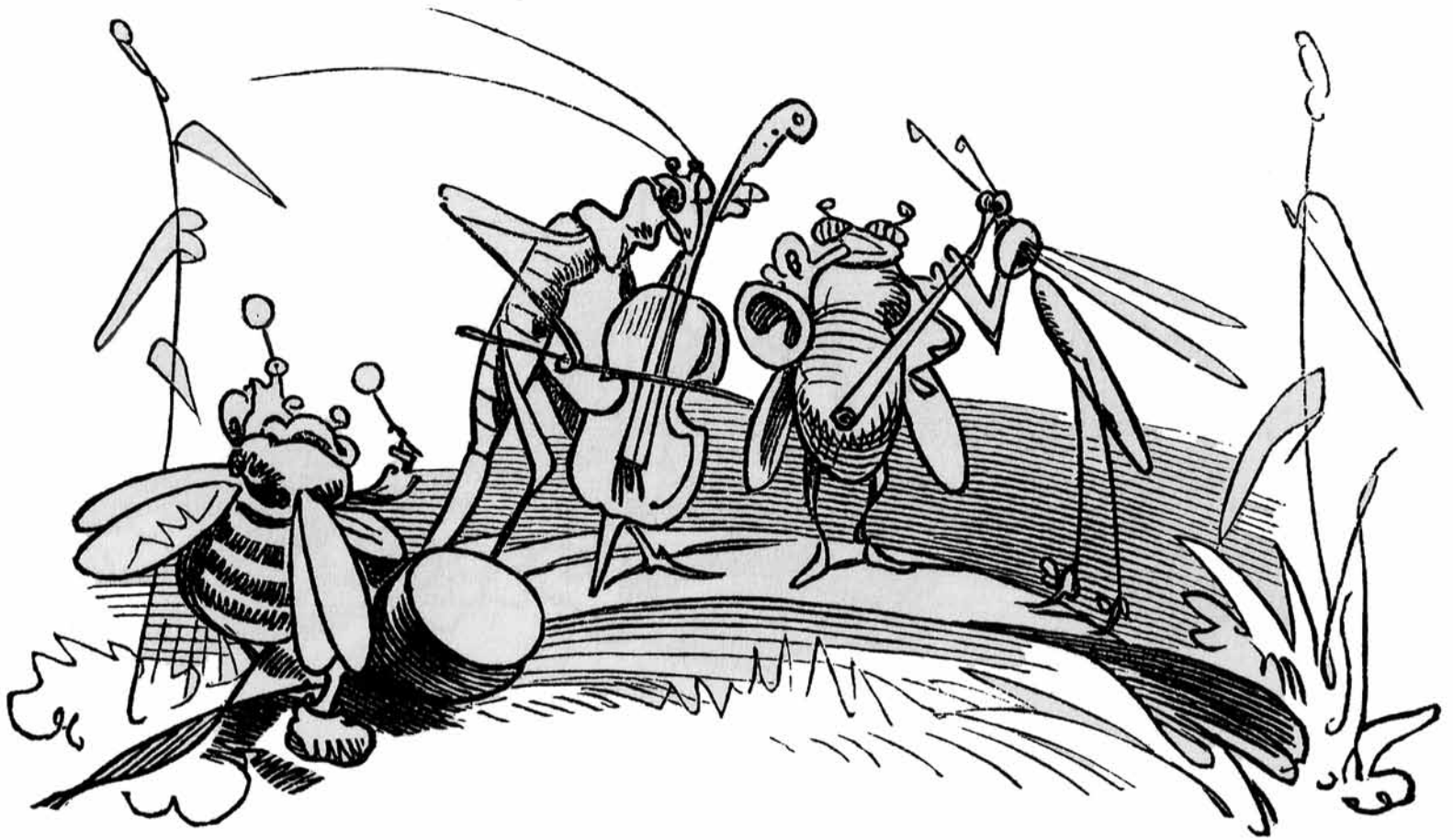


## Maquillage

Peter Rehkop Friseur Kosmetik Visagistik  
Limmerstr 1 | 30451 Hannover | 0511 - 169 26 16  
[www.maquillage-hannover.de](http://www.maquillage-hannover.de)

SASSOON PROFESSIONAL PARTNER





**A**ußergewöhnliche Klänge stehen im Juni unter dem Titel „Eine musikalische Zeitreise...“ auf dem Programm. Zwei Konzerte widmen sich unterschiedlicher Musik aus der Lebenszeit Wilhelm Buschs. Das Ensemble „Quintettsolisten“, bestehend aus Musikern des Orchesters der Deutschen Oper Berlin und der Sächsischen Staatskapelle Dresden, präsentiert eine Auswahl von Kammermusik verschiedener Stile und Zeiten am Übergang vom 19. zum 20. Jahrhundert. Beim zweiten Konzert kommt der Handglockenchor Wiedensahl dazu. 66 Handglocken unterschiedlicher Größe prägen den Klang dieses Ensembles. Die Konzerttermine sind am 20. Juni um 19 Uhr in der Abtei Wunstorf und am 21. Juni, ebenfalls um 19 Uhr, in der Kirche in Wiedensahl.

Aus einer modernen Perspektive beschäftigt sich im November „Canto d’amore“ mit Wilhelm Busch. Da heißt es in der Konzertankündigung: „Die Sopranistin bellt. Der Bratschist und Kompo-

nist lässt die Saiten quietschen. Spöttisch spitzt die Mezzosopranistin ihre Lippen und formt genüsslich: ‚In die Tüte von Papiere sperren sie die Krabbeltiere‘. Unverkennbar ‚Max und Moritz‘. Und so geht der Abend munter weiter.“ Das verspricht ein besonderes Erlebnis zu werden, am 26. November in Buschs Geburtshaus in Wiedensahl.

Theatralisch geht es zu bei „Mit Max und Moritz hinterm Busch“. Wilhelm Buschs Werke sind bis heute beliebt. Doch was ist bekannt vom Leben des Dichters? Das Stück nähert sich der Biographie Wilhelm Buschs und geht zugleich auf die Frage ein, wie sich das Leben eines Jugendlichen an der Schwelle zum Erwachsenwerden im 19. Jahrhundert vollzogen hat. Aufgeführt von einer jungen deutsch-polnischen Theatertruppe und zu sehen am 2. Juni in Stadthagen, am 3. Juni in Bückeburg und am 4. Juni in Rinteln.







L iterarische Lesungen bringen im November kurz vor Jahresende noch ein paar Höhepunkte in den Veranstaltungsreihen. Jenny Erpenbeck liest am 7. November im Schloss Bückeburg aus ihrem aktuellen Buch „Aller Tage Abend“, eine Woche später ist der bekannte Kolumnist Harald Martenstein im Schloss von Hammerstein in Apeln zu Gast. Er wird aus seiner jüngsten Kolumnensammlung „Die neuen Leiden des alten M. Unartige Beobachtungen zum deutschen Alltag“ lesen, beide Veranstaltungen beginnen um 19 Uhr.

Begleitend zum Jubiläumsreigen sind zwei Ausstellungen zu sehen. Auf die Historie von Max und Moritz geht „Corpus Delicti“ ein, ab dem 7. Juni bis zum 8. November in seinem Geburtshaus in Wiedensahl. Wie ist die Geschichte überhaupt entstanden, wie viel Vorarbeit war nötig, wie ist Wilhelm Busch überhaupt auf die Idee gekommen? Diese Fragen und einige mehr werden den Besuchern der Ausstellung anhand von Skizzen, Zeichnungen und Notizen Wilhelm Buschs beantwortet. Sehr interessant ist sicher-

lich auch die Gegenüberstellung der Vorarbeiten und der endgültig gedruckten Version. Die Ausstellung „Streich auf Streich – 150 Jahre Max und Moritz“ lief bereits 2014 mit großem Erfolg im Deutschen Museum für Karikatur und Zeichenkunst Wilhelm Busch in Hannover. Zum Jubiläumsjahr zieht sie nun in die Region und wird vom 14. September bis zum 20. Dezember im „Museum Bückeburg für Stadtgeschichte und Schaumburg-Lippische Landesgeschichte“ zu sehen sein.

Das Jubiläumsprogramm hält außerdem Führungen auf den Spuren Wilhelm Buschs und noch einiges mehr bereit. Den Besuchern bietet sich dabei die einmalige Gelegenheit, das schöne Schaumburger Land und seine Orte kennen zu lernen.

Weitere Informationen zum Veranstaltungsprogramm sowie zum Kartenvorverkauf gibt es im Internet unter [www.150-jahre-max-und-moritz.de](http://www.150-jahre-max-und-moritz.de)



Das Museum „Wilhelm Busch - Deutsches Museum für Karikatur und Zeichenkunst“ in Hannover besitzt eine einzigartige Wilhelm-Busch-Sammlung und eine international bedeutende Sammlung satirischer Kunst aus vier Jahrhunderten. In der Sammlungsausstellung „Szenenwechsel ´15“ sind von Wilhelm Busch neben seinen bekanntesten auch bislang selten gezeigte Arbeiten oder neu in die Sammlung gekommene Ölgemälde zu sehen.

**Wilhelm Busch - Deutsches Museum für Karikatur und Zeichenkunst**

Georgengarten, Hannover, Tel.: 0511 169999-11

# RADIO Hannover 87.6

DIE STIMME DER STADT

## Aktuelles aus Hannover und der Region, mit einfach guter Musik!

### Einschalten:

UKW 87,6 MHz

als Stream unter  
[www.radio-hannover.de](http://www.radio-hannover.de)

als Smartphone-App

260.000  
HÖRER TÄGLICH!

Quelle: Icon Added Value

### Infos zum Sender:

Radio Hannover ist der erste private Radiosender für die Stadt und die Region Hannover. Mit einem abwechslungsreichen Programm aus Nachrichten, Beiträgen, Reportagen, Sportberichten sowie Kultur- und Veranstaltungstipps aus dem Sendegebiet erreicht Radio Hannover die Herzen der Hörer.

Die Frühsendung „**Guten Morgen Hannover**“ weckt die Hörer täglich ab 5:30 Uhr. Starten Sie gut gelaunt und bestens informiert in den Tag: was ist Talk of Town, was passiert heute in der Stadt und welche Veranstaltungen gibt es am Abend?

Fester Bestandteil sind die **HANNOVER-NEWS** im Programm. Montag bis Freitag, immer zur halben Stunde die aktuellsten Nachrichten aus Hannover und dem Umland - kompakt und kompetent auf den Punkt. Und auch bei der musikalischen Ausrichtung hebt sich der Sender von etablierten Musikprofilen anderer Sender ab. Neben beliebten Musik-Klassikern bietet Radio Hannover auch eine Plattform für Newcomer und Spezialthemen.

### Musik-Special:

„**Grenzwellen**“.  
Ecki Stieg präsentiert jeweils mittwochs von 21:00 Uhr bis 0:00 Uhr innovative Sounds, bewährte Klassiker und interessante Specials mit Bands der EBM- und Elektro-Szene.

Die Sendung kommt auch außerhalb Hannovers hervorragend an und verfügt über eine große, deutschlandweite Fangemeinde, die über den Live-Stream unter [www.radio-hannover.de](http://www.radio-hannover.de) zuhört.



### Die Stimmen der Stadt.

Unsere erfahrenen Radio-Profis präsentieren Ihnen Nachrichten, Geschichten und Berichte, Gespräche mit interessanten Menschen und Tipps zu Veranstaltungen aus Stadt und Region. So informieren wir stets aktuell, von morgens bis abends, immer am Puls der Landeshauptstadt.

Promotion





Selbstportrait, 1894

Fotografie um 1865

Signatur

Heinrich Christian **Wilhelm Busch** (\* 15. April 1832 in Wiedensahl; † 9. Januar 1908 in Mechtshausen) war einer der einflussreichsten humoristischen Dichter und Zeichner Deutschlands. Seine erste Bildergeschichte als Tafeln erschien 1859 und als ein Buch Bilderposen 1864. Schon in den 1870er Jahren zählte er zu den bekannten Persönlichkeiten Deutschlands. Zu seinem Todeszeitpunkt galt er als ein „Klassiker des deutschen Humors“, der mit seinen satirischen Bildergeschichten eine große Volkstümlichkeit erreichte. Er gilt heute als einer der Pioniere des Comics. Zu seinen bekanntesten Werken zählen die Bildergeschichten Max und Moritz, Die fromme Helene, Plisch und Plum, Hans Huckebein, der Unglücksrabe und die Knopp-Trilogie. Viele seiner Zweizeiler wie „Vater werden ist nicht schwer, Vater sein dagegen sehr“ oder „Dieses war der erste Streich, doch der zweite folgt sogleich“ sind zu festen Redewendungen geworden. Seine Satiren verspotteten häufig Eigenschaften einzelner Typen oder Gesellschaftsgruppen. So greift er in seinen Bildergeschichten die Selbstzufriedenheit und zweifelhafte Moralauffassung des Spießbürgers und die Frömmelerei bürgerlicher und geistlicher Personen an.

Quelle: wikipedia



Geburtshaus in Wiedensahl

Ihr Unterhaltungstheater

14.05. bis 30.06.

# DIE TOTEN AUGEN VON LONDON

KRIMINALSTÜCK VON **EDGAR WALLACE**

Inszenierung: Oliver Geilhardt  
mit Beatrice Fago, **Michaela Schaffrath**,  
Thomas Henniger von Wallersbrunn, Joachim Kwasny,  
Lennart-Fabian Müller, Wolfram Pfäffle und Fabian Joel Walter

SOMMERSPECIAL

Aufgrund der großen Nachfrage!

# Opa ist die beste Oma

01.08. bis 30.08.2015

Mit Uta Krüger,  
Sabine Schmidt-Kirchner, Marion König,  
**Gernot Endemann**, Wolf-Guido Grasenick

## DIE NÄCHSTE SPIELZEIT

2015

ab 04. September

DEUTSCHSPRACHIGE  
ERSTAUFFÜHRUNG

**FRÜHSCHICHT BEI TIFFANY**

Komödie von Kerry Renard

ab 26. November

**DER BRAUTVATER**

URAUFFÜHRUNG

Komödie von Lydia Fox

2016

ab 25. Februar

HANNOVERSCHE  
ERSTAUFFÜHRUNG

**DREI MANN IN EINEM BOOT**

Komödie von Jerome K. Jerome

ab 28. April

**MENSCH ÄRGERE DICH NICHT!**

kriminelle Komödie von Florian Battermann

Georgstraße 54 · 30159 Hannover

Telefon (0511) 36 30 01

www.neuestheater-hannover.de





**KNABENCHOR HANNOVER**  
 Marienvesper von  
 Johann Rosenmüller  
 Sa/2.5./19 Uhr/  
 Marktkirche Hannover

Abschlusskonzert der 15. internationalen A-Capella-Woche Hannover  
 mit VICID VOICES,  
 STR8VOICES, HANNOVER  
 HARMONISTS und JUICEBOX  
 So/3.5./20 Uhr/ Großer Sendesaal des NDR Landesfunkhaus

**ELVIS – DAS MUSICAL**  
 Di/5.5./20 Uhr/  
 Theater am Aegi

**THE SOUND OF HOLLYWOOD**  
 GROSSE KINOMOMENTE -  
 TOUR 2015  
 Moderation: Jan Köppen  
 Fr/8.5./20 Uhr/  
 Kuppelsaal (HCC)

**PHIL & CHILL**  
 Sensationelles Konzertereignis:  
 Nach Berlioz' Symphonie fantastique heizt MAX MUTZKE bei Phil & Chill die Stimmung ein.  
 Sa/9.5./21:30 Uhr/  
 Großer Sendesaal des NDR

**CHRISTOPH MARIA HERBST**  
 „ER IST WIEDER DA“  
 Fr/22.5./19:30 Uhr/  
 Theater am Aegi

**SUNRISE AVENUE**  
 FAIRYTALES -  
 BEST OF TOUR 2015  
 Einzige Show mit Orchester!  
 (unbestuhlt)  
 Sa/23.5./20:00 Uhr/  
 EXPO Plaza Hannover

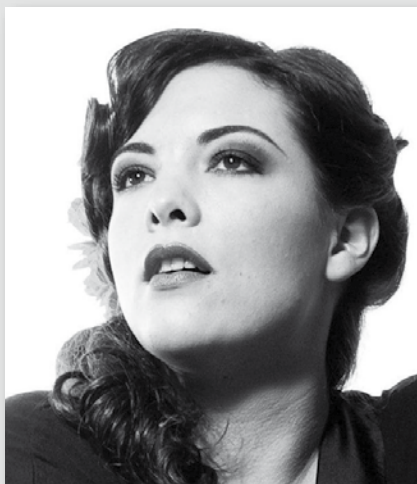


*Christoph Maria Herbst, Foto: Johann Ort*

**FARIN URLAUB RACING TEAM,**  
 TOUR 2015  
 Mi/27.5./20 Uhr/  
 Swiss Life Hall

**NDR 2 PLAZA FESTIVAL**  
 DIE FANTASTISCHEN VIER, JAN  
 DELAY, REVOLVERHELD, OLLY  
 MURS, MIGHTY OAKS, ARKELLS  
 Fr/29.5./16 Uhr/  
 EXPO Plaza Hannover

**DASOL KIM, Klavier**  
 MATINEEKONZERT  
 MIT PICKNICK  
 So/7.6./11:30 Uhr/  
 Rittergut Remeringhausen



*Caro Emerald, Foto: Wallpapers99*

**CARO EMERALD**  
 LIVE IN HANNOVER  
 Mi/10.6./20 Uhr/  
 Capitol Hannover



*Olly Murs,  
 Foto: Unahé*





## Das Steinhof jetzt auch in Hannover



Wechselnder Mittagstisch ab 4,90 €

Unser Angebot: Pizza, Pasta, Salate, Grillspezialitäten und vieles mehr...

Cafe-Spezialitäten, Cocktails  
( Happy Hour täglich ab 18.00 Uhr  
alle Alkoholischen 5,-€ und ohne Alkohol 4,-€.)

Feierlichkeiten aller Art sind in unserem Obergeschoss mit bis zu 80 Personen möglich.

Georgstraße 7 · 30159 Hannover · Tel.: 0511 53349533  
Homepage: [www.Steinhof-hannover.de](http://www.Steinhof-hannover.de)

AC/DC  
LIVE IN DEUTSCHLAND 2015  
So/21.6./20 Uhr/  
Messegelände Hannover

ECKART VON HIRSCHHAUSEN  
WUNDERHEILER  
Di/23.6./20 Uhr/  
Theater am Aegi

DAVID GUETTA  
LISTEN TOUR 2015  
Special Guest: Oliver Heldens  
So/28.6./ 19:30 Uhr/  
TUI Arena

LINDSEY STIRLING  
OPEN AIR 2015  
Mi/8.7./ 20:00 Uhr/  
Gilde Parkbühne Hannover

UDO LINDENBERG LIVE 2015  
Fr/10.7./20 Uhr/  
HDI-Arena



Heino, Foto: wikirecent

WESTERNHAGEN LIVE 2015  
Sa/10.10./20 Uhr/TUI Arena

50 JAHRE – HEINO  
VERSPOTTET, BELÄCHELT,  
BESCHIMPFT - KULT!  
Do/22.10./ /20 Uhr/  
Capitol

NDR KLASSIK OPEN AIR  
G. PUCCINI „LA BOHEME“ -  
NDR RADIOPHILHARMONIE  
Sa/18.7./20 Uhr/  
Maschpark am Neuen Rathaus

Lindsey Stirling, Foto: freewallpaper





*Das Sofa, Foto: TukkersConnexion*

## KUNST FEST SPIELE

„Gegen den Strich“ lautet das diesjährige Motto des international ausgerichteten Festivals, das im sechsten Jahr ein vielseitiges, spartenübergreifendes Kultur-Programm nach Hannover bringt.

29.5. bis 14.6./

Herrenhäuser Gärten

## SCHÜTZENFEST HANNOVER

Das weltgrößte Schützenfest sorgt mit rasanten Fahrgeschäften, Musik und Tanz sowie traditionellem Schützensport für jede Menge Feier-Vergnügen für Groß und Klein.

3. bis 12.7./

Schützenplatz

## KLEINES FEST IM GROSSEN GARTEN

Ausgewählte Kleinkunst aus aller Welt an insgesamt 20 Abenden in der Kulisse des Barocken Gartens Herrenhausen

7. bis 30.7./

Einlass ab 18:15 Uhr/  
Großer Garten Herrenhausen

## MASCHSEEFEST

Das Maschseefest sorgt mit Live-Musik, internationalen Spezialitäten und vielem mehr für Urlaubsstimmung in Hannover.

29.7. bis 16.8.

## FÄHRMANNSFEST

„Hannovers kleines Woodstock“ lädt am Ihme-Ufer und auf der Kulturbühne auf der Faust-Wiese zu Hannovers größtem Alternativ-Open-Air-Festival ein.

31.7. bis zum 2.8.

## 25. INTERNATIONALER FEUERWERKSWETTBEWERB 2015

An fünf Abenden treten die weltbesten Pyrotechniker im Großen Garten an. Bevor der Countdown „zur Zündung“ erfolgt, erleben die Besucher ein fantastisches Spektakel aus Live-Musik, Walking-Acts, Kleinkunst und Theater – abgestimmt auf das jeweilige Teilnehmerland.

Herrenhäuser Gärten

16.5./6.6./22.8./5.9./19.9./jeweils ab 18:30 Uhr

## BOULEFESTIVAL

Mit einem umfangreichen Programm bietet der Verein Boulefestival Hannover e.V. allen Interessierten, ob groß oder klein, jung oder alt, die Gelegenheit, sich im Boulespielen auszuprobieren.

14. bis 25. Mai/

Lindenallee im Georgengarten



## SCHOKOLADEN-GOURMET-FESTIVAL

Die besten Schokoladen der Welt erleben und probieren.

11. bis 13.9./

Helmkestraße 5a  
30165 Hannover

*Foto: dreamwallpaper*



# *Pfannkuchen Haus*

Calenberger Str. 27 • 30169 Hannover • Tel. (0511) 1 71 13  
Täglich ab 18 Uhr, Sonn- und Feiertags auch von 12-15 Uhr



## **Schmecken Sie doch mal rein**

Das, was Sie lieben: Gemütlichkeit, schmackhaftes Essen,  
einen guten Tropfen - und das zu günstigen Preisen!

**Pfannkuchengerichte süß oder pikant  
und saftige Steaks vom Grill!**





DIE WAHRHEIT LIEGT IM SCHLAF...

## Warum wir träumen und was die Träume bedeuten

**Sie sehen den Tod eines geliebten Menschen vor sich oder sogar den eigenen. Schweißgebadet machen Sie die Augen auf: Zum Glück war alles nur ein Traum. Verarbeiten wir dabei früher Erlebtes? Oder schaltet das Gehirn einfach nur eine Art Zufallsgenerator ein? Traumforscher sind den wiederkehrenden Mustern auf der Spur.**

Das Leben ist wie ein Traum – kein Wunder! Denn der Mensch verschläft rund ein Drittel seines Lebens. Und während dieser Zeit träumen wir – die ganze Nacht über, auch wenn wir uns selten an unsere Träume erinnern können.

Manche Träume kennt fast jeder, oft hat man sie immer wieder. Beispiel Verfolgung, das in deutschen Betten der Traum Nummer eins ist. Dahinter soll Angst vor

Konfrontation stehen. Eventuell gibt es einen unausgesprochenen Konflikt innerhalb der Familie oder im Beruf (zumindest nach Meinung Ihres Unbewussten ...).

Träume sind oft rätselhaft, verrückt, manchmal sogar beängstigend – und faszinieren die Menschen schon seit Jahrtausenden. In der Antike hielt man das „Kopfkino“ sogar für Götterbotschaften. Die ältesten bis heute erhaltenen Aufzeichnun-

gen der Traumdeutung stammen von 2700 v. Chr. Der Legende nach erhielt der mesopotamische König Gilgamesch in seinen Träumen genaue Weisungen von Gott, wie er seine Kriege führen sollte. Für die Ikone der Psychoanalyse Sigmund Freud war der Traum ein Königsweg zum Unbewussten, für Neurowissenschaftler allerdings lange nicht mehr als ein sinnloses Neuronengewitter.



**A**ktuelle Forschungen widerlegen jedoch die Theorie, dass Träume rein physikalische Phänomene sind, die keinerlei Sinngehalt aufweisen: Menschen mit einer Hirnverletzung träumen nämlich auch dann noch, wenn das Eintreten in eine nächtliche REM-Schlafphase (Rapid Eye Movement = hektische Augenbewegungen) aufgrund ihrer defekten Hirnareale praktisch nicht mehr möglich ist. Interessant ist auch die Beobachtung der Forscher, dass solche Menschen nicht träumen, wenn die Gehirnregion, die für Empfindungen und Bedürfnisse zuständig ist, ausfällt.

**Problem:** Die Traumbotschaften sind als Symbole verschlüsselt. Sie müssen erst gedeutet, quasi „übersetzt“ werden. Das geht natürlich nie eins zu eins, denn jeder Mensch ist anders.

Seit Jahren wird bereits an einer weltweiten Traum-Studie gearbeitet. Jetzt soll sie angeblich kurz vor dem Abschluss stehen. Einige Ergebnisse sind schon raus:

Wissenschaftlich betrachtet bewältigen wir in Träumen die Geschehnisse der vergangenen Tage. Im Gehirn werden diese Impulse weitergeleitet. In unseren Träumen verarbeiten wir damit den Alltag, aber auch unerfüllte Wünsche oder Sehnsüchte tauchen als Thema in unseren Träumen auf. Obwohl Träume häufig an Orten aus der Vergangenheit spielen, beziehen sie sich in der Regel auf die Gegenwart.

### Warum erinnert man sich nicht an jeden Traum?

Im REM-Schlaf träumt jeder. Aber nur, wenn ein Teil des Gehirns noch aktiv ist, erinnert man sich an den Traum.

### Warum wiederholen sich manche Träume?

Verdrängtes wird wieder vorgeholt, damit man sich damit auseinandersetzt. Tut man's nicht, kann der Traum zum Albtraum werden.

### Wie lange träumen wir?

In 5 bis 7 Traumphasen träumen wir pro Tag (bzw. Nacht) ca. 1,5 Stunden. Die ersten Phasen dauern bis zu 5, die letzten bis zu 20 Minuten. In jeder Phase träumt man einen neuen Traum, in der letzten wacht man meist auf.

### Träumen wir in Farbe oder Schwarz-Weiß?

Alle Menschen, deren Gefühlsleben intakt ist, besonders Frauen, träumen in Bunt. Die Emotionslosen träumen meist in Schwarz-Weiß.

### Kann man Träume auch selbst steuern?

Manche besitzen diese Fähigkeit zu „luziden bzw. Klar-Träumen“. Sie sind sich während des Traums bewusst, dass sie träumen. Tibetische Mönche kultivieren diese Kunst. Es gibt auch technische Hilfsmittel, um dies zu erreichen. In einem solchen Klartraum ist im Grunde nichts unmöglich: Sie können fliegen, unter Wasser atmen, durch Wände gehen, mit Verstorbenen sprechen oder auch ihren Traumpartner treffen.



### Luzides Träumen ist mehr als nur Spielerei:

Man erhält direkten Zugriff zu seinem Unterbewusstsein. Im Traum auftretende Charaktere sind niemand anders als Sie selbst, Ihr Unterbewusstsein, das mit Ihnen kommuniziert. Manche Klarträumer nutzen ihre Fähigkeit zum Erlernen von Musikinstrumenten oder sogar Sportarten. Manchmal tragen Deutungen des Geträumten

zu einer Problemlösung bei. Ganze Bücher beschäftigen sich mit dem Thema und geben Beispiele, mit denen man aufschlüsseln kann, was die jeweiligen Träume für eine Bedeutung haben.

Genau unterscheiden zwischen Albträumen und normalen Träumen kann man bei der Traumdeutung übrigens nicht, da auch Albträume positive Aspekte beinhalten können, weil sie beispielsweise etwas Gegensätzliches bedeuten. Albträume unterscheiden sich jedoch von einem normalen Traum in ihrer Intensität. Der Schlafende wird von Angst und Ohnmacht gepackt, der Herzschlag rast. Zum Schluss wacht der Betreffende oft schweißgebadet auf. >>

*Foto oben und vorige Seite: Fotolia*

*Foto nächste Seite, Mitte: Fotolia*

*Fotos nächste Seite, unten: Free Wallpaper*

## Die häufigsten Träume und Traum-Symbole (... und was sie angeblich über uns sagen)

- **Fliegen können:** Befreiung von Widersprüchen.  
Hinweis auf eine seelisch belastende Situation.
- **Menschen sehen, aber nicht zu ihnen sprechen können:**  
Wunsch, in der Realität mehr gesehen, wahrgenommen zu werden. Hinweis auf Schüchternheit.
- **Flucht vor etwas, aber man kommt nicht von der Stelle:**  
Eine Aufgabe im Alltag überfordert einen.
- **Nackt sein:** Sie fühlen sich ungeschützt und verletzlich, wollen das aber nicht zeigen.
- **Ausfallende oder abbrechende Zähne:** Sie schaffen etwas im realen Leben nicht, beißen sich daran buchstäblich die Zähne aus.
- **Tiere:** Kommen Tiere in Ihren Träumen vor, geht es meist um Triebe und Instinkte. Träume mit Schlangen drehen sich oft um Sex und Verführung, List und Versuchung. Ein Hund im Traum symbolisiert Aggression. Katzen stehen für Liebeskummer.
- **Traum vom Fallen, etwa von einem Abhang:** Angst vor Absturz im Alltag (auch: von anderen fallengelassen zu werden), Kontrollverlust.
- **Sterben bzw. das eigene Begräbnis miterleben:** Oft das Bedürfnis nach einer grundlegenden Änderung im Leben, ob in der Beziehung oder im Job.
- **Ertrinken:** Hinweis auf Überforderung im Gefühlsleben. Das Wasser steht für die notwendige Klärung unserer Emotionen.
- **Rückzug in eine frühere Wohnung, ins Elternhaus:** Suche nach Vertrautem, Geborgenheit. Aber auch Hinweis auf Angstverhalten in der Kindheit, das noch nicht überwunden ist.
- **Sex mit Fremden:** Im Traum hatten Sie wilden Sex mit einem Fremden. Nun liegen Sie schlaflos neben Freund oder Ehemann und haben ein schlechtes Gewissen. Müssen Sie aber gar nicht: Sexträume bedeuten nicht, dass Ihr Lover es im Bett nicht mehr bringt. Vorsicht ist allerdings geboten, wenn Sie im Traum andere beim Sex beobachten: Dann ist in Ihrer Beziehung vermutlich etwas faul.
- **Im Dunkeln umherirren:** Dunkelheit steht für Verborgenes, Unbekanntes. Irren Sie im Schlaf umher, fürchten Sie sich vermutlich vor einem Ereignis, das in den nächsten Tagen ansteht.

## Vier Schlafphasen

Ein Zyklus mit allen vier Schlafphasen dauert rund 90 Minuten. Jede Nacht machen wir etwa vier bis sechs solcher Zyklen durch. Als Erstes kommt das Einschlafstadium oder Dösen. Der Herzschlag verlangsamt sich leicht. Im zweiten Stadium, dem normalen oder stabilen Schlaf, wird der Herzschlag noch ein bisschen ruhiger. Dann folgt der Tiefschlaf. In dieser Phase bleibt die Muskulatur noch leicht gespannt – wer zum Schlafwandeln neigt, tut es hier. Diese Phase ist für die körperliche Erholung besonders wichtig. Die letzte Phase wird als REM-Schlaf bezeichnet. Da ist man am schwersten zu wecken. Das Gehirn ist während dieser Phase hochaktiv und die Träume sind sehr emotional – im Positiven wie auch im Negativen.



## Alpträume belasten

Alpträume können die Stimmung längerfristig drücken, wenn sie die Betroffenen immer wieder plagen. Rund fünf Prozent der Deutschen leiden unter Alpträumen.

## „Traumdeutung“ von Freud

1899 veröffentlichte Sigmund Freud „Die Traumdeutung“: Freuds Idee war es, den Prozess der Traum-Verschlüsselung nicht vorwärts, sondern rückwärts abzuwickeln, das heißt: Wir erinnern uns an die Geschichte eines Traums, analysieren diese und gelangen schließlich zu seiner tieferen Bedeutung, die im Verborgenen, im Selbst begründet liegt.

## Auch Tiere können träumen

Mehrere Studien haben gezeigt: Auch Tiere können träumen. Ausnahme: Kaltblüter wie Fische und Reptilien.





## 130 Jahre Kröpcke-Uhr

Sie ist einer der beliebtesten Treffpunkte im Herzen der Stadt und das heimliche Wahrzeichen Hannovers. Im Jahr 1885 wurde die Kröpcke-Uhr aufgestellt, seit 20 Jahren wird sie kulturell bespielt. 130 Jahre Kröpcke-Uhr und 20 Jahre „Kunst in der Kröpcke-Uhr“ wird am 31. Mai mit einem bunten Happening gefeiert.

Die Kröpcke-Uhr geht auf eine Stiftung hannoverscher Bürger zurück, die eine Wettersäule mit integrierter Uhr bei Konrad Oertel in Auftrag gaben und diese 1885 an dem zentralen Platz der Stadt aufstellen ließen. Die Uhr wurde nach dem Zweiten Weltkrieg entfernt und durch eine schmucklose Variante ersetzt, die heute am Steintor zu finden ist. 1977 wurde jedoch von der historischen Uhr eine vereinfachte Rekonstruktion angefertigt und an den alten Standort zurückgebracht. Seitdem gilt die Uhr als Kommunikationsmittelpunkt der Stadt Hannover.



Benannt wurde die Kröpcke-Uhr nach dem Gastronom Wilhelm Kröpcke (1855-1919), der von 1876 bis 1919 sein Kaffeehaus, ein orientalisch anmutender Pavillon aus Gusseisen und Stahl, am selben Platz betrieben hatte. Viele Jahre war das Café Kröpcke ein Treffpunkt der künstlerischen und intellektuellen Elite der Stadt; der Philosoph Theodor Lessing, der Schriftsteller Gottfried Benn und der Dadaist Kurt Schwitters verkehrten hier. Nach dem Tod Kröpckes übernahm der Volksmund bald seinen Namen für den Platz vor dem Café, offiziell erhielt dieser erst 1948 den Namen „Kröpcke“. 1995 startete das Projekt „KulturRaum Kröpcke-Uhr“. Mit der kontinuierlichen kulturellen Bespielung der Kröpcke-Uhr sollte der anhaltende Vandalismus eingeschränkt, wenn nicht sogar gestoppt werden. Das Konzept ging auf, der neue Kulturort etablierte sich. Seit 2005 führt der KulturRaum Region Hannover e.V. das Projekt fort.

Zum doppelten Jubiläum sind am 31. Mai nun alle Interessierten eingeladen, Teil eines einzigartigen Kulturereignisses zu werden. Kulturschaffende der Region Hannover und die Besucher finden sich in einem fröhlichen Happening zu einer temporären „Sozialen Skulptur“ zu Ehren der Kröpcke-Uhr zusammen.

Infos: [www.kulturraum-region-hannover.de](http://www.kulturraum-region-hannover.de) und [www.freundeskreis-hannover.de](http://www.freundeskreis-hannover.de)

Präsentiert von **BMW Hannover**

5.6. bis  
30.8.2015

## Rockabilly BACK IN TOWN

Die Rock 'n' Roll-Show voll atemberaubender Artistik!

2.9. bis  
25.10.2015

## DIE CLOWNS COMPANY

Lust auf lustig!

Anzeige

## GOP.

varieté-theater  
GEORGSPALAST HANNOVER

Georgstraße 36 · 30159 Hannover  
Tickets und Gutscheine unter  
(05 11) 30 18 67 10 oder 24h online auf [variete.de](http://variete.de)



## Europa - Kraftvolle Impulse des Südens

### DIE PIGS ZWISCHEN LEBENSSTIL UND EFFIZIENZ

Portugal, Italien, Griechenland, Spanien, die so genannten PIGS – als Bezeichnung eine seltsame Assoziation zu (engl. =) Schweinchen – scheinen in ihren Qualitäten weit unterschätzt und sollten nicht auf kriselnde Finanzmärkte, oberflächliche Sehnsuchtsziele und merkwürdige Urlaubsphantasien reduziert werden. Die Länder Südeuropas und ihre Lebenswelten vereinen Jahrtausende alte Kulturen mit geistiger Identität - von der Polis über Leonardo da Vinci bis zu Galileo Galilei. Und sie sind das spannende Resultat eines vielfältigen interkontinentalen Menschen- und Warenverkehrs. Die PIGS besitzen ein Netzwerk lebendiger Städte und bedeutender Häfen und sind zudem flexible Meister im spontan-improvisierten Krisenmanagement. Selbst China hat bereits großes Interesse am Süden Europas gezeigt und sich Anteile am Hafen von Piräus und am portugiesischen Energieversorger gesichert. Europas Süden besitzt die Kraft zum Global Player, nur anders.

*Giannis Varoufakis, der neue griechische Finanzminister und Alexis Tsipras (rechts), der neue griechische Premierminister*







## Handel weltweit

Spanien ist „Europas Tor nach Südamerika“, die (Handels-) Beziehungen Portugals reichen über den Atlantik nach Brasilien, Griechenland tendiert in Richtung Balkan und zum Nahen Osten. Immerhin dominierten die italienischen Städte Genua und Venedig als Handelsendpunkt der Seidenstraße den gesamten europäischen Handel im Mittelalter und verloren als Stadtrepubliken erst im Zuge der napoleonischen Kriege ihre politische Eigenständigkeit. Spanien galt zu jener Zeit mithin als bedeutendste Militärmacht. Und Katastrophenfälle haben die Länder des europäischen Südens im Laufe der Zeit auf ihre ganz eigene Art irgendwie immer ziemlich friedlich bewältigt: massive Zuwanderungen von Muslimen aus den Ländern Nordafrikas, die Umwandlung Portugals und Spaniens von der Diktatur zur Demokratie, Hitzewellen, Erdbeben, Vulkanausbrüche, Feuer und andere schlimme Naturkatastrophen. Stets sind die Menschen der Mittelmeerländer wieder auf die Füße gefallen. Das heißt, die Staaten des Mittelmeerraums verfügen über Kräfte, die es zu entdecken, zu respektieren und einzubinden gilt, um Europa als Ganzes weiter fit für die Zukunft zu machen.

## Mehr als Sea, Sun, Sand & Spirits

Für ein starkes Europa wird der Euro-Norden eine veränderte Einstellung den Mittelmeerländern gegenüber vollziehen müssen, allen voran Deutschland, um nicht als (ital.) grucchi daherzukommen = sturer Esel, aber genug Geld. „Mehr Süden wagen“ fordert Sebastian Schoepp, außenpolitischer Redakteur der Süddeutschen Zeitung und Dozent an der Universität Barcelona, in seinem aktuellen Buch. Die PIGS dürften keinesfalls als untertan betrachtet, sondern die besonderen Potenziale der Mittelmeerländer sollten für ein erfolgreiches Europa genutzt werden. Schließlich haben die Mittelmeerstaaten für Nordeuropäer, auch laut dem angesehenen Politikwissenschaftler und Regierungsberater Claus Leggewie, weitaus mehr zu bieten als die fünf S: Sea, Sun, Sand, Sex & Spirits, sprich die stereotypen Vorstellungen und überhöht imaginierten Erlebniswelten der Massentouristen in monströsen Bettenburgen. Lockere, informelle zwischenmenschliche Beziehungen vereint mit der Empathie der Südländer, ihre gewisse gewachsene Gelassenheit unter Gottes heißer Sonne, ihre Offenheit, Intuition und Vitalität lassen Menschen viel einfacher zueinander finden - menschliche Qualitäten, die zudem bei geschäftlichen Verbindungen und Verhandlungen von außerordentlichem Nutzen sein können. >>

*Von links: Der portugiesische Premierminister Pedro Passos Coelho und der spanische Ministerpräsident Mariano Rajoy*

*Fotos: Free Wallpapers*



## Die mediterrane Humanität

Zwar wurde eine Art Kapitalismus bereits im vorindustriellen Italien praktiziert, doch die vornehmen Patrizier betrieben nicht Geldanhäufung zum Selbstzweck, sondern mit dem Wertebewusstsein, etwas Bedeutendes für die Menschheit hinterlassen zu wollen: Baudenkmäler und wunderbare Städte, die wir heute als Touristen fasziniert entspannt durchstreifen dürfen auf den Spuren der Menschheitsgeschichte. Und während die zahlreichen Hafen- und Handelsstädte wesentlich zu einer Vermischung der Kulturen beitrugen, haben die Menschen des Mittelmeerraums im Zuge der kulturellen Vielfalt eine große Toleranz und Integrationsfähigkeit entwickelt. Diese mediterrane Humanität gibt dem Einzelnen und so auch dem Fremden das gute Gefühl, angenommen zu werden, unabhängig von seiner beruflichen und sonstigen gesellschaftlichen Situation.

## Der Clan

Oft steht manch nordischer Individualist dem erwarteten Small-Talk und dem familiär zelebrierten Essen der Südländer als Beziehungs-Basis angestrengt gegenüber, doch letztendlich überwiegt das menschliche Wohlgefühl. Obwohl die überbordende Bürokratie vor allem Italiens nervt

und die Korruption seit eh und je blüht, so besteht zumindest Verhandlungsspielraum, der im Rahmen des menschlichen Kontakts genutzt werden kann. Insgesamt sind die Familienbande der Südländer bis heute von entscheidender Qualität, zumal wenn alles andere versagt. Finanzielle Krisen werden vom Clan abgefangen, man hilft einander mit menschlicher Nähe, mit Geld, mit Wohnraum. Gäbe es diese hervorragenden südländischen Qualitäten nicht, so wären die PIGS im Laufe der bedrohlichen Finanzkrisen und der bitteren finanziellen Einbußen und persönlichen Engpässe der Menschen sowie der extrem hohen Jugendarbeitslosigkeit längst aggressiv explodiert. Und inzwischen ist Spanien wirtschaftlich bereits wieder auf dem aufsteigenden Ast ...

## Der Süden – Medizin gegen Burn-out?

Einer der geachtetsten deutschen Wissenschaftler, Max Weber, erlitt bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts ein dramatisches geistig-körperliches Burn-out infolge jahrlanger Überarbeitung. Weber war nicht mehr in der Lage im Wissensapparat zu funktionieren, „stumpfte vor sich hin“. Er gab in Deutschland seine Professur auf und wanderte nach Italien aus. Erst in

Rom konnte er unter dem tiefen Eindruck der imposanten Kultur und Historie der Stadt, ihrer entspannten Atmosphäre und südlichen Lebensweise endlich nachhaltig genesen. Hier entstand sein revolutionäres Werk „Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus“ - ein bis heute viel zitiertes kritischer Beitrag zum Prinzip einer sinnlosen, krankmachenden Gewinanhäufung im reinen Kapitalismus. Auch Goethe spricht von seiner „Wiedergeburt in Rom“. Fazit: Ein permanentes individuelles Leistungsdogma mit dem Ziel eines schrankenlosen Konsumismus kann nicht das primäre Ziel des Lebens sein. Immer häufiger greifen selbst Entscheidungsträger zu Kokain und geraten in ein Burn-out mit ungewissem Ausgang. Stattdessen fordert der spanische Schriftsteller José Luis Sampedro für ein lebenswertes Dasein in einer gesunden Gesellschaft die klassischen Werte der mediterranen Welt: „Vitalität statt Produktion, Zusammenhalt statt Wettbewerb, Kreation statt einer Innovation, die dem Verkauf dient.“ Der Mensch im Mittelpunkt anstatt Gewinnmaximierung für die Finanzmärkte – und so sollte wohl auch die Europäische Union nicht schmallippig regeltreu, missmutig und verkrampt ausschließlich auf den rein ökonomischen Aspekt setzen.





## Das Patronat – Geschäftsmodell in Verantwortung

Das Patronat mit einem verantwortungsvollen Patriarchen an der Spitze gilt als ein typisches erfolgreiches Geschäftsmodell im Süden. So bauten Emilio Botín I. und Emilio II. mit der Santander Bank ein Filialnetz in ganz Spanien auf, das 2014 der jetzige Banker Emilio III. mit einer Bilanzsumme von 1,27 Billionen Euro zur drittgrößten Bank der Welt machte: die Familien-Dynastie als Erfolgsgarant nach dem Prinzip der Verantwortung. Immerhin ist Santander selbst im spanischen Krisenjahr relativ skandalfrei geblieben. Auch der zeitweilig drittreichste Mann der Welt ist ein Spanier. Zara, Massimo Dutti, Stradivarius, Oysho – mit seinem Konzern Inditex ist Amancio Ortega an die Spitze der Weltwirtschaft avanciert, übrigens ein Selfmademan mit familiärem Führungsstil. In 86 Ländern der Welt brummt das Textilgeschäft, straff patriarchalisch geleitet. Und seine Gewinne investiert Ortega selbstverständlich in Spanien.

*Vorherige Seite:*

*Die griechische Insel Santorini*

*Foto: Free Wallpapers Holiday*

## Europa – die Mischung macht's

„Wenn wir als Europäer in Europa Forschung und Entwicklung den Deutschen überließe, Finanzen den Briten und PR, Marketing & Sales den Spaniern, Italienern und Türken, so wäre das Ergebnis eine optimale Mischung der Kulturen entsprechend ihren Fähigkeiten.“, bringt es Roberto Fusté, Vorstandsmitglied eines großen Medizinkonzerns, in der FAZ auf den Punkt. Und die römische Zeitung *La Republica* subsumiert: „Die deutsche Stabilitätskultur ist kein Monster (...). Es ist eine Kultur, die aus Deutschland die einzige nicht erbarmungslose Alternative zum chinesischen oder amerikanischen Modell gemacht hat.“ Europa hat Zukunft!

■ *Sigrid Tille*



**Sebastian Schoepp:**

*Mehr Süden wagen.*

*Oder wie wir Europäer*

*wieder zueinander finden.*

*Frankfurt/Main 2014*



**Claus Leggewie:**

*Zukunft im Süden.*

*Wie die Mittelmeerunion*

*Europa wiederbeleben kann.*

*Hamburg 2012*



„Südländer im Vorstandssessel“,

*Frankfurter Allgemeine Zeitung,*

*27.12.2004*

*Unten:*

*Barcelona in Spanien*

*Foto: bdseverglobe*











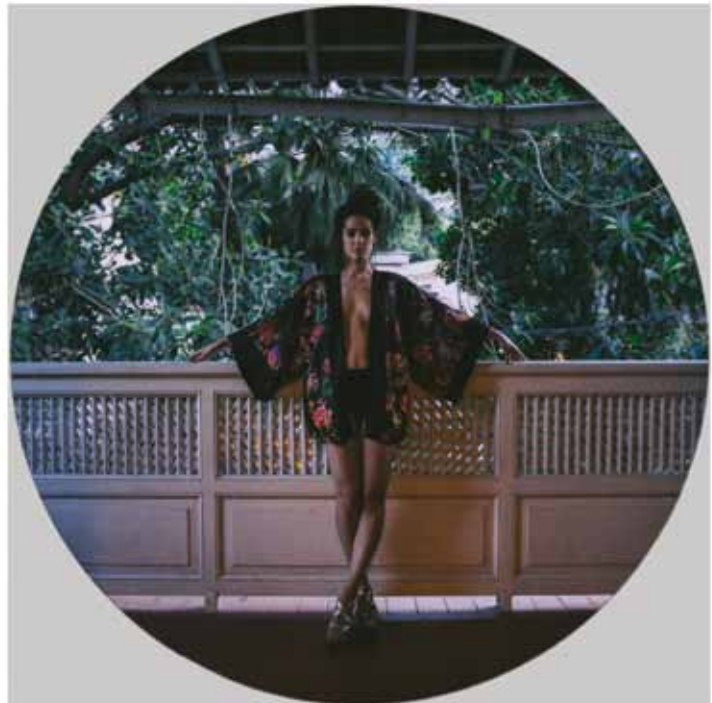
**Paula Faraco  
Photography**





Paula Faraco Photography









# Giuseppe Verdi Ein Maskenball

AB 4. JULI 2015  
BURGPLATZ  
BRAUNSCHWEIG



**Staatstheater Braunschweig**  
Neu seit 1690!

HAUPTSPONSOR

**BS** ENERGY



# „Un ballo in maschera“ – „Maskenball“

VON GIUSEPPE VERDI

Ein Musikerlebnis der besonderen Art: „Un ballo in maschera“ - das sommerliche Musikspektakel mit italienischem Flair in fulminantem historischem Ambiente. Ausgezeichnete Sänger und Musiker des Staatstheaters Braunschweig stehen gemeinsam mit Gästen wie Raffaella Angeletti und Luca Grassi aus Italien auf der atmosphärisch wunderbaren Open-Air-Bühne eines der schönsten Plätze Norddeutschlands, dem Burgplatz.

„Große Oper im Herzen der Stadt, das ist für uns in jedem Jahr eine große Herausforderung und ein besonderes Ereignis. In dieser Spielzeit freue ich mich sehr, dass es uns gelungen ist, Uwe Schwarz als Regisseur für den Burgplatz zu begeistern.“, so Generalintendant Joachim Klement.

## Maskenball -

### Ein „Melodramma“ voller musikalischer Kontraste

Graf Riccardo begehrt heimlich Amelia, die Frau seines Freundes Renato. Dieser und auch die Wahrsagerin Ulrica warnen den Grafen vor einer Verschwörung und seiner bevorstehenden Ermordung. Riccardo ignoriert die Warnungen und konzentriert sich auf die Vorbereitung zu einem Maskenball. Als Renato von der angeblichen Affäre zwischen Riccardo und Amelia erfährt, schlägt er sich auf die Seite der Verschwörer, gewillt, in der Kostümierung auf dem Maskenball seinen tödlichen Plan umzusetzen. – Musikalisch ein Drama voller Kontraste: Große Arien über leidenschaftliche Gefühle wechseln mit den spannungsreichen Musik-Facetten eines plagenden Gewissens.

Übrigens wollte Giuseppe Verdi Mitte des 19. Jahrhunderts eigentlich eine Oper über das Attentat auf den schwedischen König Gustav III. bei einem Maskenball schreiben – entsprechend der Vorlage des berühmten Schriftstellers Eugène Scribe. Allerdings musste Verdi aufgrund der Zensur, die vor allem wegen des aktuellen Attentats auf Napoleon III. im Jahr 1858 verhängt worden war, die Handlung nach Boston Ende des 17. Jahrhunderts verlegen.

Musikalische Leitung: **Georg Menskes**

Inszenierung: **Uwe Schwarz**

Esthetic Pure wünscht viel Vergnügen auf dem großartigen „Maskenball“!

■ *Sigrid Tille*

**Vom 7. bis 20. Juli täglich (außer 13.7.) – Beginn 19.30 Uhr**

Alle Informationen zu den Karten und Preisen finden Sie unter:

<http://staatstheater-braunschweig.de/karten-und-service/>

karten-vorverkauf/

oder telefonisch unter: 0531 1234 567



*Der Burgplatz in Braunschweig*

*Fotos: Braunschweig Stadtmarketing GmbH*

# „DIE PFAUENINSEL“

VON THOMAS HETTICHE

„**Monster.** All die Jahre hatte das Wort der toten Königin nur geschlafen. Marie war einen Meter fünfundzwanzig groß, etwas über vier Fuß in den Maßen ihrer Zeit. Ihr kleiner Mund glich stets einem Kußmündchen. Noch jedesmal überraschte es sie, wenn sie zufällig ihr eigenes Bild im Spiegel sah. Und immer von neuem vergaß sie dann wieder, daß sie nicht wie alle anderen Frauen war. Und tröstete sich damit, daß sie mit der Fußsohle ihre Stirn erreichen konnte ...“

„**Feuerland,** so nannten die Berliner damals die Gegend nordöstlich des Oranienburger Tors, in der sich in den letzten Jahrzehnten Betriebe angesiedelt hatten, wie es sie noch niemals gegeben hatte, Eisen- und Walzwerke, rauchende Schlote, feurige Eisen, die Königlich Preussische Eisengießerei am Ufer der Panke, die berühmte Lokomotivenfabrik von Borsig, die Pflugsche Waggonfabrik, dann Wöhlers Maschinenbauanstalt. Aus unzähligen Schornsteinen stieg schwarzer Rauch in den Himmel, Abertausende fanden hier ihr Brot, und zu manchen Stunden des Tages wurde die Chausseestraße zum Flußbett eines Stroms von Arbeitern, ohne daß dieses Wort damals schon seinen heutigen Klang gehabt hätte. Ihr Jahrhundert begann erst.“

## Ein Lustort im Wandel der Epoche

Es mutet an wie ein Mythos und ist doch ein historisch verbriefteter Ort: Die Pfaueninsel in der Havel - eine kleine Insel und ein künstlich angelegter Landschafts- und Lustgarten. Sie erscheint der Zwergin Marie, die zu Beginn des 19. Jahrhunderts als Schlossfräulein aufgenommen wird, als bittersüßes Paradies. Hier beginnt die Geschichte Thomas Hettiches mit dem Aufschrei der Königin beim Anblick der Zwergin: „Monster!“ Ein Schock für Marie und ihren ebenfalls kleinwüchsigen Bruder. Was scheinbar als Märchen beginnt, entwickelt sich als ein von Hettiche klug recherchierter, feinfühlig und realitätsnah beschriebener Ort im permanenten Wandel - eine Kultur- und Sittengeschichte des preußischen Brandenburg. Im Laufe des 19. Jahrhunderts gestalten angesehene Gartenkünstler und Hofgärtner diesen Lustort, besiedeln ihn mit exotischen Pflanzen und Tieren. Nicht nur Kängurus und Löwen werden eingeführt und ein Palmenhaus für die „romantische deutsche Seele“ errichtet, sondern auch fremdartige Südseeinsulaner, Riesen und Mohren - bis schließlich Scharen von neugierigen Besuchern das kleine Paradies mit den nunmehr modernen Verkehrsmitteln Schiff und Lokomotive frequentieren. Dann wird es ruhig, fast öde um die Pfaueninsel. Die Zeiten haben sich geändert, eine neue Epoche wird eingeleitet, die Industrialisierung beginnt.

## Sinnlich und reflexionsstark

Neben Botanik und Zoologie und dem verstörenden Zeitenwandel auf der Pfaueninsel erlebt der Leser die tiefgründigen Aspekte menschlicher Verhaltensweisen, Begierden und Sexualität - von idealisierten Vorstellungen der Liebe über den ernüchternden Liebesakt bis zur traumatisierenden sexuellen Dekadenz der höfischen Gesellschaft. Dabei geht es um die Würde des Menschen und um seine Empfindsamkeit an Leib und Seele. Und damit ist die Pfaueninsel auch ein aktueller Roman. Thomas Hettiche erzählt reflexionsstark in außergewöhnlich atmosphärischer, sinnlich-einfühlsamer und phantastischer Sprache.





**Der mit 30.000 Euro dotierte Wilhelm Raabe-Literaturpreis**, eine der renommiertesten Literatur-Auszeichnungen im deutschsprachigen Raum, wird jährlich von den Kooperationspartnern Deutschlandfunk und der Stadt Braunschweig vergeben. Mit dem Raabe-Preis wird ein in deutscher Sprache verfasstes herausragendes Werk der Gegenwartsliteratur gewürdigt. Der Braunschweiger Schriftsteller Wilhelm Raabe war ein Vertreter des poetischen Realismus, bekannt für seine gesellschaftskritischen Erzählungen, Novellen und Romane.



*Der Programmdirektor des Deutschlandradios Andreas-Peter Weber und Braunschweigs Oberbürgermeister Ulrich Markurth (rechts) gratulieren dem Preisträger Thomas Hettche.*

#### **Die hochkarätige neunköpfige Jury (2014):**

Prof. Dr. Gerd Biegel (Präsident der Internationalen Raabe-Gesellschaft e.V.), Thomas Geiger (Literarisches Colloquium Berlin), Dr. Anja Hesse (Dezernentin für Kultur und Wissenschaft der Stadt Braunschweig), Katrin Hillgruber (u. a. Der Tagesspiegel), Sandra Kegel (FAZ), Dr. Michael Schmitt (3sat), Prof. Dr. Renate Stauf (Germanistisches Institut, TU Braunschweig), Katharina Teutsch (u. a. FAZ) und Dr. Hubert Winkels (Deutschlandfunk).



Foto links:  
Haus der Wissenschaft  
Foto unten: Tille  
Foto rechte Seite, Mitte:  
freepeoplework



LOGO –WISSENSCHAFT AUS BRAUNSCHWEIG  
IN KOOPERATION MIT NDR INFO  
UND DER BRAUNSCHWEIGER ZEITUNG



Von links: Arbeitsmediziner Dr. Guido Engelhardt, NDR-Redakteurin Ulrike Bosse und Prof. Dr. Hans-Christoph Schmidt

## Wann sind Leben und Arbeit in Balance?

In Londons City öffnete jüngst eine neue Klinik ihre Tore - speziell für die geplagten Bosse und Heroen der Finanzwelt. Diagnose: Stress und Burn-out. Angstzustände, Schlafstörungen und Drogenmissbrauch sind selbst bei den erfolgreichen Bankern der großen Finanzhäuser immer häufiger zu beklagen, ständig erreichbar, stets auf Draht – Internet, Smartphone und Laptop machen es möglich. Längst beschleicht auch „normale“ Berufstätige unserer Gesellschaft ein Gefühl des Zuviel

an Arbeit und Arbeitszeit. Und mit der ständigen Erreichbarkeit verschmelzen Freizeit und Arbeit zum Dauerstress. Das Diensthandy tut dabei sein Übriges. Arbeit in extenso - nicht einzig für den Lebensunterhalt, sondern für Geltung und Konsum. Schließlich möchte so ziemlich jedermann von den Luxus-Seiten des Lebens reichlich profitieren. Fragt sich nun, was bedeutet Arbeit in unserer Gesellschaft, wie viel Arbeit ist notwendig und wie viel ist gesund für Körper und Seele?

Kann es auf diese Frage überhaupt eine generelle Antwort geben? Verschiedene Aspekte aus unterschiedlichen Perspektiven im Haus der Wissenschaft in Braunschweig: Arbeitsmediziner der Salzgitter Flachstahl GmbH, Dr. med. Guido Engelhardt, Prof. Dr. Hans-Christoph Schmidt am Busch, Seminar für Philosophie, und Prof. Dr. Simone Kauffeld vom Institut für Psychologie der TU Braunschweig diskutierten unter der Leitung der NDR-Wissenschaftsredakteurin Ulrike Bosse.



## Zufriedenheit

Arbeit ist mehr als Broterwerb, trägt sie doch grundsätzlich zu einem positiven Selbstwertgefühl eines jeden bei. Mit einer zufriedenstellenden Arbeit erlangt man sowohl finanzielle Unabhängigkeit als auch persönliche Souveränität. Arbeit geht einher mit gesellschaftlichem Respekt, ein bedeutendes Kriterium für Zufriedenheit. Facharzt Dr. Engelhardt bewertet vor allem das gute Arbeitsklima, aber auch die festen Arbeitszeiten als entscheidend für das Wohlfühl der Kollegen in der Salzgitter AG. Man arbeitet, man trifft sich zum gemeinsamen Mittagessen in der Kantine und dank eines geregelten Feierabends sind die Arbeitnehmer der Salzgitter Flachstahl GmbH insgesamt zumindest psychisch recht stabil. Probleme ergeben sich hier eher aufgrund körperlicher Belastung am Arbeitsplatz als durch ein Burn-out. Der Rücken ist primär betroffen, kann aber durch etwaige Veränderung des Arbeitsplatzes oftmals entlastet werden.



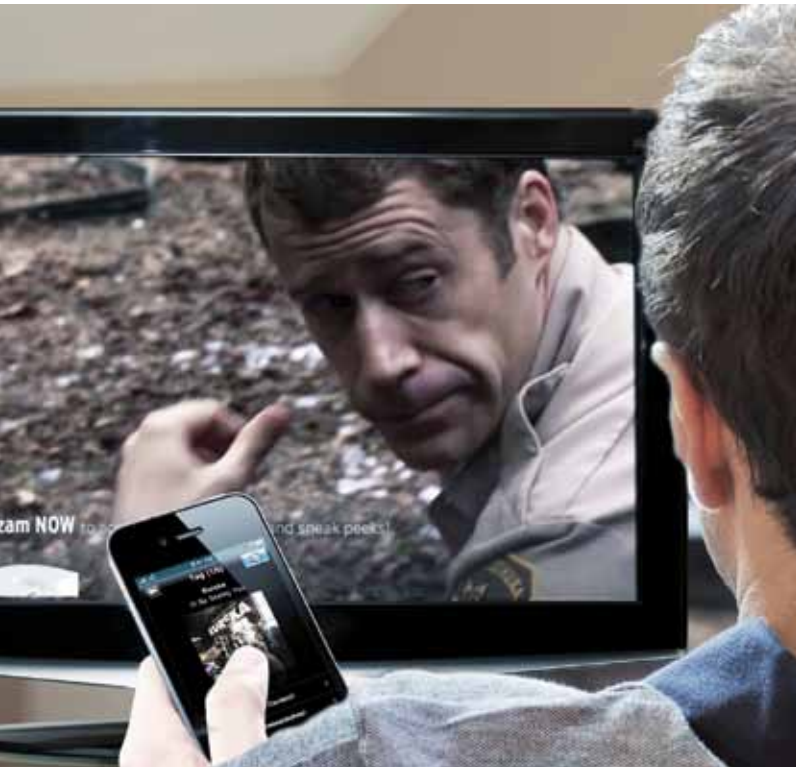
## Burn-out

„Für ein Burn-out gefährdet sind vor allem diejenigen, die sich für alles verantwortlich fühlen.“, konstatiert Dr. Simone Kauffeld aus Sicht der Psychologie. Arbeit sei heutzutage gerade für Entscheidungsträger mittlerer Ebene weitaus umfangreicher und komprimierter geworden. Diese Tatsache gehe einher mit belastenden Mobilitätsanforderungen. Zudem seien in vielen auch akademischen Berufsbereichen befristete Verträge üblich, Bedingungen, die Angst um den Arbeitsplatz und Druck erzeugten. Nicht jeder, oft noch so Begabte könne diesen bedrängenden Voraussetzungen standhalten. Und aus Sicht des Arbeitsmediziners tritt Stress zwangsläufig auf, wenn man das, was man leisten soll, einfach nicht mehr leisten kann.

## ... oder Boreout

Umgekehrt können wiederum ermüdende Unterforderung oder gar Arbeitslosigkeit zu einem dramatischen Boreout führen. „In den westlichen Gesellschaften definiert Arbeit eine gesellschaftliche Zugehörigkeit.“, so Philosophieprofessor Dr. Schmidt am Busch, sie schaffe soziale Anerkennung und leiste einen Beitrag zu einem sinnvollen Leben sowie zur persönlichen Entwicklung. Entsprechend liege in der Arbeit ein hohes Frustrations-Potenzial, denn die Wirklichkeit entspräche diesem Ideal selten oder nur wenig. Daher scheinen zahlreiche Menschen in ihrem Arbeitsleben ein Boreout zu erleiden, suchen an ihren Arbeitsplätzen vergeblich Herausforderungen und Wertschätzung, sind unterfordert, gelangweilt und desinteressiert, gesellschaftlich nicht anerkannt, im Extremfall arbeitslos. Folge sind zermürbende Frustrationen bis hin zur Depression. Wichtig sind nach Prof. Schmidt am Busch Handlungsspielräume, die der Einzelne in Arbeit und Leben benötige. Diese Spielräume seien aber letztendlich eine gesellschaftliche und ökonomische Fragestellung, resümiert der Professor für Philosophie: „Die Gesellschaft muss sich über Probleme verständigen und nicht die Verantwortung auf den Einzelnen abwälzen.“ Burn-out oder Boreout – in diesem Sinne also keine Schuld des Betroffenen! >





## Wie viel Arbeit ist gesund?

Eine schwierige Frage, die aber nicht so relativ ist, wie man meinen mag. Insgesamt ist die Bandbreite einer akzeptablen Arbeitsstundenzahl relativ groß: Arbeitsmediziner Dr. Engelhardt sieht für einige Werktätige eine individuelle Grenze bereits bei ca. 35 Stunden Wochenarbeitszeit, er selbst könne gut 40 Stunden aushalten. Die absolute Grenze, ohne dass man gesundheitlichen Schaden nähme, liege aber auch für hochmotivierte Arbeitende bei etwa 44 Stunden. Zusätzlich enorm stressen könne der Alltag nach der Arbeit: Haushalt, Familie, Smartphone-Freunde – und zudem mit dem Laptop auf dem Schoß vor dem Fernseher. Um effektiv abzuschalten, sollte Freizeit vor allem körperlich aktiv, vorzugsweise in der Natur, verbracht werden – Mobiltelefon-Modus auf ‚aus‘!

Und auch das noch: Vielarbeiter, die zwischen 49 und 54 Stunden pro Woche arbeiten, neigen zu risikoreichem Alkoholkonsum. In einer Studie des Finnish Institute of Occupational Health analysierten dazu Forscher Daten von mehr als 330.000 Personen in 64 Ländern. (Vgl. „Human Resources Manager“, Ausgabe Februar/März 2015)

## Entspannt Online

Die Neuen Medien bringen jedoch nicht nur hektisierenden Fluch, sondern auch Segen in puncto Arbeit. Sie gestatten flexiblere Formen der Arbeitsgestaltung und mögen, sinnvoll eingesetzt, sogar dem Stress-Abbau dienen. In kollegialer Absprache mit dem Arbeitgeber können Aufgaben vom Arbeitnehmer zuhause am PC erledigt werden – häufig eine temporäre Erleichterung für Familien. Selbst ganze Arbeitsbereiche lassen sich an andere Orte oder sogar in ferne Länder verlegen und Arbeitsanforderungen von dort aus online bedienen. Psychologin Prof. Kauffeld nennt eine Gruppe junger begabter und qualifizierter Spanier an der TU, die - nicht von ihren Arbeitsaufgaben, wohl aber vom deutschen Wetter frustriert - unbedingt in ihre Heimat zurückkehren wollten. Gesagt, getan, sie machten sich in ihrem Heimatland selbstständig und arbeiteten von Spanien aus online mit der TU Braunschweig weiterhin konstruktiv zusammen. Eine Win-win-Geschichte von Leben und Arbeit in Balance.

■ *Sigrid Tille*

Weitere Info-Veranstaltungen:

### Haus der Wissenschaft Braunschweig

Pockelsstraße 11, 38106 Braunschweig

0531 3912161, [www.hausderwissenschaft.org](http://www.hausderwissenschaft.org)

Foto oben: mediacount

Foto Mitte: Ordiporte





# IMMTRUST®

Die IMMTRUST Immobiliengruppe aus Braunschweig stellt sich vor



Braunschweig, Wolfenbütteler Straße 59

Beispiele  
Projektentwicklung

[www.immtrust.com](http://www.immtrust.com)



Braunschweig, Celler Heerstraße 140

BRAUNSCHWEIGER  
**SCHLOSS**  
IMMOBILIEN

Wohn- und Geschäftshäuser  
Historische Immobilien

[www.bs-schloss.com](http://www.bs-schloss.com)

IMMTRUST GmbH, Husarenstraße 74, 38102 Braunschweig | Telefon: 0531 - 70 18 44 9-0 | eMail: [info@immtrust.com](mailto:info@immtrust.com)

Mit Unterstützung der

 **incrovision**  
internet, marketing und business-lösungen

[www.incrovision.com](http://www.incrovision.com)



# THAICRAFT

Thaimassage & Spa



## Geschenkgutscheine

Thailändische-Massage  
Aromaöl-Massage  
Thaikräuterstempel-Massage  
Fußreflex-Massage  
Spa-Anwendungen



Spiegelbergallee 4 38159 Vechelde  
Tel. 05302 6839 www.thaicraft.de

Mo.- Fr. 10 - 20 Uhr  
im Dez. Sa. 10 - 14 Uhr

## Braunschweig Events



### MUSIK

19.04.2015 - 15.06.2015

**Sinfoniekonzert des Staatsorchesters Braunschweig**  
Stadthalle Braunschweig (Großer Saal), Leonhardplatz

04.06.2015

**Johannes Oerding „Alles brennt - Tour 2015“**  
Stadthalle Braunschweig, Leonhardplatz

16.07.2015 Raffteich Open Air 2015

**Adel Tawil und Mark Forster**

17.07.2015 Raffteich Open Air 2015

**Rea Garvey**

18.07.2015 Raffteich Open Air

**Status Quo**  
Volksbank BraWo Bühne im Raffteichbad



*Status Quo, Foto: wikimedia*

### AUSSTELLUNGEN

27.01.2015 - 31.05.2015

**Nackte Tatsachen-  
Graphische Aktdarstellungen von Dürer bis Picasso**  
Herzog Anton Ulrich-Museum (Burg Dankwarderode), Burgplatz

27.11.2014 - 31.12.2015

**Dauer-Ausstellung zur Eintracht-Historie**  
Eintracht-Stadion, Hamburger Str. 210

09.05.2014 - 31.12.2015

**Infostation Elektromobilität**  
Haus der Wissenschaft, Pockelsstr. 11

14.05.2015 - 25.05.2015

**Entwurfsausstellung zum Lichtparcours 2016**  
Kunstverein Braunschweig (Haus Salve Hospes), Lessingplatz 12

17.05.2015

**Internationaler Museumstag Braunschweig**  
Alle Museen

01.08.2014 - 31.03.2016

**„Braunschweig(er) im Ersten Weltkrieg“**  
Stadtarchiv Braunschweig, Schlossplatz 1

22.05.2015 - 18.10.2015

**Wann ist ein Held ein Held?**  
**Der Schwarze Herzog auf dem Weg nach Waterloo**  
Braunschweigisches Landesmuseum (Vieweg-Haus), Burgplatz 1



## BÜHNE

05.04.2015 - 11.05.2015

### **Leonce und Lena**

Staatstheater Braunschweig  
(Kleines Haus), Magnitorwall 18

05.04.2015 - 29.05.2015

Fremdsprachliche Veranstaltungen

### **Andrea Chénier**

Staatstheater Braunschweig  
(Großes Haus), Am Theater

05.04.2015 - 29.05.2015

### **Faust on Air**

Staatstheater Braunschweig  
(Kleines Haus, U22), Magnitorwall 18

10.05.2015 - 22.05.2015

Fremdsprachliche Veranstaltungen

### **Szenarien**

LOT-Theater, Kaffeetwete 4a

06.04.2015 - 02.06.2015

Fremdsprachliche Veranstaltungen

### **Maria de Buenos Aires**

Staatstheater Braunschweig  
(Großes Haus), Am Theater

*Maria de Buenos Aires, Foto: Octebas*



04.07.2015 - 11.07.2015

### **ATP-Tennis-Turnier**

#### **„Sparkassen Open“**

Braunschweiger Tennis- und  
Hockey-Club e.V., Friedrich-Kreiß-Weg 4  
Tennisturnier mit Showelementen und  
Livemusik.

17.07.2015 - 19.07.2015

### **11. USC-City- Beachvolleyball-Cup**

Kohlmarkt und Okercabana

23.08.2015 - 30.08.2015

### **Braunschweig Women's Open**

Braunschweiger Tennis- und  
Hockey-Club e.V., Friedrich-Kreiß-Weg 4

## SPEZIELLES

18.05.2015, Vortrag 19:00 Uhr

### **Zukunft und Herausforderung des unbemannten Fliegens**

Haus der Wissenschaft, Pockelsstr. 11,

27.06.2015

Musik, Wissenschaft

### **TU-NIGHT 2015**

TU Braunschweig Carolo Wilhelmina,  
Pockelsstr. 14

26.04.2015 - 27.09.2015

### **Öffentliche Führungen auf der Braunschweiger Quadriga- Plattform**

Schloss, Schlossplatz 1

19.06.2015 - 11.07.2015

### **SOLI DEO GLORIA -**

#### **Braunschweig Festival 2015**

Verschiedene Orte (Braunschweig und  
Region). Ein Festival von Bach bis Jazz,  
mit Kunst und Film

04.07.2015 - 05.07.2015

### **Schloss-Spektakel**

Bürgerpark

15.07.2015 - 19.07.2015

### **Rundgang der HBK – Open Studios**

Hochschule für Bildende Künste,  
Johannes-Selenka-Platz 1

24.07.2015 - 25.07.2015

### **20. Sommerlochfestival CSD-Wochenende**

Schlossplatz und Platz am Ringerbrunnen

Anzeige



*NummerSieben hat vieles  
Vieles hat nur NummerSieben*



*Wir verpacken Ihre  
Auswahl aus unserem  
Sortiment liebevoll.*

- Schokoladen
- Trüffel u. Pralinen
- Gebäck
- Gewürze



- erlesene Weine
- Spirituosen
- Kunstgewerbe
- Tischwäsche
- Bücher
- Feinkost

**Hildesheimer Straße 7  
38159 Vechelde  
Tel. 05302 / 80 58 37**

**Wir haben für Sie  
durchgehend geöffnet:  
Mo. - Do. 9.30-18.30  
Fr. 9.00-18.30  
Sa. 9.00-13.00**



### KNABENCHOR HANNOVER

Klangvolle Marienvesper des Komponisten Johann Rosenmüller

14.06.2015, 17 Uhr, Braunschweig, St. Katharinen

04.07.2015, 18 Uhr, Wolfenbüttel, Beatae Mariae Virginiae

Stimmenstark und eindrucksvoll wird der berühmte KNABENCHOR HANNOVER zusammen mit Vokalsolisten und dem Barockorchester L'Arco unter der Leitung von Jörg Breiding die Psalmvertonungen des Komponisten Johann Rosenmüller (1619-1684) als Marienvesper in Braunschweig und Wolfenbüttel vortragen. In seinen Psalmvertonungen verbindet der hochgeschätzte Komponist den klangvollen norditalienisch-venezianischen Kompositionsstil des 17. Jahrhunderts mit der strengeren norddeutschen Kontrapunktik zu einem musikalisch farneichen Werk. Der KNABENCHOR HANNOVER, die Vokalsolisten und das Barockorchester L'Arco werden die wunderbaren Kompositionen als eine Vesper aufführen, wie sie im 17. Jahrhundert in der Musikmetropole Venedig hätte erklingen können. Mit diesem Konzertprojekt widmet sich der Knabenchor erstmalig dem Komponisten Johann Rosenmüller, der nach Stationen in Leipzig und Venedig seine letzte Wirkungsstätte in Wolfenbüttel fand. Ein einmaliger Musikgenuss! ■ *Sigrid Tille*

#### BRAUNSCHWEIG

Karten (freie Platzwahl): 22 Euro

(ermäßigt: 15 Euro)

Vorverkauf ab 18.5., Musikalienhandlung Bartels, Tel. 0531 49491

#### WOLFENBÜTTTEL

Karten (freie Platzwahl): freier Eintritt,  
Spende erbeten

KNABENCHOR HANNOVER E.V.

Meterstraße 3, 30169 Hannover

Tel.: 0511 882388, [www.knabenchor-hannover.de](http://www.knabenchor-hannover.de)

Foto: Daniel Bödeker





## 5. Juli „Sattelfest“

„Raus aufs Rad. Rein in die Region!“  
Großes Radfest in der ganzen Region!

„Je kreativer, desto besser!“ Angesprochen sind alle Bürgerinnen und Bürger der Region, zu planen und zu initiieren: Radrennen, Radtouren mit Picknick, aber auch skurrile Aktionen wie Kostümwettbewerbe mit dem Rad und möglicherweise viele andere Ideen sind erwünscht. Geplant ist bereits eine geführte Tour des ADFC in Braunschweig, bei der rund 1.000 Teilnehmer erwartet werden.

Wer mitmachen möchte, Infos unter: [www.sattel-fest.net](http://www.sattel-fest.net)

### Rund ums Fahrrad ...

Übrigens ist der neue Fahrradplan (aus wetterfestem Material) für Braunschweig nun erhältlich. Auf einer detaillierten Kartengrundlage sind die beschilderten Radrouten, Fahrradstraßen und sämtliche straßenbegleitenden Radwege ebenso wie die für den Radverkehr freigegebenen Einbahnstraßen markiert. Ein vergrößerter Kartenausschnitt der Innenstadt informiert über Fahrrad-Abstellanlagen und die für den Radverkehr freigegebenen Fußgängerzonen.

Zu beziehen u. a. über **Touristinfo**, Kontaktdaten siehe unten

## Erlebnisführungen

„Durchlaucht, Eure Schokolade ist bereit!“  
Anekdoten und Indiskretionen  
Führung durch Schloss Richmond  
Jeden letzten Sonntag im Monat um 11 Uhr

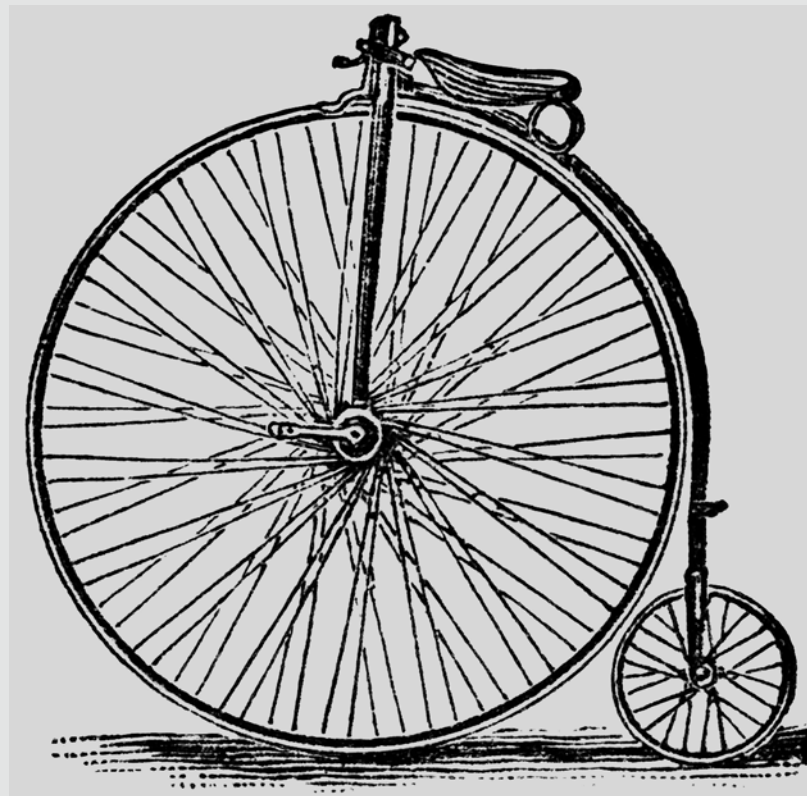
„Kann machen, dass die Blinden gehen –  
Nach Art des Doktor Eisenbarth...?“  
Der Hofmedicus führt durch das Schloss Richmond.  
Jeden ersten Samstag im Monat um 20 Uhr

Nachwächter Rudolfs Rundgang durch die Altstadt  
Kurioses, Amüsantes, Sehenswertes  
Jeden ersten Freitag im Monat um 20 Uhr

Mit dem Nachwächter Hugo durch das Magniviertel  
Braunschweigs schönstes Fachwerkviertel  
Freitags um 20 Uhr

**Buchungen: Touristinfo**  
Braunschweig Stadtmarketing GmbH  
38100 Braunschweig, Kleine Burg 14  
Tel. 0531 470 2040  
[touristinfo@braunschweig.de](mailto:touristinfo@braunschweig.de)

*Foto: Braunschweig  
Stadtmarketing/  
Sascha Gramann*







DER BELIEBTE FASHION-EVENT:  
DIE TREND-MODENSCHAU  
DER BOUTIQUE LA FEMME!

## Chic in der City

FRÜHLING/SOMMER 2015:

LÄSSIG, COOL, FEMININ

**Mode zeigt Persönlichkeit.** Legere Lounge-Pants und stylische Blue-Jeans werden zu geschapten Blazern in luxuriösem Metallic-Shine, zu New-Outdoor Sommerparkas und klassischem Trench kombiniert. Trendstark für den souveränen Look darunter: verkürzte Blusen, auch in Longvarianten, und lockere Shirts in Pop Art Design, Fancy Animal Print, graphischen Mustern und raffinierter Pixel-Optik. Qualitätsvolle Viskose-Leinen-Baumwoll-Mischungen und fließende Seide sorgen in leichten Oversized- und Boxy-Formen für edlen Chic und wohligen Tragekomfort. Soft Denim Blue und Magic Blue in facettenreichen Varianten setzen sommerlich frische Farbakzente - faszinierend das intensive Taupe, mit Glanzeffekten und Grey Pearl akzentuiert, und das spannende Schwarz-Weiß, flankiert von Farb-Flashes in Orange, leuchtendem Rot und zartem Soft Melon. Clean, pur und feminin präsentiert sich die figurumspielende Kleider-Silhouette für die lässig-attraktive Frau von heute. Freuen Sie sich auf den Modesommer 2015! ■ *Sigrid Tille*



*La Femme-Inhaberin  
Evelin Feuge moderiert  
die Modenschau  
Fotos: Tille*





## La Femme

exklusive Damenmode

Schlosspassage 11  
38100 Braunschweig  
Tel. 0531 6018868  
[www.lafemme-bs.de](http://www.lafemme-bs.de)

Wir führen **Luisa Cerano**

Nice connection • Riani • Sportalm  
Margittes • Milestone • Cambio Jeans • NYDJ  
Raffaello Rossi • Arlette Kaballo • Nurage Gürtel

... in den Größen 34 bis 46.

Anzeige





GOOD BYE, JAN PUSCH!

# „Welcome to your World“

URAUFFÜHRUNG

Die letzte starke Choreografie des Tanzdirektors Jan Pusch auf der Bühne des Staatstheaters Braunschweig: „Welcome to your World“. Leib und Leben sind Thema dieses bewegenden Tanzabends, in all der unvollkommenen verletzlichen Komplexität, die sich von der Entstehung organischen Lebens bis in eine überirdische digitale quasi Avatar-Vision entwickelt – schließlich des vergänglichen Leibes entledigt. Wird die technische und digitale Revolution den Körper als sterbliche Materie in ferner Zukunft überwinden können? Werden dann unser geistiges Dasein und unsere erhoffte Glückseligkeit einzig als digitaler Code realisiert?



Erwachendes Leben, sinnliche Freuden, Empfindungen, Schmerz, Altern. Der Mensch, verletzlich, Leib mit Schwachstellen, sensitiv, hilflos, endlich. Dabei ist das Geschöpf der Evolution auf der Suche nach Erfüllung im Diesseits. Am Ende aber streift der Mensch seine körperliche Hülle ab, er geht, lässt den Partner zurück. In den ersten beiden Bildern der Vorstellung beginnen die Körper der Tänzer zu erwachen, begeben sich in den aufrechten Gang, sind nun bereit für ihr Tun. Kraftvolle Kollektiv-Choreografien der Compagnie weisen auf die Anfänge des homo erectus.

Das zweite Bild zeigt Paare, die auseinandergerissen werden, dann ein beeindruckendes Solo.

Das dritte Bild scheint tröstlich: die Streicher in sanftem Rhythmus, die Kostüme glitzernd – durch einen Fadenvorhang der Zugang zu einer anderen Welt, von körperlichen Leiden befreit, aber auch von Individualität und Persönlichkeit. Die digitale Zukunft hat begonnen, entkörperlicht - die Compagnie erschauernd in Kostümen und tänzerischer Ausdruckskraft. Am Schluss dreht sich alles weiter: Der nackte Adam-Körper auf der Drehbühne nähert und entfernt sich der wartenden Eva. ■ *Sigrid Tille*

Konzept, Choreografie & Bühne: **Jan Pusch**  
Kostüme: **Wobine Bosch**  
Dramaturgie: **Philipp Amelungen**

Weitere Vorstellungen, Staatstheater Großes Haus:  
**17.05., 21.05., 14.06., 24.06.2015**

Am Theater, 38100 Braunschweig  
Tel. 0531 1234567 [www.staatstheater-braunschweig.de](http://www.staatstheater-braunschweig.de)

## Tolle Kindermode bei „Glückskinder“

„Unsere Welt ist einzigartig. Und unsere Kinder sind es auch.“ Mit diesem sozialen Leitgedanken wählen die engagierten Inhaberinnen von „Glückskinder“ ihre schöne hochwertige Kindermode sehr sorgfältig und geschmackvoll aus. Frei von bedenklichen Schadstoffen, die insbesondere bei Kindern Allergien auslösen können, wird in diesem „etwas anderen“ Fachgeschäft besonders qualitätsvolle Kindermode für die Kleinen und die Großen angeboten – von niedlich, hübsch bis richtig cool, dabei stilvoll und einfallreich mit viel beliebtem Chi Chi zu kombinieren, alltagstauglich und bezahlbar. Die „Glückskinder“-Inhaberinnen arbeiten mit gezielt ausgesuchten namhaften Designern, Lieferanten und renommierten deutschen Herstellerfirmen vertrauensvoll zusammen im Hinblick auf Qualität, Nachhaltigkeit, Wertschätzung und transparente Produktion: Stella McCartney, Fred's World (Green Cotton), ökologisch hergestellte Kinderschühchen von EZPZ easy peasy und viele andere.

### „Green Toys“, Schnickschnack und Accessoires

Auch das liebevoll ausgesuchte Spielzeug sowie die lustigen Kleinigkeiten sind bei „Glückskinder“ schadstofffrei und z. T. recycelt – darunter die Beißringe aus Naturkautschuk, die „Green Toys“ (USA) oder das Kreativ-Spielzeug aus Pappkarton: „Gestalte Dein eigenes Designer TuTu“. Dazu allerlei Schnickschnack und Accessoires: Die selbstgestrickten Püppchen stammen aus sozialen Projekten, der rote Nagellack extra für Kinder ist ungiftig und wasserlöslich (Messe-Neuheit), Sonnenhütchen und Tücher sind ebenfalls schadstoffkontrolliert und die kosmetischen Artikel wie Shampoo und Creme sind vegan hergestellt.

So wird ein Besuch in der fröhlich-lockeren, harmonischen Atmosphäre bei „Glückskinder“ zu einem glücklichen Erlebnis für Groß und Klein. ■ *Sigrid Tille* *Fotos: HALLBAUER + FIORETTI Fotografie*

„Glückskinder“ Inhaberinnen: Tanja Borowiec & Tanja Wörndel-Seidel, Ölschlägern 29, 38100 Braunschweig, Tel. 0531 61499903, [www.glueckskinder-bs.de](http://www.glueckskinder-bs.de)



Das Journal ESTHETIC PURE verlost 5 x 4 Freikarten für das RASTI-Land.  
Senden Sie eine E-Mail mit dem Stichwort **RASTI-Land** an [info@holimed-verlag.de](mailto:info@holimed-verlag.de).  
Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt, Einsendeschluss ist der **31.07.2015**.  
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.  
(Mitarbeiter der Redaktion sind von der Verlosung ausgeschlossen.)

**RASTI-LAND**  
Zeit für Abenteuer





# ICH will sehen, was ankommt!

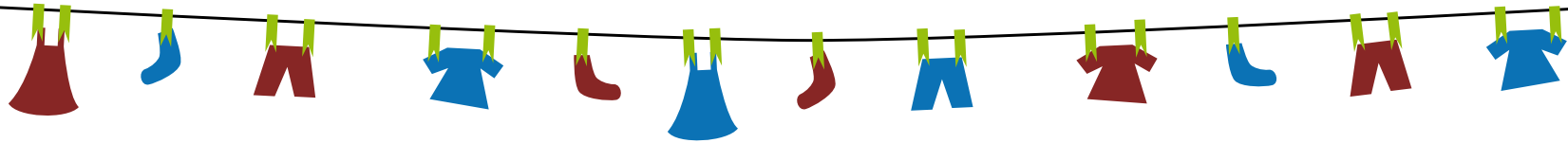
SEHEN IM AUGE BEHALTEN



[www.pompe-optic.de](http://www.pompe-optic.de)

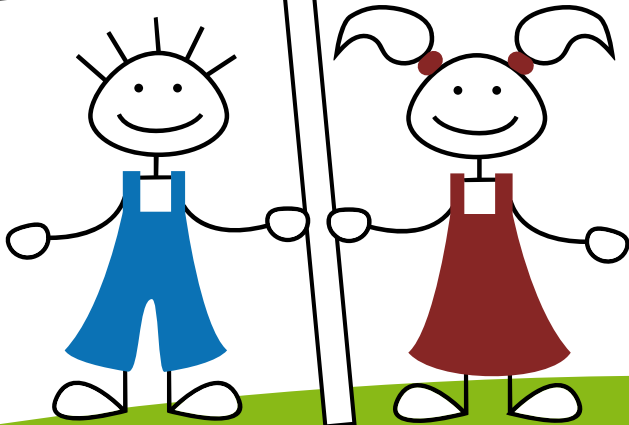


**BRAUNSCHWEIG** Friedrich-Wilhelm-Straße 36 · 0531. 45237 | **SALZGITTER** Berliner Straße 14 · 05341. 47159



## Glückskinder

Schöne Anziehsachen für junge Frolleins und Bengels



### Schöne Anziehsachen für junge Frolleins und Bengels

Wir überraschen Sie mit schöner und alltagstauglicher Kindermode von Größe 44 bis 176 sowie lustigem Krimskrams und tollem Schnickschnack für alle möglichen Gelegenheiten wie Taufe, Geburtstag oder einfach nur so.

Dabei ist uns eine ökologische und ganzheitliche Ausrichtung wichtig. Fühlen Sie sich bei uns im Lädchen herzlich willkommen!

**Anziehsachen**  
von Größe 44 bis 176

## „von Licht und Schatten – allzu Menschliches“

Versetzt uns ein Kunstobjekt in Erstaunen, sind wir irritiert? Bringt es unser Gehirn in Bewegung oder vielleicht unsere Emotionen? Und wenn es uns zudem in Farbe und Form mitschwingen lässt, dann darf man es als gelungenes Kunstwerk bezeichnen. Brillant, eigenwillig und virtuos begegnen die realistischen Darstellungen der Künstlerin Melanie Tilkov ihrem Betrachter – ausgestellt im Kunsthaus des BBK (Bund Bildender Künstlerinnen und Künstler) in Braunschweig.

### Weiblichkeit und Augenblick

*Akte, abgeschminkt, Turbanmädchen* – bedeutende Werksequenzen der Künstlerin Melanie Tilkov, die „von Licht und Schatten – allzu Menschliches“ in Malerei, Bildhauerei und Grafik erzählen. Gezeichnete, gemalte und geformte Mädchen und Frauen nehmen in dem intensiven künstlerischen Duktus Melanie Tilkovs das Auge des Betrachters nahezu hypnotisch für sich ein. Keine gekünstelten Hochglanz-Models, sondern „echte“ Mädchen und Frauen strahlen als Portrait- und Aktbilder in ihrer natürlichen Weiblichkeit unverstellt und unkaschiert - und gerade deshalb betörend schön - Anmut und Fas-

zination aus. Irgendwie fotorealistisch und dabei geheimnisvoll farbverschleiert, gleichzeitig mit Frische und Farbkraft, kreiert Melanie Tilkov einen ihr ganz eigenen künstlerischen Stil mit überzeugender Ausdruckskraft. Den Betrachter erwarten realistische, sehr persönliche und subtile Impressionen von Situationen, Menschen und Gefühlen. In der Gruppe *abgeschminkt* präsentiert sich die Künstlerin selbst als Geschöpf und Schöpferin. Uneitel offenbart sie momenthaft ihr Äußeres und Inneres: herausfordernd, oftmals abweisend, vielleicht intim - Augenblicke schonungslos festgehalten und gleichzeitig der Vergänglichkeit preisgegeben.

*Melanie Tilkov, ohne Titel aus der Werkgruppe Turbanmädchen, 150x100 cm, Acryl auf Leinwand, 2015*







**BBK: „Wir haben die Originale – als Kunst und Mensch“**

Freuen Sie sich auf faszinierende signifikante Öl- und Acrylbilder, Fotografien und eine Holz-/Materialmixskulptur der Künstlerin Melanie Tilkov in der Torhaus Galerie des BBK, direkt an der schönen Oker, an den Theaterpark angrenzend und dem Botanischen Garten gegenüber. ■ *Sigrid Tille*

**Zu sehen vom 01.05.2015 – 07.06.2015**

Am Sonntag, den 07.06.2015, findet um 15 Uhr das Künstlergespräch mit Melanie Tilkov statt.

**Kunsthau BBK**

Humboldtstraße 34, 38106 Braunschweig

Tel. 0531 346166

[www.bbk-bs.de](http://www.bbk-bs.de)

**Esthetic Pure stellt Ihnen in regelmäßigen Abständen Arbeiten außergewöhnlicher Künstler des BBK vor.**

**Melanie Tilkov**

studierte als Meisterstudentin Malerei und Bildhauerei an der Freien Akademie der bildenden Künste in Essen. Seit 2014 Dozentin an der Kunstschule Monheim am Rhein.

*Oben: Melanie Tilkov, ohne Titel aus der Werkgruppe abgeschminkt, Öl/Tempera auf Leinwand, 2014*

*Mitte: Melanie Tilkov, ohne Titel aus der Werkgruppe Turbanmädchen, Acryl auf Leinwand, 2014/2015*

*Unten rechts: Melanie Tilkov, ohne Titel aus der Werkgruppe Akte, Acryl auf Leinwand, 2015*



# Luxuriös und elegant.

## 1... Kö46 Black

Ein absolutes Beauty-Juwel mit einer exquisiten Auswahl an erlesenen Düften. Gemeinsam mit dem Duft-Haus Maison Dorin hat Douglas zwei einzigartige Düfte kreiert. Eine Hommage an eine ganz besondere Straße und eine Parfümerie. FLORAL & FRUITY: Jasmine Sambac, Lilly of valley, Orange Blossom, Pineapple, Peach, Pear AMBERY & MUSKY: Cedar, Sandalwood, Light Musk CITRUS & GREEN: Bergamotte, Grapefruit, Blackcurrant Bud. **Für sie.**

## 2... Hilfiger Woman - Endlessly Blue

Frisch, leidenschaftlich und anhaltend – Endlessly Blue weckt die Sinne und schafft die perfekte Atmosphäre für eine zauberhafte Romanze, inspiriert vom prickelnden Gefühl sich im Regen zu küssen. Sinnlich und andauernd. Eine hinreißende Ode an die Schönheit des Regens. Kostbare Momente voller Sinnlichkeit, Wärme und Erfrischung. **Für sie.**

## 3... Michael Kors - Sporty Citrus

SPORTY CITRUS ist mit Orange und Mandarine zunächst frisch, während warmes Holz und weiße Blüten im Hintergrund nachklingen. Cremige, holzige Noten sind die olfaktorische Entsprechung des fantastischen Nude-Tons, einer Farbe, die sehr typisch für den Look von Michael Kors ist. Sie kommuniziert den unwiderstehlichen Reiz der selbstbewussten, lässigen Frau, die sich mit müheloser Leichtigkeit zurechtmacht – und dabei immer Freude hat ... **Für sie.**

## 4... Stella McCartney - Stella

Sanfte, rosige Kopfnoten stehen in einem dezenten Gegensatz zu klarer, frischer Mandarin-Essenz und leichter Päonie. Die Herznote besteht aus reiner Rose und intensiviert und verlängert den femininen Charakter. Die Basisnote von „Stella“ sorgt für einen eindrucksvollen, sinnlichen Abschluss. Während der Rosenakkord seinen Nachhall findet, führt holziges Ambra den traditionellen Blumenduft einen Schritt weiter und macht ihn kühn und sexy. **Für sie.**

1.



2.



3.



4.





## Düfte für sie und ihn.

5.



6.



7.



8.



### 5... Eisenberg - Love Affair

Eau de Parfum - LOVE AFFAIR Homme

Ein Wirbelwind, mit durchdringend fruchtigen und frischen Kopfnoten der Johannisbeere. Der Charakter von Heliotrop, verbunden mit Rosenduft in den Herznoten, behauptet sich über einer stark aromatischen Basisnote von Tabak und Sandelholz. Das olfaktorische Gedächtnis einer leidenschaftlichen Liebe! **Für ihn.**

### 6... Annayake - Love Him

drückt sich in einer frischen, holzig-ambrahaltigen Zusammenstellung aus. Eine intensive und addiktive Duftnote, ganz wie er selbst ... Kopfnote: Bergamotte, Grapefruit, Bitterorange, Wassermelone. Herznote: Muskatnuss, Kardamom, Marine. Düfte Basisnote: Zedernholz, Ambra, Patschuli. **Für ihn.**

### 7... Toni Gard - Das Parfum

Ein Duft für jeden Tag und für jede Nacht. Der Duft, der bleibt. So schuf Toni Gard „Das Parfum“. Zwei Düfte, ein Name. Für sie. Für ihn. Zwei Duftkompositionen der Spitzenklasse, die auch verwöhnte Parfumsfans überzeugen.

**Für sie und ihn.**

### 8... Vera Wang - For Men

Dieser Duft provoziert, verführt und fesselt. Schon ein leichter Hauch reicht aus, um Erinnerungen und Sehnsüchte zu wecken. Vera Wang For Men ist eine Komposition, die einer Frau immer im Gedächtnis bleibt. Maskulin.

Unwiderstehlich. Unvergesslich. **Für ihn.**

[www.douglas.de](http://www.douglas.de)

A high-contrast, black and white photograph of a man in a suit and tie. The lighting is dramatic, coming from the side, which highlights the contours of his face, his hair, and the texture of his clothing. The background is solid black, making the white highlights stand out sharply. The man's expression is serious and contemplative.

**Technik-Highlights für (echte) Männer ...**





BESUCHEN SIE UNSERE BEAUTY LOUNGE  
UND LASSEN SIE SICH VERWÖHNEN:

**LA PRAIRIE · LA MER · SENSAI · SISLEY**

**Permanent Make-up** mit Long-Time-Liner von Sabine Gode

Entdecken Sie die sehr wirksame und doch sanfte Alternative zu invasiven Behandlungsmethoden: **Die neue Facemachine**. Unsere Beauty-Expertinnen Marina Fröh und Viktoria Yaremenko erstellen Ihnen ein **maßgeschneidertes Pflegeprogramm** – angepasst auf Ihre aktuelle Hautsituation.

Mit der **innovativen Facemachine** verwöhnen wir Sie gerne bei verschiedenen Behandlungen, wie **Microdermabrasion · Radiofrequenz Airmassage · Mesotherapie**

Reservieren Sie sich am besten gleich Ihren persönlichen Termin unter 0511 - 306306 und 0511 - 12312917 oder besuchen sie uns spontan bei Douglas in der **Karmarschstraße 26 in Hannover**.

**Wir freuen uns auf Sie!**

**Douglas**

BEAUTY LOUNGE

Anzeige



### Immer am Puls der Zeit: Samsung Gear S

Das Telefon am Handgelenk – so einfach war es noch nie! Die neue Gear S von Samsung setzt Maßstäbe: Die Uhr kann unabhängig von einem Handy Daten aus dem Web laden oder eine Telefonie-Funktion anbieten, ist darüber hinaus idealer Trainingsbuddy und Navigations-Gerät in einem. Über 3G, Bluetooth und WiFi-Konnektivität versorgt die Gear S ihren Träger mit Updates aus sozialen Netzwerken.

### Fesselnde Perspektiven: GoPro HERO

Tragbar, auf die Ausrüstung montierbar und integriert in ein robustes, wasserfestes Gehäuse: Die HERO liefert atemberaubende Videos mit einer Auflösung von 1080p30 und 720p60 – eine fantastische, nur 74 g leichte, aber sehr leistungsfähige Kamera – entwickelt, um Dreck, Sand, Wasser und so ziemlich allem anderen zu widerstehen. Ob beim Surfen oder auch beim Planschen im Pool – die HERO bietet dank Ultra-Weitwinkel-Glaslinse super-fesselnde Perspektiven und eine Vielzahl von Foto-Aufnahmeoptionen.





### **Quadrocopter mit HD-Kamera: Parrot AR.Drone 2.0**

Bilder und Videoaufnahmen in 720p-Auflösung aus einer neuen Perspektive – und zwar von oben: Die „Parrot AR.Drone 2.0“ ist eine Flugdrohne mit eingebauter HD-Kamera. Gesteuert wird der Quadrocopter über die zugehörige App „AR.Freeflight“ für iOS und Android.

### **Rauf aufs Dach: iRobot Looj 330**

Das Reinigen von Dachrinnen ist für manche Männer fast genauso unbeliebt wie ein Zahnarztbesuch. Doch jetzt gibt es Abhilfe: Der neue iRobot Looj 330 Dachrinnen-Reinigungsroboter entfernt Schmutz und bürstet die Dachrinne perfekt sauber.





### Kabelloser Musikgenuss: Bose SoundTouchSystems

Im Gegensatz zu anderen Wi-Fi-Musiksystemen sind die kabellosen Bose SoundTouch Systems einfach, bedienfreundlich und 100 Prozent intuitiv, sodass der Nutzer alle seine Lieblingshits so unkompliziert wie nur möglich streamen kann – mit nur einem Tastendruck.

### 4-D-Fernseher: Ambilight Philips 55PUS8909C

Fernseher mit einer 4K-Auflösung und sogenannte „Curved-TVs“ mit gewölbtem Bildschirm sind die allerneueste Technik. Der 55-Zöller „55PUS8909C“ von Philips bündelt quasi beide Technologien in sich und legt als Sahnehäubchen ein dreiseitiges Ambilight (vergrößert das Gerätesichtfeld in der Wahrnehmung des Zuschauers) noch obendrauf. Weitere Besonderheit ist die einfache Einbindung des Android-Betriebssystems.



### **Cooler Rampensau:**

#### **RC-CAR Traxxas E-Revo VXL**

Wer früher als Kind gerne funkferngesteuerte RC-Spielzeugautos über die Bordsteinkante geschickt hat, freut sich heute wohl über eine echte Offroad-Rampensau mit ordentlich Power im Gepäck. Der Truggy (Mix aus Monstertruck und Buggy) „E-Revo VXL“ von Traxxas schafft mit dem Standard-Akku locker 50 km/h. In der Top-Ausstattung sind sogar bis 80 km/h möglich.



### **Für Rennasse: Lenkrad-Controller Thrustmaster T500 RS**

Wer Fan von Rennspielen wie „Gran Turismo“, für den ist das Nonplusultra definitiv ein Lenkrad- und Pedal-Set mit knackiger Kraft-Rückmeldung bei wichtigen Zusammenstößen und unebenen Oberflächen. Das „T500 RS“ von Thrustmaster gibt es exklusiv für Sonys PS3. Aber auch für Xbox 360 und PC sind passende Controller-Sets zu haben.





### Beste Aussichten: Fernglas-HD-Camcorder Sony DEV-50V

Mit dem Sony „DEV-50V“ Digitalfernglas kann das Objekt der Begierde dank des 12fach Zooms (25x digital) nicht nur näher unter die Lupe genommen, sondern das Gesehene auch in Full HD aufgenommen werden, wahlweise in 2D oder 3D.

### Echt süffig: Weintemperierschrank von Liebherr

Dieser „Weinkeller“ passt einfach überall hin: Der unterbaufähige UWT 1682-20 von Liebherr bietet dem Weinliebhaber auf fünf Ablageflächen Platz für 34 Flaschen mit je 0,75 Liter. Die zwei Temperaturzonen lassen sich individuell und präzise per MagicEye einstellen (+5°C bis +20°C), der auswechselbare Aktivkohlefilter und die Umluftkühlung garantieren darüber hinaus eine optimale Luftqualität und kontinuierliche Frischluftzufuhr. *(ohne Abbildung)*

### Prima Klima: Humidor ZKES 453-20

Wer seine Zigarren liebt, tut ihnen was Gutes: Mit dem Humidor von Liebherr können Zigarren unter perfekten Klimabedingungen und über einen langen Zeitraum optimal gelagert oder gereift werden. Ausgestattet ist der Zigarrenklimaschrank mit MagicEye mit digitaler Temperaturanzeige und digitaler Anzeige für die Luftfeuchtigkeit. Das stellt sicher, dass die edlen Tabakwaren nicht an Aroma und Qualität verlieren.

### Netzwerk per Stromleitung: Fritz!Powerline

Geht's noch einfacher? Ohne lästiges Kabelverlegen ist im Handumdrehen ein Heim-Netzwerk eingerichtet. Da muss man kein Technik-Freak für sein. Jede Steckdose zu Hause kann mit „FRITZ!Powerline“ quasi in einen Netzwerkanschluss verwandelt werden. Die Daten werden über das Stromnetz mit bis zu 500 MBit/s geschickt. *(ohne Abbildung)*



### Perfektes Grillen: OptiGrill GC 702D

Egal wie das Wetter ist – gegrillt werden kann immer. Der Tefal OptiGrill ist der erste intelligente Kontaktgrill, der mit Hilfe seiner exklusiven Technologie immer perfekte Grillergebnisse liefert. Denn er misst selbsttätig Dicke des Grillguts und passt automatisch die notwendige Temperatur an.

# Rausholen, was drin steckt...

MIT ÜBER 175 NEUERSCHEINUNGEN & WELTPREMIEREN BIETET DAS AUTO-JAHR 2015 SO VIELE VERLOCKUNGEN WIE SCHON LANGE NICHT MEHR. DAS MODELLFEUERWERK DER HERSTELLER DECKT (FAST) JEDEN KUNDENWUNSCH AB. WIR STELLEN IHNEN DIE INTERESSANTESTEN MODELLE VOR.



## Lexus GS F: Hochleistungs-Limousine

High Performance, vier Türen und genug Platz für fünf Erwachsene – bislang kamen Automobile mit diesen Merkmalen meist aus Deutschland.

Mit der Vorstellung des GS F in Detroit reiht sich Lexus in die Riege der Hochleistungs-Limousinen-Hersteller ein. Unter der Haube des GS F arbeitet ein 5,0-Liter V8-Saugmotor, der bemerkenswerte 473 PS leistet und ein maximales Drehmoment von 527 Nm bietet. Wie alle kommenden Lexus Fahrzeuge ist auch der GS F mit einem großen Sicherheitspaket ausgerüstet. Dazu zählen der Radarsensor, die Kamera an der Fahrzeugfront, das Pre-Crash Safety System PCS, das den Fahrer warnt und automatisch bremst, um Unfälle zu vermeiden, der Spurwechselwarner LDA und der Fernlicht-assistent AHS.





#### **McLaren 675 LT: Pfeilschneller Brite**

Es geht immer noch mehr, immer noch stärker, aerodynamischer, leichter. Der 3,8-Liter-V8-Turbo im 675 LT schafft - man ahnt es - 675 PS. Das Gewicht beträgt lediglich 1230 Kilogramm. Ergibt: 0 auf 100 km/h in 2,9 Sekunden, maximal sind so 330 km/h drin.

#### **Porsche Cayman GT4: Alltagstaugliches Topmodell**

Das neue Mitglied in der GT-Familie von Porsche heißt Cayman GT4. Porsche präsentiert damit erstmals auf Basis des Cayman einen GT-Sportwagen, der viele Komponenten des 911 GT3 in sich trägt. Motor und Fahrwerk, Bremsen und Aerodynamik sind auf maximale Fahrdynamik ausgelegt; dennoch behält das Topmodell die typische Vielseitigkeit und Alltagstauglichkeit der zweisitzigen Coupés. Triebwerk ist ein 3,8 Liter Sechszylinder-Boxermotor mit 281 kW/385 PS. Der Preis beträgt rund 86.000 Euro inkl. Mehrwertsteuer.







#### **Ferrari 488 GTB: Mehr Toppspeed als je zuvor**

Die Italiener setzen ab sofort auf einen Turbo V8. Der Motor leistet jetzt 670 PS, also 100 PS mehr als im Vorgänger 458 Italia. Nur 1370 Kilogramm leicht, schafft er es in knapp 3,0 Sekunden von 0 auf 100 km/h. Die Toppseedwertung zeigt über 330 km/h. Der neue Ferrari 488 GTB streckt sich um 4,1 Zentimeter mehr in die Länge (4,568 Meter) und um 1,5 Zentimeter mehr in die Breite (1,952 Meter). In der Höhe blieb alles beim Alten (1,213 Meter).

#### **Rolls Royce Ghost: Getuntes Luxuscoupé**

Kurz nach der Präsentation des Rolls Royce Ghost Serie II zeigt Tuner Mansory aus Brand bei Bayreuth ein erweitertes Individualisierungsprogramm für den bis Mitte 2014 gefertigten Ghost und sein nur sanft modifiziertes Facelift. Herausgekommen ist ein Karosserie- und Interieurprogramm, das den Ghost noch prunkvoller einkleidet. Mit 479 kW/652 PS und einem massiven Drehmoment von 1050 Nm bei 1500/min übertrifft der getunte Ghost die Ausgangswerte deutlich (Serie: 420 kW/570 PS, 750 Nm).



*Leitfaden über Kraftstoffverbrauch, CO<sub>2</sub>-Emissionen und Stromverbrauch aller neuen Personenkraftmodelle, die in Deutschland zum Verkauf angeboten werden, finden sie unter [www.dat.de/uploads/media/LeitfadenCO2.pdf](http://www.dat.de/uploads/media/LeitfadenCO2.pdf).*





### **BMW 2er Cabrio: Rasanter Spaßgarant**

Das BMW 2er Cabrio ist der Nachfolger des weltweit erfolgreichsten, mehr als 130.000-mal verkauften offenen Premium-Modells in dieser Fahrzeugklasse. Binnen 20 Sekunden schmeißt das neue Schmuckstück aus Bayern die Stoffmütze nach hinten und lässt die Sonnenstrahlen rein. In Kombination mit dem 245 PS starken Turbo-Vierzylinder-Benziner und dem Achtgang-Automatikgetriebe geht das 2er Cabrio zudem deutlich rasanter ab als seine frontgetriebenen Artgenossen der Konkurrenz.

### **Ford Mustang: Strotzt vor Kraft**

Der neue Ford Mustang kommt mit kraftvollen und (dank serienmäßigem Start-Stopp-System) verbrauchsoptimierten Euro 6-Triebwerken und angepasstem Fahrwerks-Layout zu unverbindlichen Preisempfehlungen ab 35.000 Euro nach Deutschland. Mustang-Käufer erhalten für ihr Geld eine Motorleistung von 231 kW/314 PS bei einem kombinierten Kraftstoffverbrauch von 8,0 l/100 km; das maximale Drehmoment beträgt 434 Nm. Neben der Einstiegsversion mit Sechsgang-Schaltgetriebe steht der Mustang Fastback auch mit Automatik zur Verfügung. Der Mustang mit dem 5,0-Liter V8-Motor kostet ab 40.000 Euro und leistet mit variabler Nockenwellensteuerung 308 kW/418 PS.



*Fotos: Hersteller, dpp-AutoReporter.*



# Fast Fashion - Der Blick hinter die Kulissen der Mode

VOM LAUFSTEG ÜBER FOTOSTUDIOS,  
SCHAUFENSTER UND LITFASSSÄULE –  
BIS ZUR UMKLEIDEKABINE



Sehnsucht nach Selbstdarstellung, nach Außenwirkung, nach Veränderung! Wir lieben Kleider, Hosen, Röcke, Pullis, eben (fast) alles, was uns die Modeindustrie bietet. Nichts Neues, das ist schon lange so - doch nicht in diesem Tempo! In immer kürzerem Zeitrhythmus bringt die Bekleidungsindustrie stets frische Kollektionen auf den Markt. Der Kleiderschrank quillt über, und mit Primark erscheint der Neukauf preiswerter als ein Gang der Waschmaschine. Allmählich kommen Konsumenten ins Grübeln, werden skeptisch. Man fragt nach - und der Fast-Fashion-Parcours der Ausstellung im MKG antwortet mit einer spannenden Szenographie aktuell recherchierter Informationen, persönlichen Hintergründen und Slow Fashion für einen ethisch vertretbaren Kleiderschrank.

## 7.000 unterschiedliche Chemikalien ...

Kaum zu fassen, wie viele Chemikalien im Verlauf der textilen Kette im Produktions- und Verarbeitungsprozess eingesetzt werden: Etwa 7.000 Chemikalien sind in Verwendung – von der sandgestrahlten Jeans bis zur Outdoor- und Wellnesskleidung! Man spricht von „Veredelung“ für die ästhetischen und funktionalen Eigenschaften - Umweltbelastung inklusive. Und selbst die bei Umweltaktivisten hochgeschätzte „natürliche“ Baumwolle benötigt einen kräftigen Pestizid-Cocktail. Auch der Ressourcenverbrauch der textilen Produktion ist enorm: Rohstoffgewinnung, Transporte, der hohe Bedarf an Wasser und thermischer Energie. Und die Löhne der Arbeiterinnen und Arbeiter?





Shirt  
€ 0,10

**“We work for about 12-14 hours a day. We work on Sundays and holidays. Yet, we don't get a wage that could fulfill our basic needs.”**

Krishanthi, garment worker in Bangladesh

**„Hört nicht auf, unsere Sachen zu kaufen, aber ...“**

bat kürzlich eine Näherin aus Bangladesch die Zuschauer des deutschen Fernsehens, „aber sorgt bitte für bessere Löhne, von denen wir unsere Familien ernähren können!“, ergänzte die mutige Frau. Wie können bessere Bedingungen für die Textilarbeiterinnen in den Billiglohnländern China, Indien, Bangladesch, Vietnam oder Kambodscha erreicht werden? Tatsache ist, die Textilindustrie ist einer der wichtigsten globalen Wirtschaftsfaktoren. Sie schafft weltweit Arbeitsplätze und kann zur Steigerung der Lebenssituation der Menschen in den Entwicklungsländern beitragen: Wenn die Industrie nur konsequent dazu bereit wäre! Selbstverpflichtungen großer Textilkonzerne, erträgliche Löhne zu zahlen und die Mindestsicherheitsstandards bei der Produktion zu gewährleisten, gibt es. Allerdings müssten die Konzerne für die unbedingte Durchsetzung vor Ort sorgen, denn leider kommt das Geld bisher nicht sachgemäß an - es versackt in der Korruption.

**Der Kleiderschrank von morgen – „Das Labor“**

Slow fashion, neue Fasern und Technologien, innovative Designansätze des Recyclings, Upcyclings oder Zero Waste: **„Das Labor“** entwickelt, wie der Kleiderschrank in nächster Zukunft aussehen könnte. Lassen Sie sich als Fashion-Fan von morgen im MKG überraschen!

■ *Sigrid Tille*      *Fotos: MKG*

• **Bis 20. September 2015**  
**Museum für Kunst und Gewerbe Hamburg** (Nähe Hbf HH)  
Steintorplatz | 20099 Hamburg  
Tel. 040 428134-800  
[www.mkg-hamburg.de](http://www.mkg-hamburg.de)  
[www.facebook.com/MKGHamburg](https://www.facebook.com/MKGHamburg)





DIE HAUT ALS BILDTRÄGER

## TATTOO - viel mehr als ein kultiges Modeaccessoire

Man mag sie – oder auch nicht: Schließlich basieren Tattoos auf einer sehr alten und noch immer sehr lebendigen Kulturtechnik und Handwerkspraktik - mit der menschlichen Haut als Bildträger. Sie faszinieren, wirken oft mystisch und zuweilen auch irgendwie abstoßend. Dabei erzählen Tattoos gestern wie heute Geschichten verschiedener Kulturen, sozialer Schichten und Epochen, sind Identitätsmerkmal und zeigen bisweilen berührend persönliche Statements.







### **er Stich unter die Haut**

Tattoos befinden sich zwischen Kunst und Design, traditioneller Tätowierpraxis und visueller Gestaltung. Aufregende Tätowiergeräte, von einfachen Naturwerkzeugen bis zu aktuell verwendeten filigranen Präzisionsmaschinen, und dazu die vielen Farben und Pigmente – der Besucher der MKG-Schau erhält tiefen Einblick in die Darstellungstechnik des Tattoos, in die schmerzhafteste Kunst des „Stiches unter die Haut“. Und geradezu aufregend lassen die vielfältigen Fotografien, Farbholzschnitte, Gemälde, Skulpturen, Videoarbeiten und Audioinstallationen und sogar feine historische Hautpräparate die allgegenwärtige Mystik und Darbietung der Tätowierer, ihrer Praktiken und aufwändigen Tätowierkunst lebendig werden. >>

## Die Hamburger Tattoo-Szene

Im Hafenumfeld des späten 19. Jahrhunderts ist die Wiege der traditionsreichen Hamburger Tattoo-Szene angesiedelt. Auf bisher unveröffentlichten historischen Fotografien sind die typischen Tätowierungen der Hamburger Arbeiterschaft um 1890 im MKG zu entdecken. Tattoo-Legenden (der König der Hamburger Tätowierer) stehen für die ausdrucksstarke Kunstform des Tätowierens mit stets neuen gestalterischen Experimenten und Entwicklungen des Tattoos als Kunstform. Auch die aktuellen Arbeiten lokaler Tätowier-Künstler werden gezeigt, während in einer Videoprojektion neue künstlerische Stilrichtungen und Bewegungen renommierter Tätowierer der internationalen Szene präsentiert werden.



*Diese Seite, oben: Unbekannt, Herbert Hoffmann (1919-2010), Tattoo-Legende und Mitbegründer der ältesten Tätowierstube Deutschlands im Hamburger Stadtteil St. Pauli, © Kantonsbibliothek Appenzell Außerrhoden, Trogen, PA Herbert Hoffmann*

*Diese Seite, unten: Unbekannt, Die Tattoo-Legenden Herbert Hoffmann, Karlmann Richter und Albert Cornelissen in der ältesten Tätowierstube Deutschlands im Hamburger Stadtteil St. Pauli, © Kantonsbibliothek Appenzell Außerrhoden, Trogen, PA Herbert Hoffmann*



*Nächste Seite, oben: Unbekannt, Maud Stevens Wagner, Tattoo Artist, USA; 1877-1961*

*Nächste Seite, unten: Christian Poveda, El Gangster de Iberia (Mara Salvatrucha), San Salvador, 2008,*

*Der Bandenkrieg der Mara Salvatrucha in El Salvador, Foto: Christian Poveda, © Christian Poveda / Agence VU*





## Tattoos in der ganzen Welt - Stil, Stigma oder Auszeichnung

Weltweit besitzt das Tattoo eine ganze Bandbreite unterschiedlichster bis konträrer Ausdrucksformen. Die Gesichtstätowierungen der Chin-Frauen in Birma sind bis heute Teil eines Rituals, das den Übergang von der Kindheit in das Erwachsensein sowie die Clan-Zugehörigkeit zeigt. Auch die Gesichtstätowierungen der neuseeländischen Maori demonstrieren Familienzugehörigkeit und soziale Schicht. Sakrale Tätowierungen, die vor Unglück bewahren und an Sitte und Moral appellieren, sind vor allem in Thailand weit verbreitet. In Japan von 1870 bis 1948 verboten, werden Tätowierungen vor allem mit dem kriminellen Milieu der japanischen Mafia-Organisation Yakuza in Verbindung gebracht. Und in Europa und Amerika erleben Tattoos in der Zeit bis zum Ersten Weltkrieg eine Blütezeit. Die amerikanische Oberschicht und der Adel nahezu aller europäischen Fürstenhäuser, einschließlich des Deutschen Kaiserhauses, ließen sich tätowieren als Ausdruck des guten Geschmacks. Weniger angesehene und milieuspezifische gesellschaftliche Gruppen wie Seeleute und Soldaten wählten exotische Motive und bei Kriminellen dienten Tätowierungen gar als Erkennungszeichen. Staatlicherseits regelrecht gebrandmarkt wurden die Gefangenen der russischen Lager im späten 19. Jahrhundert.

Die weltumspannende Ambivalenz des Tattoos – zu erleben auf der Schau im MKG!

■ *Sigrid Tille*

„Tattoo“ ist eine Produktion des Gewerbemuseum Winterthur, Schweiz, und wird erstmals in Deutschland gezeigt. Mit Hamburger Künstler/innen und Grafikdesigner/innen gibt es zur Ausstellung ein umfangreiches Rahmenprogramm.

**Bis 06. September 2015**

**Museum für Kunst und Gewerbe  
Hamburg** (Nähe Hbf HH)

Steintorplatz | 20099 Hamburg

Tel. 040 428134-800

[www.mkg-hamburg.de](http://www.mkg-hamburg.de)

[www.facebook.com/MKGHamburg](http://www.facebook.com/MKGHamburg)



# Wolfgang Joop

## Aus dem Leben eines Wunderkinds

DER MODE-DESIGNER ÜBER HEIDI KLUM, EITELKEITEN UND WARUM ER GANZ UND GAR NICHT AUF DROGEN STEHT

Das Haar ist voll, Bauch und Bizeps sind trainiert, die Jeans sitzen sexy auf der Hüfte: Kaum zu glauben, dass dieser Mann schon 70 Jahre alt ist! Gesundes Essen und viel Bewegung – so lautet das Geheimrezept von Modeschöpfer Wolfgang Joop. Nachdem er bei „Germany’s Next Topmodel“ in der vergangenen Staffel überraschend zum Publikumsliebbling avancierte, sitzt er auch für die derzeitige Staffel (Finale am 14. Mai) als Juror („Die Boobs stehen in Konkurrenz zu dem Kopf!“) neben Model-Mama Heidi Klum (41). Wolfgang Joop – ein Mann der sich immer wieder neu erfindet. Seit über 30 Jahren im Business der Eitelkeiten, lebt der Potsdamer heute mit Partner Edwin Lemberg und Hündin Lotte in seiner sanierten Villa „Wunderkind“, wo er auch sein gleichnamiges Luxus-Modelabel („Eine Kollektion, die meine Biografie beschreibt“) betreibt. Wie tickt der Tausendsassa? In diversen Interviews ließ er tief in sein Herz blicken. Wolfgang Joop über ...





Fotocredit  
„Germany's next Topmodel“  
Foto: © ProSieben/ Richard Huebner



### ... über seine Rolle als Juror bei GNTM

Natürlich hatte ich meine Vorurteile und musste die erst mal runterschlucken, mir meine Rolle ertasten, und ich habe auch gegen ein paar seltsame Dinge revoltiert. Warum, habe ich gefragt, soll ein Mädchen ein besseres Model sein, wenn es weint oder nicht weint, während ihm eine Vogelspinne über den Busen krabbelt? Das hat nichts mit dem Fashionbusiness zu tun.

### ... über Heidi Klum

Wir brauchten ein paar Minuten, auch ein paar längere Minuten, und ich habe mich auch für ein paar frühere, uncharmantere Äußerungen entschuldigt. Heute habe ich eine ganz klare Meinung zu ihr und bewundere sie. Heidi Klum, die von der versnobten High-Fashion-Welt gern übersehen wurde, hat es geschafft, dass die USA ihr zu Füßen liegen. Das muss ihr mal einer nachmachen.

### ... über seine neuen, jungen Fans

Damit hatte ich nicht gerechnet. Die schönste Form der Anerkennung ist, dass mich eine neue Zielgruppe, die der 16- bis 32-Jährigen, in ihr Herz geschlossen hat. Heidi hat mich alten Karpfen in diesen Pool voll junger Goldfische geworfen und auf einmal war ich diesen Mädchen so nah ... Da merkte ich, dass es keinen Platz für Ironie oder Spott gab. Ich musste die Mädchen und ihre Träume, auch ihre falschen Träume, ernst nehmen. Und genauso ernst muss ich all die Mädchen nehmen, die mir jetzt auf der Straße begegnen und mich auf einmal kennen. Die konnten mit mir vorher sicher nicht viel anfangen.

### ... über sein Äußeres

Ich gehe in ein ganz normales Sportstudio, damit alles in Funktion bleibt, mehr nicht. Ich bin zum Glück mit guten Proportionen gesegnet, die sich bei anderen in dem Alter verschieben können. Der Hals, der so wichtig ist, um Modisches zu tragen, verschwindet oft als Erstes hinterm Doppelkinn und hochgezogenen Schultern, so als wäre man eine misstrauische Schildkröte. Ich habe noch alle Zähne im Mund – und ich habe noch alle meine Haare auf dem Kopf, was Heidi Klum kaum glauben konnte.

### ... über seine „Macken“

Ich esse Kuchen nur mit Schlagsahne, dafür aber keine Tiere, die vier Beine haben, weil ich finde, dass wir Menschen die Seele und Emotion dieser Geschöpfe respektieren sollten. Ich fahre kein Auto, weil ich keinen Führerschein habe, bin dafür aber einer der wenigen Designer mit einem großen Latinum. Das hilft sogar manchmal.

>>



Fotocredit

„Germany's next Topmodel“

Foto: © ProSieben/ Richard Huebner

### ... über Schönheits-OPs

Ich habe überhaupt nix dagegen, sich ein neues Gesicht machen zu lassen oder einen flachen Bauch. Ich habe nur wenige gesehen, die damit besser aussahen. Ich kann verstehen, dass es gerade für die, die schön geboren sind, ein schmerzhafter Prozess ist, physisch bankrott zu gehen. Noch habe ich keine Narbe im Haaransatz, habe mir aber ein krasses Peeling verordnet. In erster Linie geht es um die Aura, die jemand hat, und Schönheit liegt nicht nur im Auge des Betrachters, sondern ist eine Verabredung mit der Gesellschaft.

### ... über seine Homosexualität

Ich habe da nichts zu gestehen, nur weil mir Männer gefallen. Das ist für mich ein ganz normaler und natürlicher Vorteil. Der eine mag Hunde, der andere mag Katzen, und einige mögen beides. Und den Klischee-Homosexuellen von früher, den gibt es ja auch nur noch im Comic oder im Pornofilm. Homosexuelle haben auch keinen besseren Geschmack, sie haben nur in feindlichen, lebensgefährlichen Jahrhunderten schneller gelernt, wo sie hinmüssen, um nicht totgeschlagen zu werden. Jetzt haben sie das letzte Terrain entdeckt, und damit ist die ganze Sache zu Ende: die Familie. Jetzt sind sie speißig, und speißig ist modern.







### ... über sein Tochter Jette

Jette ist schon eine außergewöhnliche Persönlichkeit, mit der man es nie leicht hat. Wir haben ein Verhältnis wie Vater und Sohn – wobei ich dabei der Sohn bin und sie der Vater. Es gibt Phasen, da schaut sie mich an wie einen Chevrolet, den sie entworfen hat und auf den sie stolz ist. Und dann wieder möchte sie mich in die Garage stellen und wegschließen, damit ich mit ihr bloß nicht in den Stoßverkehr komme.

### ... über die schönsten Momente im Leben

Es gibt zwei Wochen, die ich gerne wieder hätte. Eine Woche im Berlin der 80er-Jahre im Dschungel unter den Malern der neuen Wilden. Das war so ein Aufbruch, es war so unbürgerlich, so unangepasst, so fantastisch neu und energetisch. Dieses Berlin gab es in seiner Form nirgendwo auf der Welt. Und zweitens, beinahe zeitgleich, hätte ich gerne eine Woche in New York. Noch mal ins Studio 54. Noch mal diese souverän-sexy junge Haltung, die wir alle eingenommen hatten.

### ... über Drogen

Es gibt wohl einen wichtigen Grund, dass es sie gibt. Ich aber mochte nie kiffen, weil es mich dämlich und sprachunfähig machte. Und die New Yorker Jahre, als Kokain Mode war, da kam man an, wollte den Jetlag überwinden, und da gab es Koksbestecke aus Silber und die goldene Rasierklinge am Hals, um die Portionen zu teilen. Das Studio 54 war noch offen, und man überlegte, was

ziehe ich heute Abend aus statt an. Im Auge des Sturms habe ich mich zu dieser Zeit aber nie aufgehalten. Wirkliches Erleben ist nur möglich, wenn man nüchtern ist.

### ... über sein heutiges Party-Leben

Ich gehe kaum weg, es gibt wenig, von dem ich fürchte, es zu verpassen. Und meine früheren Nächte waren auch nur selten so besinnungslos, wie man es in meinen Kreisen für selbstverständlich hält. Natürlich bereue ich nichts und beklage mich nicht, etwas verpasst zu haben. Aber wenn ich so gelebt hätte, wie manche denken, wäre ich heute nicht so tageslichttauglich.

### ... über Fragen nach dem Aufhören

Einen Maler, einen Schriftsteller würde man auch nicht fragen, wann er in Rente geht. Und auch ein Geiger muss geigen, bis der Kopf schief hängt.

### ... über den Tod

Das ist die letzte große Umarmung, die dir endlich alles abnimmt. Leider muss man sich ja oft mit Schmerzen von dieser Welt verabschieden. Ich wünsche mir sehr, dass ich das ohne Schmerzen tun muss. Dass ich einfach dankbar „auf Wiedersehen“ sagen kann. Nun glaube ich auch an kein Wiedersehen. Auch nicht an das Fegefeuer. Ich glaube an die Hölle und an das Paradies. Aber das ist jeden Tag in dir selbst.

■ *Andreas Ahlers*



## Voll eins auf die Mütze ...

IN HAMBURGS CITY ARBEITET DER LETZTE MÜTZENMACHER DEUTSCHLANDS

An Norddeutschlands Küsten erzählt man sich von einem seltsamen Brauch: Ersteht ein Matrose nach langer Fahrt eine neue Mütze, stopft er sie in einen Stiefel, kippt Wasser hinein und lässt das Ganze eine Nacht richtig gut durchziehen. „Wozu bloß?“, fragt sich die ahnungslose Landratte. Das Geheimnis erschließt sich dem, der in der Schule aufgepasst hat und zwei wichtige physikalische Grundsätze berücksichtigt: 1. Eine steife Brise, die auf ein Hindernis stößt, kann einen gewaltigen Auftrieb entfalten. 2. Eine nasse, gegerbte Tierhaut zieht sich beim Trocknen zusammen. Zusammengenommen erklärt beides, weshalb sich Seemänner am Morgen nach dem Einweichen etwas Feuchtes über den Kopf stülpen. Doch Obacht! Sinn macht diese Prozedur des Anpassens nur, wenn die derart behandelte Kopfbedeckung ein Schweißband aus Leder besitzt. Solch exklusives Machwerk ist in heutigen Tagen nur noch sehr selten zu haben.



**I**n einem kleinen, wirklich kleinen Laden in Hamburgs Innenstadt, in der Steinstraße 21, gibt es solche Mützen noch. Hinter einer Milchglastür, die in weißes Holz gefasst ist, erwartet den Freund maritimer Kopfbedeckungen ein wahrhaftes Mützenmekka. „Eisenberg“ ist in das Milchglas mit geschwungenen Buchstaben graviert. Und nur echte Kenner wissen: In diesem Geschäft wird das Beste vom Bes-

ten nicht nur angeboten, sondern in einem winzigen Raum gleich nebenan nach traditioneller Mützenmacherkunst auch hergestellt. In alten Vitrinen aus der Gründerzeit lagern allerlei Stoffballen. Die Regale sind vollgepfropft mit Zigarrenschachteln aus dem letzten und vorletzten Jahrhundert. In ihnen schlummern Knöpfe, Garne, Nadeln aller Art, Farbe und Größe. An den Wänden hängen Bilder mit Segelschiffen.

Und in den Ecken der Werkstatt stehen die Maschinen, an denen Mützen gemacht werden. Diese hier stammen alle miteinander aus den 1920er Jahren. Sie heißen „Pfaff“ und sind heute nicht mehr fußbetrieben, sondern haben Elektro-Motoren. Die einen nähen mit Unterfaden, die anderen ohne. Und der, der daran arbeitet, ist einer der letzten Mützenmacher in Deutschland.



**Lars Küntzel heißt der Mann**, der 1991 nach drei Eisenberg-Generationen die Mützenmanufaktur übernahm. Von seinem Vater lernte Küntzel vor über 30 Jahren das Segeln und übernahm von ihm das Faible für Skipper-Mützen. Als Claus Eisenberg keinen Nachfolger fand, ergriff Lars Küntzel die Chance. Seither schneidert er Kopfbedeckungen. Mit Erfolg. An diesem Tag packt er ein Päckchen. Darin befinden sich zwei Prinz-Heinrich-Mützen. Der Adressat: irgendwo in Brasilien. „Ich sende Mützen in die ganze Welt, nach China, Afrika oder in die USA“, sagt Lars Küntzel. Alle sind Auftragsarbeiten, alle sind handgearbeitet. Seine Hauptkundschaft allerdings besteht aus älteren Herren, die ihren Lebensraum in deutscher Küstennähe gefunden haben.

18 Modelle und echte Klassiker hat der Schneider in petto – von der eben erwähnten Prinz-Heinrich-Mütze über den Elbsegler und die Elblotsenmütze bis hin zu den Modellen „Altona“ und „Kiel“. Die meisten von ihnen fertigt Küntzel aus über zwanzig Einzelteilen. Für die Standardgrößen verwendet er Schablonen zum Zuschneiden. Wer aber besonders viel oder wenig unterm Hut hat, bei dem nimmt der Mützenschneider auch gerne mal Maß.



**Für die Herstellung einer Mütze braucht man ungefähr zwei Stunden.** Die kostet dann so um und bei 65 Euro. Allerdings gibt es auch kostspieligere Anfertigungen: „Meine teuerste Mütze kostet 200 Euro“, sagt Lars Küntzel. Je nach Aufwand und vermutlich auch, wie exotisch der Mützenwunsch des zukünftigen Trägers ausfällt. Eine Baskenmütze aus Leder sollte er kürzlich einem Motorradfahrer anfertigen, jetzt hat Küntzel gerade eine Hiddensee-Mütze am Wickel: Wieder ganz was anderes als die Nordsee- und Elbmützen, erklärt er, sei die von der Ostseeinsel – mit Troddeln und Bommeln dran. Gegenüber dem Zuschneidetisch steht eine Anrichte. Hinter ihren Türen liegen Stoffballen. Die sind zumeist blau und nennen sich Marinetuch aus gewalkter Wolle. „Im Prinzip blauer Loden“, sagt Küntzel. Je

nach Stärke ist der Stoff mal besser für den Sommer geeignet, mal eher für den Winter – je nach Wunsch. Von der Weberei Mehler im oberpfälzischen Tirschenreuth bezieht Küntzel seine Stoffe, wie seine Vorgänger auch. Der erste Eisenberg eröffnete den Laden 1892, die Weberei Mehler ist bedeutend älter, gegründet um 1642. In Hamburg, sagt man, pflegen die Kaufleute ihre geschäftlichen Verbindungen.

Wohl wahr! Altkanzler Helmut Schmidt bezieht seine Elblotsenmütze (nein, es ist keine Prinz Heinrich!) seit Jahrzehnten von Eisenberg. Hamburgs Exbürgermeister Henning Voscherau hingegen bevorzugt das Modell Altstadt. Hin und wieder schaue der Altkanzler noch immer vorbei, um sich eine neue Mütze zu holen. „Moin“, sagt er stets zur Begrüßung, erzählt Lars Küntzel.

Was sind das für Leute, die nie ohne Mütze aus dem Haus gehen? „Na ja, ich glaube, sie sind alle irgendwie der Hochsee- oder Binnenschifffahrt verbunden“, mutmaßt Lars Küntzel. Oben auf der Stoffanrichte liegt ein zusammengewürfelter Haufen der unterschiedlichsten Kopfbedeckungen. Alle haben schon einmal bessere Tage gesehen. Zylinder zum Beispiel, einige von ihnen erwecken den Eindruck, als seien sie schon zu der Zeit getragen worden, als in Paris der Cancan erfunden wurde. Ein Modell weckt besonderes Interesse. Es ist ein Hut der berittenen kanadischen Polizei – Mounties, die mit den roten Jacken und den braunen Deckeln auf dem Kopf. Ausstellungsstücke? „Nö“, sagt Küntzel. „Die werden mir zugeschickt, damit ich sie repariere ...“

■ *Andreas Ahlers*



# Glamour, Glanz und Pferdestärken

ZU GAST BEIM DERBY IN DER GALOPP-HOCHBURG RENNBAHN HORN –  
EINE REPORTAGE ÜBER HÜTE, ZOCKER-HOFFNUNGEN UND EDLE RÖSSER

Komm, sagt er zu sich, komm, noch einen Zettel. Nur noch einen! Buden gibt es. Da, wo die Zettel sind. Die stecken in Ständern, abgeschirmt von den Registrierkassen. Draußen, da ist es sommerwarm, draußen, da dampfen die Pferde und das Kühle Blonde lockt am Pavillon. Und draußen, auf dem Gelände der Hamburger Galopprennbahn im Stadtteil Horn, da fliegt der Stift: Einer-, Zweier-, Dreierwette; Sieg, Platz – und auch der Dritte kriegt noch was ab. Draußen, da lockt das kleine Glück, wenn die Pferde im Pulk aus der Kurve in die Gerade biegen, dem Ziel entgegenjagen. Drinnen allerdings, in den vielen Kassen der Wettbüros, verschwindet das Geld so mancher Hobby- und Profizocker auf Nimmerwiedersehen. >>











„Zuerst setze ich kleine Summen, fünf Euro, nicht mehr“, erklärt Thorsten. Zum „Anfühlen“, wie er sagt. Er meint damit: Mal schauen, wie es heute läuft. Gleich im ersten Rennen hat er Glück – denke ich. Die Quote: Eins zu sieben, Thorstens Lächeln wirkt irgendwie triumphierend, als er mit den 35 Euro in kleinen Scheinen wedelt. Im zweiten Rennen des Tages gewinnt er wieder: 60 Euro, und ich staune: Das muss wohl ein Profi sein. Der Fuhlsbüttler Flughafenangestellte spendiert mir ein Bier und studiert konzentriert die Rennzeitung. Das dritte Rennen und Thorstens Tipp sticht wieder. „Heute habe ich einen Lauf“, versichert er und holt sich zur Vorsicht gleich mal einen ganzen Batzen Wettscheine. Ich verspüre eine leichte Verengung im Brustbereich, so was nennt man, glaube ich, Neid. 180 Euro stecken jetzt in seiner Hemdtasche – und es sollen noch mehr werden. Am Ende dieses heißen Tages jedoch, acht Rennen später, wird Thorsten 50 Euro verzockt haben. Dafür ist er mal wieder um ein und dieselbe Erfah-

rung reicher: „Du gewinnst, willst mehr. Verlierst und setzt hoch, um den Verlust auszugleichen. Am Ende hast du verloren. Was soll’s?“, wird er mir in den Block diktieren. „Hat doch Spaß gemacht!“ Und ich denke erleichtert: „War eben doch nur Glück!“ Jedes Jahr kommt Thorsten hierher, wenn in Hamburg großes Derby ist. Derby – das ist sozusagen der Eignungstest für dreijährige Stuten und Hengste. Die Pferde, die sich hier bewähren, haben gute Chancen, in den kommenden Jahren die Rennszene zu dominieren. Nicht nur in Deutschland, weltweit.

**Derby ist aber auch ein hanseatisches Meeting der ganz besonderen Art**, eines der gesellschaftlichen Top-Ereignisse des Jahres. Wohl nirgendwo sonst treffen Menschen aus nahezu allen sozialen Schichten derart geballt aufeinander. Reiche und Superreiche, Prominente und die, die es mal werden wollen, Arbeiter, Fachangestellte, Studenten, Pferdeliebhaber und -experten, Junge und Alte.

Erna zählt 91 Lenze und war schon in den 1920er Jahren beim Deutschen Derby, das seit 141 Jahren in Hamburg an sieben aufeinanderfolgenden Renntagen ausgetragen wird. Heute hat sie sich einen Stuhl mitgebracht, oder besser gesagt, ihre Tochter, und am Führung Platz genommen.

Im Führung präsentieren die Pferdebesitzer ihre Tiere vor jedem Rennen, damit sich das geneigte Fachpublikum ein Bild vom Zustand der edlen Rösser und ihrer Reiter, den leichtgewichtigen, zerbrechlich wirkenden Jockeys, machen kann. Erna sitzt immer hier, während ihre Tochter das Geschäftliche regelt – also die Tippscheine holt und den Einsatz entrichtet. „Meine Mutter ist nicht mehr so gut zu Fuß“, sagt die Tochter. „Und hören kann sie auch kaum noch.“ Aber mit dem Sehen, das klappt noch sehr gut. Weshalb Erna es sich auch nicht nehmen lässt, die Wettscheine selbst auszufüllen. Auf wen sie setzt und ob sie schon gewonnen hat, lässt sich der alten Dame beim besten Willen nicht entlocken. Erfahrene Wetter sind äußerst diskret.





## Gerade bahnt sich das Araberrennen des Tages an.

Gemeint sind die Pferde, deren Rasse sich Araber nennt. Woran man solch edle Tiere erkennen kann, möchte ein kleines Mädchen von seiner Mutter wissen. Das Kind trägt ein zitronengelbes Kleidchen und hat einen schwarzen Basthut auf dem Kopf. Die Mutter trägt etwas Ähnliches, nur ein paar Nummern größer: „Die Köpfe von Arabern erinnern ein bisschen an die von Seepferdchen“, erklärt sie. Genervt sind die Araberhengste, tänzeln durch den Parcours, manche sind von den Führmädchen, die die Tiere an der Leine haben, kaum noch zu bändigen. Rassig! Wie das blonde Model im hautengen, dunkelblauen Stretchkleidchen, das in einer Rennpause für einen Fotografen auf der Strecke posiert. Welch ein gekonnter Haarwurf. Der Mann mit dem Apparat liegt ihr zu Füßen – auf die richtige Perspektive kommt es eben an.

Thorsten schenkt der Szene keine Aufmerksamkeit und eilt zügigen Schrittes, mit dem Schein in der Hand, der nächstgelegenen Wettbude entgegen. Sein Tempo ist sicheres Indiz: Gleich beginnt das nächste Rennen. Gleich, im vierten Rennen, wird sein „Lauf“, wie er es nennt, abrupt enden. Aber das weiß er ja noch nicht. Ein paar Schritte neben der Wettbude steht ein weißes Zelt, darin Damen, die an Sahnetörtchen erinnern, die Kleider in schaumig-cremigen Farben, unter Hüten in Wagenrad-Dimensionen. In den Kelchen, die sie in den Händen halten,



schimmert goldgelb der Champagner. Ihnen zur Seite stehen adrette Herren in Anzügen. Manche tragen blaue Jackets mit goldenen Knöpfen und weiße Hüte mit schwarzer Banderole. Eine Kombination, die öfter zu sehen ist, je mehr sich der Derby-Besucher dem VIP-Bereich nähert. Im weißen VIP-Zelt finden die Siegerehrungen statt. Damen in blendend roten, engen Kostümen und schwarzen Pumps reichen Pokale und Schärpen und auch das eine oder andere Glas Schampus. Eine leise, ganz leise Szene ist das, weiße Tücher flattern an den Zeltseiten im Wind. Zum VIP-Bereich führen ein paar Stufen hinauf. Und hinein kommt nur der, der einen Ausweis trägt. Aber wirklich abgeschirmt wirkt das alles nicht. Jeder, der es sehen möchte, kann die Siegerehrungen von unten oder der gegenüberliegenden Haupttribüne aus gut mitverfolgen. Tja, die Haupttribüne. Wohl nirgendwo sonst finden sich Damen mit so vielen Hüten an einem Ort. Außer vielleicht in Ascot, dem britischen Pendant zum Hamburger Derby – allerdings stets mit Königsfamilie unter seinen Gästen. Wie die das bloß schaffen, die Köpfe zusammenzustecken, um gemeinsam einen Blick in den Rennkalender zu werfen, ohne dabei ihrer Kopfbedeckung verlustig zu gehen?

## Thorsten und ich haben auf einer Bierzeltbank Platz genommen.

Ich werde mir gleich Pommes Rot-Weiß, eine Currywurst und ein Holsten im Pappbecher bestellen. Thorsten bittet mich, ihm ein Bier mitzubringen. Aha, denke ich, es muss wieder gespart werden. Um kurz nach 18 Uhr ist das letzte Rennen gelaufen, sein Geld ist futsch. Langsam leert sich das Gelände. Die Hüte verschwinden unbeobachtet, über Kanäle, die dem einfachen Volk nicht zugänglich sind, vielleicht ins Rennbahnhotel. Die Servicekräfte an den zahlreichen Getränke- und Schlemmerständen schenken noch ein letztes Bier aus. Um kurz nach sieben ist der Renntag in Horn zu Ende. Die Pferde haben Feierabend, die Jockeys auch.

Thorsten sagt Tschüss! Was bleibt, sind die Zettel, die kein Glück gebracht haben. Überall liegen sie. Auf der Haupttribüne, in den Katakomben darunter, wo sich die meisten Wettbüros befinden und die Profizocker sich am liebsten aufhalten. Da, wo weiße Stühle aus Plastik stehen, wie man sie oft in Schrebergartenkolonien findet. Die Flachbildschirme an den Wänden flimmern noch. Galoppierende Pferde und stolze Jockeys werden sie morgen wieder zeigen. Jetzt, nach dem Renntag, beginnt in Horn die Arbeit. In den Boxen und Stallgassen, die ausgemistet und gefegt werden müssen. Und auf dem Gelände, das eben noch 30 000 Menschen ein Spektakel bot. Emsige Helfer befreien es von den Wettscheinen – für den nächsten hoffnungsvollen Tag in Horn ...

■ *Andreas Ahlers*



## Sunrise Avenue auf Erfolgskurs

**D**ie finnische Pop-Rock-Band Sunrise Avenue kann mit Fug und Recht von sich behaupten, eine echte Bilderbuchkarriere hingelegt zu haben. Dabei war es anfangs alles andere als einfach und es war vor allem Hartnäckigkeit, Durchhaltevermögen und der Glaube an das eigene Können, das sich letztlich ausgezahlt hat. Gut 22 Jahre liegt es nun zurück, dass die Band Sunrise aus der Taufe gehoben und zehn Jahre später in Sunrise Avenue umbenannt wurde. Ein paar Alben und Welthits wie „Fairytale Gone Bad“ oder natürlich auch „Hollywood Hills“ hatten begeistert, später war es nun an der Zeit eine Zwischenbilanz zu ziehen. So erschien im letzten Jahr das „Best Of“-Album „Fairytale's – Best Of 2006–2014“, das auf Anhieb den Einstieg von Null auf Platz Eins der deutschen Charts schaffte – das erste Mal in der Bandhistorie von Sunrise Avenue. Am 20. Februar erschien das Erfolgsprodukt in einer gänzlich neuen Sonderedition und wird jedes Fan-Herz deutlich höher schlagen lassen. Zusätzlich zu den siebzehn größten Hits der Band (inkl. drei neuer Songs wie bspw. „Nothing Is Over“) gibt es nun eine Doppel-CD\* mit einem ganz besonderen Live-Konzert. Und wieder ging für die Band um den charismatischen, blonden Frontmann Samu Haber ein Kindheitstraum in Erfüllung, denn zum ersten Mal in der langen, erfolgreichen Karriere standen die Finnen gemeinsam mit einem 60-köpfigen Orchester auf der Bühne. Unter der Leitung von Dirigent Ludwig Wicki entstand mit dem 21st Century Orchestra ein ganz außergewöhnlicher, ja fast magischer Moment. Band und Orchester harmonierten auf faszinierende Weise perfekt miteinander und begeisterten das Publikum im ausverkauften Konzertsaal des KKL im Schweizer Luzern. Eigens für die drei exklusiven Konzerte wurden u.a. die größten und emotionalsten Hits der Band-Geschichte neu arrangiert und sorgten so für ein einzigartiges Live-Erlebnis!

\* „Fairytale's – Best Of 2006-2014 (Orchestral Version/Live)“ begeistert mit insgesamt 159 Minuten volle Ladung Sunrise Avenue – Studio- und Liveaufnahmen im orchestralen Rahmen in einer ultimativen Box.

### SUNRISE AVENUE „FAIRYTALES - BEST OF TOUR 2015“

Samstag	23.05.2015
Hannover, Expo Plaza (Einzigste Show mit Orchester)	
Samstag	30.05.2015
A-Wiesen, Festivalgelände Wiesen	
Freitag	19.06.2015
München, Königsplatz (SOLD OUT)	
Samstag	20.06.2015
Leipzig, Völkerschlachtdenkmal (SOLD OUT)	
Sonntag	21.06.2015
München, Königsplatz	
Samstag	04.07.2015
Freiburg, Messe	
Samstag	11.07.2015
St. Goarshausen, Lorely Freilichtbühne (SOLD OUT)	
Samstag	18.07.2015
Berlin, Wuhlheide	
Freitag	24.07.2015
Weilburg, Festplatz Hainallee (NEU)	
Samstag	25.07.2015
Schweinfurt, Willy-Sachs-Stadion	
Donnerstag	06.08.2015
Ludwigsburg, Residenzschloss (SOLD OUT)	
Samstag	15.08.2015
Oberhausen, Open Air Gelände an der König-Pilsener-Arena	
Samstag	22.08.2015
Mannheim, Maimarktgelände	
Dienstag	25.08.2015
Hamburger Kultursommer	





*Frontmann  
Samu Haber (2014)*





Foto: Thomas Aurin

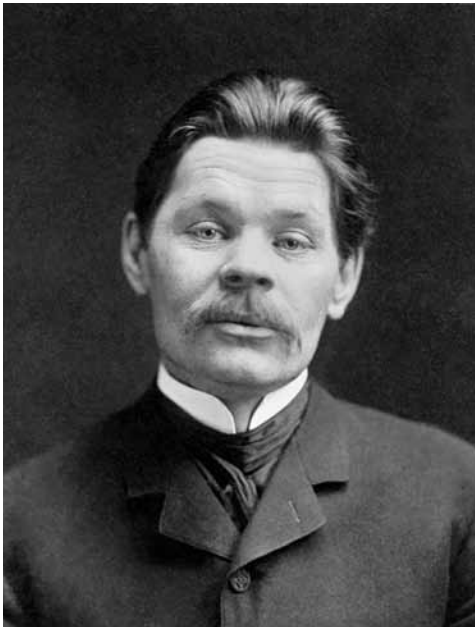
## Das Maxim Gorki Theater

„THEATER DES JAHRES 2014“  
„NACHWUCHSSCHAUSPIELER DES JAHRES“: DIMITRIJ SCHAAD  
„BESTES STÜCK DES JAHRES“: „ES SAGT MIR NICHTS,  
DAS SOGENANNT DRAUSSEN“ VON SIBYLLE BERG

Es ist mit seinen 440 Plätzen das kleinste, schönste, hippste Staatstheater Berlins – und an historisch bedeutendem Ort: das Maxim Gorki Theater, benannt nach dem berühmten russischen Schriftsteller. 1952 als Theater der Gegenwart gegründet, galt „das Gorki“ in seinem Kampf um eine gerechte Gesellschaft für die Ostberliner als kritisch und sogar gefährlich dissident. Politisch spektakulär aktiv war man bereits 1848, als in dem von der Sing-Akademie zu Berlin errichteten Gebäude des heutigen Gorki an einer demokratischen Verfassung gearbeitet wurde - bevor man die frei gewählte Preußische Nationalversammlung schließlich aus der Stadt vertrieb. Und bis heute ist das Haus ein pulsierender Ort aktueller gesellschaftspolitischer Auseinandersetzung in der europäischen Metropole Berlin. Unter innovativer Intendanz und mit einem wundervollen multikulturellen Ensemble fordert das Maxim Gorki Theater auf zur heißen Debatte.







*Links: Maxim Gorki (1868-1936) ist der Namensgeber für das Berliner Theater. Der Russe war Schriftsteller und politischer Aktivist. Foto: Wikipedia*

*Daneben und auf der vorigen Seite sind zwei aktuelle Theaterplakate zu sehen.*

*Unten: Die Intendantin Shermin Langhoff und der Co-Intendant und Dramaturg Jens Hillje.*

*Foto: Esra Rottroff*

**Berlin, nahe Unter den Linden, gleich hinter der Neuen Wache**

Am Festungsgraben 2, 10117 Berlin  
Tel. 030 202210 [www.gorki.de](http://www.gorki.de)

**„Wer sind wir?“**

Das Gorki ist absolut keine „Kunstabspielstätte, kein Repertoirebetrieb“, sondern ein Theater, das etwas sagen will zu sozialen, ökonomischen und politischen Konflikten, zu Flucht, Exil, Einwanderung, zum Zusammenleben auch in Berlin, zum heutigen Menschen und seiner Identität. „Wie sind wir geworden, was wir sind? Und wer wollen wir künftig sein? Kurz: Wer sind wir?“ Brisante Fragen, die Intendantin Shermin Langhoff und Co-Intendant und Dramaturg Jens Hillje, die neuen seit 2013 energetischen und erfolgreichen „Macher“ des Maxim Gorki Theaters, im Spielplan Schauspielern wie Zuschauern zur Diskussion stellen. >





TAMER ARSLAN  
DIMITRIJ SCHAAD



### Schauspieler, die brennen ...

Von hinreißend jungen starken Schauspielern, „... die brennen, die was wollen, die auch für geringe Gagen ein irrsinniges Arbeitspensum abarbeiten, die Begeisterung versprühen“, schwärmt Juror Franz Wille (Fachzeitschrift „Theater heute“) in einem Interview mit Deutschlandradio Kultur. Das knapp 20-köpfige engagierte multiethnische Schauspieler-Ensemble des Gorki stammt aus Deutschland, aus der Türkei, aus Kasachstan, Serbien, Russland, Frankreich und aus Moldawien. Die Israelin Yael Ronen gehört dem Hausregisseur-Team an - und Leiterin Shermin Langhoff ist die erste türkischstämmige Intendantin eines deutschen Staatstheaters. Das Maxim Gorki Theater kommt in seiner Vielfalt einfach überzeugend an – nicht nur bei den Berlinern.

■ Sigrid Tille Fotos: Tille



ALEKSANDAR RADENKOVIC  
MARLEEN LOHSE





*„das  
Wilde (bei  
Schönberg z. B.)  
kann nicht so wild sein  
weils komponiert ist für den  
Spieler der das disziplinieren  
muss (der das Instrument  
nicht beherrscht der kann  
der Wildeste sein)“  
Dieter Roth.*



1



# Und weg mit den Minuten ... Dieter Roth.

DAS WILDE IM MULTIVERSUM VON MUSIK, KUNST UND SPRACHE - WIDER DEN BÜRGERLICHEN WOHLGESCHMACK

2



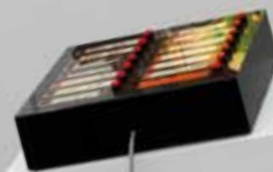
Aufregende Töne aus dem ent-rückten kompositorischen Werk des Universalkünstlers Dieter Roth hallen durch die Räume der „etwas anderen“ spektakulären Ausstellung im Hamburger Bahnhof - Flügel, Orgel, Kassettenrecorder und diverse Audiogeräte. Videos zeigen das skurrile Schaffen, so Roth allein auf der Bühne, viereinhalb Minuten rennt er um einen Flügel, spielt im Akkord-Vorüberlaufen einzelne Töne. Und mit dem ihm eigenen Humor macht er in seiner „Radio Sonate“ die Zeitdauer der Sendung zum Thema des Stücks: „Verdammt, die Zeit geht langsam dahin“ oder „Marschieren wir durch die Minuten hindurch ... Und weg und weg und zack und so und weg.“ Provozierend übertritt der exzentrische Künstler Roth solo oder gemeinsam mit seinen berühmten Künstlerfreunden

konventionelle Seh- und Hörgewohnheiten des bürgerlichen Wohlgeschmacks in frechen Bildern, Kommentaren und auch in der Konzertreihe „Selten gehörte Musik“. Die Ideenwelt des beeindruckenden enfant terrible Roth (1930-1998) war vor allem in den 1980er Jahren in großen Musik- und Schauspielhäusern Deutschlands und der Schweiz präsent. Das etablierte Scheitern wird stets kunstvoll zelebriert.

#### Das außerordentliche Rothsche Multiversum und die Vergänglichkeit

Zu einem seltsam archaischen Ganzen bringt Roth als Verfechter von Musik, Kunst und Literatur die drei Gattungen zusammen - die Musik als Leitmotiv, Schubert, Brahms und vor allem Schönberg besonders geliebt. Sprachlich-musisch setzt er mehrere Briefe und Gedichte in einer „Musikmaschine“ um, so auch in „A Dia-

3



ry“ zur Biennale Venedig 1982. Nicht nur Roths Sprachkunst und seine „unartigen“ Filmprojekte, sondern auch die bildnerische Arbeit in Form von Druckgrafiken, Buchgestaltung und Malerei versetzen den Zuschauer wahrlich ins Staunen: Musikinstrumente in ominösen Reliefs werden mit vergänglichen organischen Objekten wie Schokolade, Wurstscheiben oder Pflanzen virtuos inszeniert. Zu entdecken gilt eines der Hauptwerke: die riesige, monumentale Gartenskulptur, die Roth gemeinsam mit seinem Sohn Björn über Jahrzehnte minutiös in eine raumübergreifende Dimension führte. (Leihgabe aus der Sammlung der Nationalgalerie) Ähnlich imposant und nahezu lebendig: die großräumigen Installationen Bar 1 und Bar 2 (1983-1997), reale gesellige Schankorte für Treff und Trinkgelage und Orte der Produktion zu Lebzeiten des Künstlers. Übrigens veranstaltete Roth im Berlin der 1970er Jahre, im Restaurant Exil in Kreuzberg, regelmäßig mit seinen Wiener Künstlerfreunden u. a. die Berliner Dichterworkshops. Aufsehen erregten zudem die Konzerte „Selten gehörte Musik“.



## Das Quadrupelkonzert

So skurril die Bezeichnung, so eigenwillig und gleichwohl anregend das Quadrupelkonzert: „Nochnichtmusik, Nichtmehr-musik usw., von dem die Musiker vielleicht lernen können, musikalisch ‚zu sprechen‘, aus nichts etwas zu machen, aus etwas etwas anderes zu machen, etwas Persönliches, in diesem Fall Dieterrothes.“ (zit. nach Dieter Roth und die Musik/Quadrupelkonzert, Luzern/Basel/Zug 2014) In diesem, seinem einzigen Quadrupel-Solokonzert 1977 in der traditionsreichen Musik-Akademie Basel bedient sich Roth verschiedenster Instrumente wie Horn, Flügel und Orgel und loopt die Aufnahmen schichtweise übereinander - spannend akustisch zu erleben im Hamburger Bahnhof, Berlin. Selbst der damalige Musikdirektor der Baseler Akademie kommentierte anerkennend den „sehr anderen“ eigensinnig dilettierenden Universalkünstler: „Dieter Roth, der etwas sagen kann zum Thema ‚Musik‘ und ‚Nichtmusik“.

■ Sigrid Tille

Eine Ausstellung des Kunsthaus Zug in Zusammenarbeit mit der Nationalgalerie – Staatliche Museen zu Berlin, der Hochschule für Musik /Fachhochschule Nordwestschweiz, Musik-Akademie Basel und der Edizioni Periferia, Luzern.

• Bis 16. August 2015

Interessant auch das Rahmenprogramm mit Künstler-Führungen und Workshops! Workshop für Erwachsene:

SPIELEN WOLLEN

SOMMERFERIENWORKSHOP für

Jugendliche ab 13 Jahren:

Dieter Roths musikalisches Schaffen kümmert sich nicht um kompositorische Traditionen, sondern inszeniert vielmehr die Situation des schlichten Machens und eröffnet darin die Lust am freien Spiel.

- Und viele andere künstlerische Anregungen und Aktivitäten

## Hamburger Bahnhof – Museum für Gegenwart – Berlin

Invalidenstraße 50/51, 10557 Berlin  
(in Sichtweite zum Berliner Hbf),  
Tel. 030 39783411

Bildnachweise:

1-Dieter Roth: *Stummes Relief/ Silent Relief*, 1984-1988. Zerbrochene Violine, Leim, Acrylfarbe, Marker, Zeichenutensilien, Abfall in Geigenkoffer in Plexiglaskasten, Sammlung Aldo Frei. © Dieter Roth Estate Wirth

2-Dieter Roth: *Bösendorfer Flügel [1906]* (bearbeitet von Dieter Roth). Rechts: Dieter Roth, Vera Privatbesitz. Ausstellungsansicht, Hamburger Bahnhof - Museum für Gegenwart - Berlin. © Dieter Roth & Wirth, Foto: Staatliche Museen zu Berlin/Thomas Bruns

3-Dieter Roth: *Triptychon*, 1979-1981. Privatsammlung Schweiz. Ausstellungsansicht, Hamburger Bahnhof Gegenwart - Berlin. © Dieter Roth Estate Courtesy Hauser & Wirth, Foto: Staatliche Museen zu Berlin



Das Münchener Konzert der Selten gehörten Musik, München 1979  
mit Hermann Nitsch, Christian Ludwig Attersee, Gerhard Rüch, Herbert Hoesmann,  
André Thomkins, Oswald Wiener, Björn Roth, Dieter Schwarz, Heinz Cibulka, Paul Renner,  
Hansjörg Mayer

4-Dieter Roth: *Selten gehörte Musik, Abschöpfsymphonie*.  
Die Abschöpfung, Städtische Galerie im Lenbachhaus,  
Verwendung eines Fotos von Roland Fischer, Dieter Roth Foundation,  
Hamburg. © Dieter Roth Estate (lt. Zug Website)

# Topf sucht Deckel!

WIE (UND WO) SINGLES NACH LIEBE SUCHEN

In Deutschland leben Millionen von Singles. Doch nur die wenigsten sind mit diesem „Zustand“ – neudeutsch „Beziehungsstatus“ genannt – glücklich. Die Partnersuche ist Dreh- und Angelpunkt vieler Wünsche, Träume, Gedanken und Aktivitäten. Manchmal spannend, manchmal peinlich, oft auch aussichtslos.



Dabei gibt es heute viele Orte, sich neu zu verlieben. Nicht nur wie früher in der Bar, im Club, im Büro oder auf der Party von Freunden, sondern eben auch im World Wide Web... der Singlebörse im Internet. Dank Single-Chats, Online-Speed-Dating und Singlebörsen-Portalen ist Online-Dating heute eine durchaus akzeptierte Form der Partnersuche. Und meist auch nicht so teuer wie z. B. Zeitungsannoncen. Ob die Suche aber auch immer so erfolgversprechend ist, wie die Single-Börsen selbst behaupten, steht auf einem anderen Blatt. Laut Untersuchungen der Branche hatte jede sechste Ehe, die 2013 in Deutschland geschlossen wurde, ihren Ursprung bei der Partnersuche im Internet. Überprüfen lässt sich das nicht.

Repräsentativ ist, was die Forsa-Marktforscher herausgefunden haben wollen: Für die Zukunft erwarten knapp zwei Drittel

der Bürger, dass jede dritte Partnerschaft über Onlinedating-Netzwerke entstehen wird. Vor allem Singles können sich diese Entwicklung vorstellen – wohl auch, weil sie bereits heute den meisten Kontakt mit den vielen verschiedenen Dating-Portalen haben.

Sicher ist, auf Onlineportalen einen Partner auszuwählen, erscheint auf den ersten Blick unglaublich einfach und bequem. Die Vorauswahl kann völlig unverbindlich und vom eigenen Sofa aus passieren. Auf den zweiten Blick jedoch offenbaren sich auch Schwächen.

So wird beispielsweise auf der Suche nach dem „perfekten“ Partner meist schnell und oberflächlich ausselektiert.

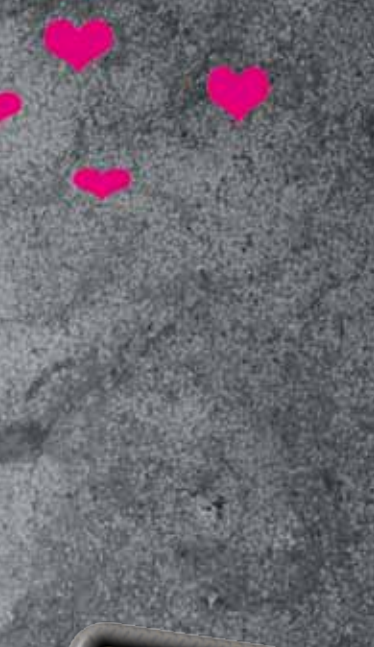
Doch gibt's den „perfekten“ Partner überhaupt? Was zählt, ist oft nur der erste Eindruck, und wer den nicht hinterlässt, ist schnell aus dem Rennen. Aber selbst wenn

ein Kandidat gefunden scheint, geht die Suche oft weiter. Ähnlich wie beim Online-shopping erhofft man sich beim nächsten Klick ein noch besseres Angebot.

Hamburg gilt als Onlinedating-Hauptstadt Deutschlands, dann folgen Berlin, Köln und Hannover. In der Regel steht vor dem Vergnügen (dem ersten realen Date) die virtuelle Arbeit (die Profilerstellung): Aussehen, Charaktereigenschaften und die eigenen Vorstellungen vom Wunschpartner – alles das und manchmal noch mehr muss offengelegt werden.

Der Vorteil: Wer sich die Mühe macht, das Profil zu erstellen, und die Gebühren bezahlt, die bei Kontaktanzeigen-Portalen meist anfallen, der ist auch wirklich auf Partnersuche. Man hat also beim anonymen Gegenüber mit Menschen zu tun, die an Zweisamkeit tatsächlich interessiert sind.





Fotos / Illustrationen: Fotolia



**A**llerdings heißt das nicht, dass man immer die Wahrheit über den anderen erfährt. Beziehungsforscherin Sabine Mehduni aus Hannover: „Es wird online sehr häufig geschwindelt, vor allem von Männern. Manche überschätzen sich einfach auch. Das passiert ja im realen Leben genauso oft.“

Anders als noch vor Jahren leiden die meisten Portale allerdings nicht mehr an großem „Männerüberschuss“. Das führte in der Vergangenheit schnell auf beiden Seiten zur Frustration: bei den Frauen, weil sie mit Dutzenden Kontaktversuchen von Männern, die gar nicht in Frage kamen, überhäuft wurden; bei den Männern, weil auch ihre ehrlichsten Interessebekundungen ignoriert oder genervt zurückgewiesen wurden.

Heute hat sich das Verhältnis zwar nicht umgekehrt, ist aber „gesünder“. Mehr Frauen als Männer sind im Netz auf Partnersuche. Sie sind auch regelmäßiger online, wissen was sie wollen und was nicht.

Sabine Mehduni: „Frauen wollen sehen, mit wem sie es zu tun haben, um vorab abschätzen zu können, ob der Typ, den sie nur virtuell kennengelernt haben, auch kein Blender ist. Genauso wie bei echten Rendezvous ist es beim Online-Dating entscheidend, eine Balance zu finden zwischen einem anonymen und abweisenden Profil und dem kompletten Seelenstrip-tease.“

#### NEWS & INFOS

*Deutschlandweit gibt es über 2500 Internetseiten, die sich auf die Partnersuche spezialisiert haben. Die jeweiligen Ausrichtungen reichen hierbei von klassischen Singlebörsen, mal kostenlos mal kostenpflichtig, bis hin zu reinen Seitensprung-Diensten.*

*Kostenpflichtige Portale ziehen eher Menschen mit Interesse an festen Bindungen an. Von kostenfreien Angeboten unterscheiden sie sich in der Regel auch durch den höheren Altersdurchschnitt ihrer Nutzer.*

*Laut einer Onlinestudie von E-Plus und „best research“ zum Einfluss der mobilen Medien auf Dating und Partnerschaft macht sich der Einfluss des Smartphones auch beim Thema Liebe bemerkbar. So entstehen heute angeblich fast 27 Prozent aller festen Beziehungen über Social-Media-Plattformen.*

*Nicht nur langfristige Beziehungen werden mobil gesucht. Jeder sechste Smartphone-Nutzer hat über Dating-Apps Kontakte aus rein sexuellen Gründen aufgenommen.*



*Foto: Grand Hotel Binz*





# MEDICAL WELLNESS

>>

NEUE LEBENSQUALITÄT UND WOHLBEFINDEN DURCH EINEN GESUNDHEITSBEWUSSTEN LEBENSSTIL

**Z**

ahlreiche Menschen in Deutschland haben bereits erkannt, dass ein gesunder Lebensstil mehr Energie und Lebensqualität bedeutet – und das nicht nur im fortgeschrittenen Alter. So möchten viele ihr individuelles Vitalpotenzial optimal und positiv ausschöpfen und genießen zur Unterstützung ihres körperlichen und seelischen Wohlbefindens die neuen, gesundheitswissenschaftlich begleiteten Medical Wellness-Maßnahmen. Fachgerecht angewandte Medical Wellness-Anwendungen erweisen sich als besonders effektiv zur Prävention

stressbedingter Erkrankungen und zur Behandlung chronischer Beschwerden wie Rückenproblemen, Rheuma, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht und Nikotinsucht. Die Medical Wellness-Programme erwirken nachhaltig ein angenehmes Lebens- und Wohlfühl durch vielfältige Bewegung sowie entspannende Massagen und Aqua-Anwendungen. Besonders beliebt und bewährt im Rahmen von Medical Wellness ist das von erfahrenen Spezialisten angewandte Ayurveda-Konzept.



*Die Kreidefelsen auf Rügen*

*Foto:*

*Tourismuszentrale Rügen*

*Das Binzer Wappen*



### **Gesundheit und Energie im milden Reizklima auf Deutschlands sonnenreichster Insel Rügen**

Aufgrund des sanften Klimas, der belebenden allergenfreien und jodhaltigen Ostseeluft, der langen Sandstrände und der weitläufigen, sauerstoffspendenden Buchenwälder präsentiert sich Rügen als traumhafter gesundheitsfördernder Ort der Extraklasse für Medical Wellness-Anwendungen mit Sport und Bewegung. Dabei scheint die Sonne auf der Insel fast 2000 Stunden durchschnittlich pro Jahr. Angenehme Temperaturen bietet Rügen seinen Besuchern während des gesamten Jahres: Bereits im März können bis zu 20° C gemessen werden, ab Mai schon mal bis zu 30°C. Und an 65 Stunden pro Jahr, in sonnenreichen Jahren bis zu 100 Tagen, scheint die Sonne ununterbrochen.

### **Das historische Seebad Binz – Highlight für Medical Wellness**

Die frische Seeluft des mediterranen Binz aktiviert den Körper und begeistert die Seele, der Stoffwechsel wird angeregt und die Abwehrkräfte werden gefördert. Bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts entdeckte die feine großbürgerliche Gesellschaft das Seebad Binz als vorzügliche Sommerresidenz. Sommervillen in weißer Bäderarchitektur entstanden mit verzierten Balkonen und mediterranem Flair. So glänzt bis heute das historische Seebad mit traumhaften Villen in heller graziler Bäderarchitektur und einer 370 Meter weit ins Meer reichenden Seebrücke. Binz – schwärmerisch bezeichnet als das „Sorrent des Nordens“.





### **Aktiv-Kurse, Sanddorn- und Bernsteinmassagen, Rügener Heilkreide**

Der kilometerlange feinsandige Strand, die bizarre Felsküste und zudem das große Waldgebiet der Granitz bieten ideale Voraussetzungen für reichlich Fitness und Spaß: Joggen, Wandern, Nordic Walking am Strand, in den Wäldern und entlang der Felsküste und/oder per Fahrrad zu tollen Aussichtspunkten. Beliebt sind die kostenlosen Aktiv-Kurse am Strand. Auch Wassersportbegeisterte kommen im sommerlichen Binz voll auf ihre Kosten: Wasserski, Bananenreiten, Reifen-Tubing, Treetbootfahren, Segeln und Surfen bei hervorragender zertifizierter Wasserqualität. Und verstärkend bei den Bade- und Medical Wellness-Anwendungen im Seebad Binz wirken die einheimischen Produkte: Sanddorn- und Bernsteinmassagen oder auch die wohltuend allergenfreien mineralstoffreichen Heilkreide-Packungen und -Bäder mit einem basischen pH-Wert. Bereits 1910 wurde das Naturprodukt Heilkreide im Ostseebad mit seiner wohltuenden Wirkung erfolgreich für Bäder mit beruhigender Wirkung eingesetzt. Und in den erstklassigen Hotels des Seebades Binz hat man sich auf die Gesundheit der Gäste mit umfangreichen und individuell angepassten Medical Wellness-Programmen bestens eingestellt. >>

*Foto links: Rugard Strandhotel*

*Foto oben: Free Wallpaper*





# Das Vier Sterne Superior Rugard Strandhotel in Binz

MEDICAL WELLNESS IM RUGARD ROYAL SPA – „PREMIUM SPA SELECTION“  
PRÄDIKAT „EXZELLENT“



Einfach paradiesisch ist die Wellness-Oase des exklusiven Rugard Strandhotel! Ausgezeichnet mit dem Wellness & SPA Gütesiegel erwartet den Gast in diesem erstklassig persönlich geführten TOP-Hotel mit freiem Blick auf den Sandstrand und die Weite der Ostsee eine der schönsten und größten Wellness-Anlagen Rügens. Faszinierend und abwechslungsreich ist die traumhafte 3000 qm große Pool- und Wasserwelt. Hier erfährt der Gast Regeneration und Entspannung pur in einer einmaligen unterschiedlich temperierten Badelandschaft in orientalischem Ambiente mit geschmackvoll designten Sauna- und Ruheräumen.

Das ausgebildete SPA-Team des Rugard Strandhotel verwöhnt den Gast mit klassischen Massagen, Hot-Stone-Massagen, Körperbädern, Körperpackungen und dem Serailbad mit fünf verschiedenen Schlämmen sowie wirkungsvollen ayurvedischen Behandlungen. Außerdem sorgen in der Beauty-Farm erfahrene Kosmetikerinnen mit edlen Produkten und ausgleichenden Gesichtsbearbeitungen auch für das äußere Wohlbefinden des Gastes.

Der Rugard Royal SPA und Beauty SPA wurde durch den Deutschen Wellness Verband e.V. für 2012-2014 mit dem Deutschen Wellness Zertifikat der Kategorie PREMIUM und dem Prädikat „Exzellent“ ausgezeichnet.

Fotos: Rugard Strandhotel

Salzwasserpool mit Gegenstromanlage	16 x 8 m	28°C
Finnische Bio- Sauna		95°C
Bio- Kräutersauna		55°C
Römische Steinsauna		55°C
Tepidarium		39°C
Laconium		75°C
Edelstein- Dampfgrotte		45°C
Erlebnis- Schneckenduschen, Kneippgang, Fußsprudelbecken, Ruheräume		



# Fünf Sterne Grand Hotel Binz - Medical Wellness der Extraklasse



DAS ÄRZTLICH BEGLEITETE AYURVEDA-KONZEPT IM AUTHENTISCHEN THAI-BALI SPA  
AUSZEICHNUNG: „EUROPAS BESTE WELLNESS-ANLAGE“

Das extravagante Grand Hotel Binz, am exklusivsten Teil der Binzer Strandpromenade gelegen, bietet dem Gast eine symbiotische Verbindung asiatischer und europäischer Medical Wellness-Anwendungen. In dem authentischen Thai-Bali SPA mit seiner feinen orientalischen Atmosphäre, gestaltet nach dem Entwurf des Architekten Chantaka Puranananda, Enkel des Thailändischen Königs Rama V., findet man zu vollkommener innerer und äußerer Balance. Ausführliche individuelle gesundheitliche Beratung, Behandlung und Begleitung erfährt der Gast im Rahmen des speziellen Grand Med Concept durch den **Arzt und Ayurveda-Spezialisten Dr. Raghavendra Shetty**. Dabei basiert das ganzheitlich orientierte Ayurveda-Konzept auf dem Ineinandergreifen aller Ebenen des Körpers, des Geistes und der Seele und kann auf sehr positive Weise das Leben verändern. Zudem ist das ayurvedische Behandlungsprogramm mit seinen vielfältigen Massagen, Öl- und Kräuterbehandlungen ausgesprochen immunstärkend, stoffwechselfördernd und regenerierend - eine wunderbare Auszeit für den Körper. „Insbesondere zur Genesung bei chronischen Beschwerden wie Rücken- und Bandscheibenproblemen, Gelenkbeschwerden, Migräne, Hautproblemen und Lähmungserscheinungen nach Schlaganfällen sind die klassischen indischen Ayurveda-Behandlungen mit den speziell ausgewählten Kräutern und Ölen ausgesprochen wirksam“, so Dr. Shetty vom Grand Hotel Binz. Komplettiert wird das Ayurveda-Gesundheitskonzept durch individuelles Yoga-Coaching, indische Meditation und Atemtechnik mit geistigen und körperlichen Übungen. ■ *Sigrid Tille* *Fotos: Grand Hotel Binz*







DIE TRAUMHAFTE LUXUS-DESTINATION AUF RÜGEN  
**Das Fünf Sterne Grand Hotel Binz**  
ZERTIFIKATSGEWINNER 2014 FÜR EXZELLENZ!

**Exklusiv erleben und genießen!**

Sie wünschen ein absolutes Spitzenhotel mit hervorragendem Service, extravaganter Großzügigkeit und direktem Blick auf die smaragdfarbene Ostsee? Am ruhigsten und romantischen Endpunkt der Binzer Strandpromenade gelegen, bietet Ihnen das exklusive Grand Hotel Binz alles, was Ihr Urlaubs-Herz begehrt! Die traditionelle Bäderarchitektur des Fünf Sterne Hauses in modernem Design, das stilvolle Restaurant RUIANI mit der herrlichen Sonnen-Terrasse und der einzigartige originale Thai-Bali SPA, ausgezeichnet als „Europas beste Wellness-Anlage“, lassen Sie in schöner maritimer Atmosphäre vollends chillen und relaxen. Das freundliche Team des Fünf Sterne Grand Hotel Binz heißt Sie herzlich willkommen!





## Kulinarisches im chicen Restaurant RUIANI Speisen auf der herrlichen Sonnen-Terrasse Erfrischende Cocktails in der Bar „Shaker’s“

**Frühstücken Sie im Freien auf der sonnigen Terrasse!** Und auch für Langschläfer und Nachtteulen ist mit einem reichhaltigen späten Frühstücksbüffet im RUIANI gesorgt.

**Zum Lunch oder Dinner:** Die Köstlichkeiten der leichten gesunden Küche des Restaurant RUIANI werden vorzugsweise

mit frischen Produkten der Region kreiert – empfohlen im Großen Restaurant & Hotel Guide 2014. Besonderer Tipp: klassische Flambées, am Tisch zelebriert. Dazu erlesene Weine der verschiedensten Regionen Deutschlands!

**Am Nachmittag** werden Sie auf der eleganten Sonnen-Terrasse mit Kaffee und

unwiderstehlich leckerem Kuchen aus der Konditorei verwöhnt.

**Abends** empfängt Sie die Bar „Shaker’s“ bei Live-Musik und guter Stimmung in gemütlicher Atmosphäre. Dabei werden Ihnen neben ausgewählten Whiskey- und Rumspezialitäten erfrischende und schmackhafte Cocktail-Kreationen gemixt.



EUROPAS BESTE WELLNESS-ANLAGE

# Besinnung, Entspannung und Gesundheit im einzigartigen Thai-Bali SPA Das Paradies für Ayurveda und Thai Wellness

Wenn sich die original thailändischen Tempeltüren im Grand Hotel Binz öffnen, dann befinden Sie sich in einer symbiotischen Verbindung asiatischer und europäischer Wellness-Kultur, dem wunderbaren Private Palace Thai-Bali SPA. Hier werden Sie begleitet von dem erfahrenen indischen Arzt und Ayurveda-Spezialisten Dr. Raghavendra Shetty und professionell geschulten Mitarbeitern. Die vielfältigen, im Rahmen der ayurvedischen Anwendungen speziell auf Ihre Gesundheit zugeschnittenen Massagen, Öl- und Kräuterbehandlungen sorgen für eine außergewöhnliche Tiefenentspannung, stärken dabei Ihr Immunsystem, fördern Ihren Stoffwechsel und regenerieren nachhaltig. Zudem

können Sie sich im großen Swimmingpool des Well Being SPA vergnügen, im Fitnessraum trainieren und unter Anleitung eines Trainers Ihre Kondition optimieren. Lassen Sie sich ihr individuelles Wellness-Programm zusammenstellen. Viel Spaß!

■ Sigrid Tille      Fotos: Grand Hotel Binz



**Das Grand Hotel Binz hält ganzjährig attraktive Specials und Sonder-Arrangements für Sie bereit. Stöbern Sie doch einfach einmal unter [www.grandhotelbinz.de](http://www.grandhotelbinz.de)** Weitere Informationen erteilt Ihnen gern das freundliche Team des **Grand Hotel Binz**

Strandpromenade 7, 18609 Binz / Rügen  
Tel: 038393 15-0  
[info@grandhotelbinz.com](mailto:info@grandhotelbinz.com)  
[www.grandhotelbinz.de](http://www.grandhotelbinz.de)

*„May all be happy, May all be healthy,  
Through nature's Cradle Ayurveda.“  
Dr. Raghavendra Shetty*





# Willkommen zu Hause!



Private  Palace  
Strandhotel Arkona  
★★★★★



Private  Palace  
Strandhotel Rugard  
★★★★★



Private  Palace  
Cha-Am



Private  Palace  
Marrakech



Private  Palace  
Grand Hotel Binz  
★★★★★



Private  Palace  
Strandhotel Glowe  
★★★★★



Private  Palace  
Sporthotel Wildstrubel



Private  Palace  
Budapest

Private  Palace  
Hotels & Resorts  
★★★★★

*Your home is your Palace!*

Kontakt weltweit: [www.privatepalacehotels.com](http://www.privatepalacehotels.com) Deutschland: 038393-550





MICHELIN STERNEKOCH OLIVER PFAHLER IN RESTAURANT RUGARD  
WELLNESS-KULTUR PAR EXCELLENCE

UNVERGESSLICHE URLAUBSTAGE IM

## Vier Sterne Superior Rugard Strandhotel in Binz – direkt am Meer

Das großartige Superior Rugard Strandhotel am langen weißen Sandstrand der Binzer Bucht ist ein wahres Paradies für anspruchsvolle Gäste in bezaubernder Umgebung. Stilvolles Interieur sorgt für Entspannung und Harmonie in maritimem Ambiente. Die große Terrasse, verzierte Balkone mit Blick auf die Ostsee und das herrlich lichtdurchflutete Bernsteinrestaurant, das mit dem Panorama-Aufzug direkt von der Strandpromenade zu erreichen ist, verleihen dem Luxus-Hotel eine wunderbar mediterrane Atmosphäre. Zudem ist in diesem privat geführten Vier Sterne Superior Haus die Kunst der Gastfreundschaft geradezu perfektioniert.

Das freundliche Team des Rugard Strandhotel erteilt Ihnen gern weitere Informationen.

Strandpromenade 62, 18609 Binz / Rügen, Tel. 03839356-0, [www.rugard-strandhotel.de](http://www.rugard-strandhotel.de)







**Bon Appétit mit Michelin Sternekoch Oliver Pfahler im Restaurant Rugard!**

**Mit traumhaftem Blick auf die Binzer Bucht**

Das exklusive Restaurant Rugard ist der wahre Geheimtipp auf der Insel Rügen. Hier verzaubert Sternekoch Oliver Pfahler als Maître de Cuisine seine Gäste mit kulinarischen Köstlichkeiten. Dabei beschreitet der Spitzenkoch geschmacklich neue Wege und kreiert spannende Speisen mit typisch französischer Note. Für den Sternekoch ist das Restaurant Rugard „Eine echte Perle hoch oben, mit Blick auf die Binzer Bucht. Klein und fein. Ganz ohne Dresscode.“ Und ein Geschmacks-Erlebnis nicht nur für Gourmets!



## Wellness-Kultur par Excellence Der besondere SPA de luxe

**Ein Refugium für Körper und Geist:** die über 3.000 qm große Badelandschaft mit diversen Saunen, Dampfbädern und Ruheräumen und einem wahrhaft groß dimensionierten Salzwasserpool mit Gegenstromanlage - bei fachlich geleiteter Wassergymnastik. Edle Materialien und Mosaik mit antiken und orientalischen Stilelementen laden ein zu einem Bade- und Saunaerlebnis, wie es die Römer zu Cäsars Zeiten pflegten. Ein ausgebildetes SPA- und Beauty-Team verwöhnt den Gast mit wohltuenden Massagen, Packungen und kosmetisch hochwertig pflegenden Körper- und Gesichtsbehandlungen. Der besondere SPA de luxe des Vier Sterne Rugard Strandhotels wurde ausgezeichnet mit dem Wellness & SPA Europa Gütesiegel „Premium SPA Selection“. ■ *Sigrid Tille* Fotos: *Rugard Strandhotel*

**Und am Abend ist Rugard's STÖRTEBEKER BAR angesagt - bei stimmungsvoller Live-Musik und tollen Cocktails.**





IM FÜNF STERNE GRAND HOTEL BINZ AUF RÜGEN



# Fasten nach Buchinger - im schönsten maritimen Ambiente

FÜR GESUNDHEIT, WOHLBEFINDEN UND ZUR AKTIVIERUNG NATÜRLICHER LEBENSENERGIEN

Die klare Luft der Ostsee und die am exklusiven Grand Hotel Binz angrenzenden Buchenwälder der Granitz bieten die beste natürliche Basis zur Stabilisierung und Regeneration der Gesundheit. Neuerdings können sich die Gäste des Fünf Sterne Grand Hotel Binz im ruhigen luxuriösen Ambiente des Hauses auch auf das gesunde Fasten angenehm und intensiv konzentrieren.

## Fasten – der Weg zur Gesundheit

Fasten befreit Körper und Seele vom Ballast des alltäglichen Lebens, verhilft zu neuer Energie durch den zeitlich begrenzten Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel und unterstützt dabei Stoffwechsel und Gewichtsabnahme. Fasten bedeutet Reinigung von belastenden Stoffen und gibt den Impuls für eine gesundheitsbewusstere Lebensführung. Es sorgt für neue Frische und ein beflügeltes inneres und äußeres Wohlbefinden - bewährt durch eine lange Tradition.

## Die Fastenkur im Grand Hotel Binz – Grundlage für einen gesunden Lebensstil

Das Grand Hotel Binz bietet seinen Gästen im Rahmen des Grand Med Concept ein spezielles Fasten-Arrangement. Nach dem Anreisetag folgen 5 Fastentage mit frischen Suppen, Obst- und Gemüsesäften und Fastentee. Am 6. Tag wird den Gästen ein extra abgestimmtes Aufbau-Menü serviert. Das sanfte abwechslungsreiche Sport- und Bewegungsprogramm unter fachlicher Anleitung aktiviert, unterstützt und ergänzt den Erfolg der Fastenkur: Fastenwandern am Ostseestrand, Nordic Walking, progressive Muskelentspannung, Meditation und Yoga. Außerdem steht den Gästen während der Fastenkur zur vollständigen Entspannung der wunderbare THAI BALI SPA unter der Leitung des indischen Ayurveda-Arztes Dr. Shetty zur Verfügung - Auszeichnung als „Europas beste Wellness-Anlage“.

■ *Sigrid Tille*

Weitere Informationen, auch über das genauere Tagesprogramm, erteilt Ihnen gern das freundliche Team des Grand Hotel Binz.  
Strandpromenade 7 • 18609 Binz / Rügen • Tel: 038 393 15 0 • E-Mail: [info@grandhotelbinz.com](mailto:info@grandhotelbinz.com) • [www.grandhotelbinz.de](http://www.grandhotelbinz.de)







# Veranstaltungen im Ostseebad Binz auf Rügen

Freitag, 15.05.2015

09.00 Uhr, Hauptstraße

## 14. Rügenclassics - Oldtimer-Rallye auf Rügen

9 Uhr Fahrzeugaufstellung, 10 Uhr Präsentation und Starts, 16 Uhr Zieleinlauf, 18 Uhr Abendausfahrt; [www.ruegenclassics.de](http://www.ruegenclassics.de)

Samstag, 13.06.2015 – 14.06.2015

20.00 Uhr, Kurplatz/Promenade Schmacher See/Hotels und Restaurants in Binz

Konzert/Live-Musik

## 19. Blue Wave Festival auf Rügen

[www.bluewave.de](http://www.bluewave.de)

Samstag, 13.06.2015 und an allen folgenden Samstagen des Sommers 2015

21.00 Uhr, Grand Hotel Binz, Strandpromenade 7, Bar Shakers

## Konzert/Live-Musik, Barmusik

Sonntag, 21.06.2015

10.00 Uhr, Strand

## Beachcup 2015

Landesmeisterschaft M-V im Beachvolleyball; Turnierserie für Damen- und Herren-Beachvolleyball-Duos an 9 Spielorten in M-V; Teilnahme für Freizeitsportler am C-Cup

Samstag, 27.06.2015 ... und an vielen weiteren Terminen:

10.15 Uhr, Treff: Haus des Gastes, H.-Heine-Str. 7

## Hanomag Jeep-Safari: Jasmund

Auf den Spuren der Kreide und Steinzeit, inkl. Mittag, Anmeldung unter Tel. 0171-7430964

Samstag, 04.07. u. 11.07. u. 01.08.2015

18.00 Uhr, Grand Hotel Binz, Strandpromenade 7

## Kulinarisch - Mecklenburger BBQ-Bufferet

mit Lavasteingrill, auf der Sonnenterrasse oder im Restaurant RUIANI (bis 22 Uhr)

Samstag, 18.07.2015

09.00 Uhr, Strand unterhalb des Kurplatzes

## Smart beach tour 2015 - smart super cup Binz

Qualifikationsturnier zu den Deutschen smart Beach-Volleyball-Meisterschaften

Samstag, 01.08.2015

10.00 Uhr, Jagdschloß Granitz

## Binzer Schlossfest

Mittelalterspektakel rund um das Jagdschloß Granitz

Samstag, 01.08.2015 und 08.08.2015 und an

weiteren Samstagabenden

18.00 Uhr, Grand Hotel Binz, Strandpromenade 7

## Kulinarisch - Cocktailabend mit Livemusik auf der Sonnenterrasse (bis 23 Uhr)

Dienstag, 04.08.2015

10.00 Uhr, Tennisplatz am Klünderberg -

Fitness/Sport

## Binzer Tennis-Doppel / Mixed-(Spaß)Turnier

Anmeldung: [rm.binz@hapimag.com](mailto:rm.binz@hapimag.com)

Freitag, 07.08.2015 - 09.08.2015

11.00 Uhr, Kurplatz

## Binzer Seebrückenfest

Livemusik und Unterhaltung mit Feuerwerk auf dem Kurplatz

Freitag, 14.08.2015 – 18.08.2015

16.00 Uhr, Promenade am Schmacher See

## Weinfest am Schmacher See

Samstag, 29.08.2015 – 30.08.2015

12.00 Uhr, Kurplatz/Hauptstraße/Promenade Schmacher See

## 9. Duckstein Festival Binz

Kunst, Kultur & Kulinarisches auf dem Kurplatz

[www.duckstein-festival.de](http://www.duckstein-festival.de)



# Ran an den Speck!

WARUM DIE MEISTEN DIÄTEN ÜBERFLÜSSIG SIND



**Haben Sie schon alle Ihre tollen Neujahrsvorsätze über Bord geworfen? Auch den Vorsatz, endlich mehr für die Gesundheit und gegen überflüssige Pfunde zu tun? Wenn ja, stehen Sie zumindest nicht allein damit.**

**F**akt ist: Die Deutschen sind zu fett. Jeder zweite hat Übergewicht. Jedes Jahr nehmen sich daher viele Millionen in der Silvesternacht vor, endlich einige Kilogramm abzuspecken, doch an der Umsetzung hapert es bei den meisten. Schließlich wird der gute Vorsatz erst verschoben, dann ganz verworfen.

Das liegt allerdings nicht immer nur an den Abnehmwilligen und deren mangelhafter oder gar nicht erst vorhandener Disziplin, sondern auch an dem undurchsichtigen Diäten-Dschungel, durch den man sich erst durchkämpfen muss. Was wirkt überhaupt, was ist totaler Schwachsinn? Anders gefragt: Welche Diät ist denn jetzt die Richtige?

Schlank im Schlaf, Trennkost, Eiweißdiät, Kohlsuppen-Kur, Brigitte-Diät, ein Programm bei den Weight-Watchers oder etwa doch das Abnehmprogramm „10 Weeks Body Change“ von Detlef D! Soost?

Nehmen wir das Programm des tanzenden Waschbrettbauchträgers: Soost stammt aus Ost-Berlin und machte einst eine Ausbildung zum Werkzeugmechaniker. Seinen übergewichtigen Jüngern verkündet er im Brustton der Überzeugung: „I make you sexy“ – vermutlich, weil er sich selbst dafür hält. Bereits in 10 Wochen sei man mit seinem Programm deutlich schlanker, so Soost.

Für viele offensichtlich genau das, was sie hören wollen. Und so werden die Videobotschaften von Detlef D! Soost ohne Ende gekauft. Ob die Speck-Weg-Videos aber wirklich helfen? Wie heißt es unter Ernährungsexperten: Fett werden geht von alleine, Abnehmen ist eine Kunst für sich und keine, die man quasi im Vorübergehen erlernen kann...

Mit anderen Worten: Diäten zur schnellstmöglichen Gewichtsabnahme haben eines gemeinsam: Sie lassen zunächst die Pfunde purzeln, aber hinterher wiegt man so

gar noch mehr als vorher. Denn wer nur für kurze Zeit sein Ernährungsverhalten umstellt, hat an der Ursache des Übergewichtes nichts verändert.

Leider muss man gegenüber fast allen Diäten skeptisch sein. Sie versprechen zu viel und halten zu wenig. Wer dauerhaft abnehmen möchte, kommt um eine Ernährungsumstellung und zusätzliche Bewegung nicht umhin. Wer Fettpölsterchen hingegen mit einer Gewaltkur zu Leibe rücken möchte, wird sie früher oder später wieder genau dort vorfinden, wo sie ursprünglich einmal waren.

Menschen, die immer wieder am Abnehmen scheitern, kann man in zwei Gruppen einteilen. Die erste Gruppe umfasst diejenigen, die zu viel in zu kurzer Zeit wollen. Die Menschen aus dieser Gruppe versuchen sich an Hungerkuren und irgendwelchen Radikal-Diäten, scheitern damit allerdings langfristig.



**D**ie zweite Gruppe wiederum umfasst die Menschen, die eine geheime Wunder-Diät („I make you sexy“ & Co.) oder eine sonstige geheime Abkürzung auf dem Weg zum Traumgewicht suchen. Die meisten Menschen aus dieser Gruppe wollen im Grunde eigentlich gar nichts verändern und trotzdem Erfolge vorweisen können. Auch so funktioniert es natürlich nicht.

Keine der beiden Gruppen kann jemals langfristig Erfolg haben, egal was wer auch immer ihnen verspricht. Das Problem mit den Hungerkuren und Wunder-Diäten ist, dass einige dieser Methoden kurzfristig sogar funktionieren und damit einen Erfolg suggerieren, der dauerhaft nicht haltbar ist. Temporäre Crash-Diäten wirken immer nur solange man sie auch durchzieht. Und im Anschluss folgt unausweichlich der berühmte Jo-Jo-Effekt, der alles nur noch schlimmer macht. Was also tun?

„Entscheidend ist immer die Gesamtmenge an Kalorien, die man täglich zu sich nimmt“, sagt Ökotrophologin Birgit Stemmenthaler. Diese Gesamtkalorienmenge sollte deutlich geringer sein als die Energiemenge, die der Körper verbrennt. „Nur durch dieses Minus ist der Körper gezwungen, auf seine Fettreserven zurückzugreifen und man nimmt ab.“ Im Idealfall sollte regelmäßig Sport dazukommen, denn Bewegung unterstützt den Fettabbau.

Den Energieverbrauch von sportlicher Betätigung sollte man allerdings auch nicht überschätzen, mahnt die Expertin: „Für eine Tafel Schokolade muss man eine Stunde joggen oder zwei Stunden zügig schwimmen.“ Deswegen sei es unbedingt wichtig, zusätzlich zum Sport auch die zugeführte Energiemenge zu reduzieren.

Wer Pfunde nachhaltig verlieren will, muss sich mit seinem Speiseplan wohlfühlen und satt werden. Andernfalls lässt sich eine Diät kaum lange durchhalten. Im Sommer ist das Kalorien einsparen

>>



**m**eist nicht so schwer, denn das Angebot an frischen Früchten und Gemüse ist umfangreich. Außerdem ist der Appetit bei Wärme nicht so groß. Bei kühleren Temperaturen steigt dagegen das Verlangen nach wärmenden, deftigen Speisen – die oft sehr gehaltvoll sind.

### Süßstoff statt Zucker?

Zucker gerät meist als erstes ins Visier der Diät-Willigen und wird gerne durch Süßstoff ersetzt. Nicht immer führt das automatisch auch zur Gewichtsreduktion. Denn Süßstoffe werden künstlich hergestellt. Der eigene Zuckerstoffwechsel weiß zunächst nicht, was er damit anfangen soll, die Verdauung bereitet sich aber auf die Verwertung von Zucker vor. Da Süßstoff aber keinen Energiewert hat, läuft der Stoffwechsel ins Leere. Die mögliche Folge: Der Appetit wird eher noch angeregt.

### „Low Carb“

Viele schwören darauf, weniger Kohlenhydrate zu essen, um Gewicht zu verlieren; „Low Carb“ ist einer der großen

Diät-Trends der vergangenen Jahre. Hintergrund ist eine einfache biologische Wahrheit: Die Energie, die der Körper nachts benötigt, holt er sich in einem ersten Schritt über die Kohlenhydrate, die tagsüber verzehrt wurden und greift erst dann auf die Fette zurück. Wer auf Kohlenhydrate weitgehend verzichtet, zwingt den Körper somit, überflüssiges Fettgewebe schneller abzubauen. Die Kehrseite: Wer sich kohlenhydratarm ernährt, erhöht im Gegenzug oft die Menge an tierischen Lebensmitteln. Doch dies ist der Gesundheit nicht zuträglich: Eine hohe Zufuhr an Eiweiß ist bedenklich für Menschen mit Nieren- und Leberproblemen.

### Die BMI-Formel

Mit dem Body-Mass-Index (BMI) findet jeder angeblich ganz leicht heraus, ob das eigene Gewicht tatsächlich vom Ideal für die jeweilige Körpergröße abweicht. Doch der BMI erlaubt nur eine erste grobe Einschätzung. Wer viel Muskelmasse besitzt, kann z.B. einen hohen BMI haben ohne übergewichtig im eigentlichen Sinne zu

sein. Auch sagt der BMI nichts über die Verteilung des Körperfetts aus.

Der BMI wird nach folgender Formel berechnet: Körpergewicht (in kg) geteilt durch Größe (in m) zum Quadrat.

Beispiel: Sie sind 1,75 Meter groß und 80 Kilogramm schwer.

Dann rechnen Sie:  $1,75 \times 1,75 = 3,06$ .

Teilen Sie jetzt ihr Gewicht durch diesen Wert.

Ergebnis:  $80 : 3,06 = 26,1$  oder abgerundet 26 ist Ihr Body-Mass-Index (BMI).

BMI-Klassifizierung der Weltgesundheitsorganisation (WHO):

18,5 - 24: Normalgewicht

25 - 29: Übergewicht

30 - 34: Adipositas (Fettleibigkeit) Grad I

35 - 39: Adipositas Grad II

ab 40: Adipositas Grad III

Fotos: Fotolia







DR.MED.DENT. MSc MSc MDSc

**SIMONE KRÖLY**  
ZAHNÄRZTIN



*Sei du selbst!  
Alle anderen sind  
bereits vergeben.*

OSCAR WILDE

LEISTUNGSSPEKTRUM

- CRANIOMANDIBULÄRE UND MUSKULOSKELETTALE MEDIZIN (CMM)
- PARODONTALBEHANDLUNGEN
- LASERTHERAPIE
- METALLFREIER ZAHNERSATZ
- FESTSITZENDER ZAHNERSATZ
- VENEERS / NON-PREP-VENEERS
- ÄSTHETISCHE ZAHNMEDIZIN
- PROPHYLAXE / BLEACHING
- IMPLANTATE
- KNOCHENREGENERATION
- SCHIENENTHERAPIEN
- DVT
- KINDERZAHNHEILKUNDE
- AMBULANTE OPERATIONEN
- HAUSBESUCHE
- ROLLSTUHLGERECHTE PRAXIS
- FACHLABOR DEUTSCHER MEISTERBETRIEB
- ALLE KASSEN

**GERN VEREINBAREN WIR IHREN BERATUNGSTERMIN. 0511 / 33 60 941**

MASTER OF SCIENCE IMPLANTOLOGIE · MASTER OF SCIENCE ORALCHIRURGIE · MASTER OF DENTAL SCIENCE CRANIOMANDIBULÄRE UND MUSKULOSKELETTALE MEDIZIN · ZERTIFIZIERTE TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE: PARODONTOLOGIE · IMPLANTOLOGIE

HOHENZOLLERNSTRASSE 31 · 30161 HANNOVER · TELEFON 0511 / 33 60 941 · INFO@DR-KROELY.DE · WWW.DR-KROELY.DE

# Die Klinik am Zuckerberg

VON DER SCHÖNEN GRÜNDERZEIT-VILLA DER STADT BRAUNSCHWEIG  
ZUM RENOMMIERTEN VENENZENTRUM



## **E**in Glücksfall für die Attraktivität der Stadt

Die großzügige Villa im neobarocken Architekturstil wurde 1913 als Wohnhaus der Bauunternehmerfamilie Munte erbaut. 1929 erwarb die Stadt Braunschweig das repräsentative Gebäude als Gästehaus und Gesellschafts-Adresse für offizielle Zusammenkünfte und Feierlichkeiten. Zu Beginn der 1980er Jahre gab die Stadt das Haus auf und Historiker, Heimatpfleger und Bürger sahen das kulturhistorische Bauwerk in den folgenden Jahren zusehends verfallen. Dr. Michael J. Hutter, Phlebologe und Geschäftsführer des Venenzentrums Braunschweig, erkannte und schätzte Bestand, Originalität und Schönheit der Architektur der Gründerzeit-Villa. Der private Investor entschied sich mit großem persönlichem Einsatz, das Gästehaus unter umfangreichen Auflagen des Denkmalschutzes als exklusive Klinik mit stilvollem Parkrestaurant der Stadt und den Bürgern zu erhalten.

### **Medizinische Fachbereiche – Spezialisierung und Perfektion**

„Erfolg und Perfektion werden nur durch konsequente Spezialisierung

auf ein medizinisches Fachgebiet erreicht.“, so der Ärztliche Direktor der Klinik am Zuckerberg, Dr. med. Michael J. Hutter. Der hohe medizinische Standard der Klinik gründet auf der Erfahrung spezialisierter Fachärzte und wird durch ständige Weiterbildung und Qualitätskontrollen gesichert. Mit ihren umfassenden medizinischen Kenntnissen stehen die hochqualifizierten Spezialisten unter der Leitung des Chefarztes Dr. med. Paul von den Driesch im Dienste der Gesundheit ihrer Patienten. Operationsräume auf dem neuesten Stand der Technik und die Intensivüberwachungsstation mit eigenen Anästhesisten garantieren optimale Sicherheit. In modern eingerichteten Patientenzimmern, betreut von ausgebildetem Pflegepersonal und kulinarisch umsorgt von der klinikeigenen Hotelküche, können sich die Patienten vollends auf ihre Gesundung konzentrieren.

**Medizinische Fachbereiche:** Venenheilkunde, Visceral- und Gefäßchirurgie, Orthopädie und Sporttraumatologie, Gynäkologie, Urologie, Chirurgie (Enddarm, Schilddrüse), Chirurgie (Fuß), HNO, Anästhesie, Schmerztherapie, Plastisch-Ästhetische Chirurgie, Lasertherapie



# Spitzen-Kompetenz in der Therapie von Venenleiden

Bei Top-Behandlungsqualität großer Krampfaderleiden steht das Zentrum für Venenheilkunde der Klinik am Zuckerberg u. a. mit den meisten Laser-OPs deutschlandweit mit an der Spitze. „Die guten medizinischen Ergebnisse und die zahlreichen Patienten zeichnen von der kompetenten Behandlung bis zum zuvorkommenden Patienten-Service ein hervorragendes Bild.“, so der Ärztliche Direktor Dr. Michael J. Hutter. Behandlungsfreiheit, modernste Diagnosemöglichkeiten und effiziente Therapien auf höchstem Qualitätsstandard dürfen die Patienten der Klinik jederzeit erwarten – ambulant, stationär und einschließlich der Versorgung mit notwendigen Hilfsmitteln.

## Der Patient im Mittelpunkt

Im Venenzentrum der Klinik am Zuckerberg - Leitung Chefarzt Dr. med. Paul von den Driesch, Facharzt für Chirurgie und Gefäßchirurgie - erhält jeder Patient nach einem ausführlichen Beratungsgespräch eine speziell auf sein Krankheitsbild zugeschnittene Therapie seines Venenleidens. Die individuelle Behandlung führt über die exakte Diagnose u. a. mit der schmerzlosen Lichtreflexionsrheographie (LRR) und der Doppler/Duplex-Sonographie bis zum Einsatz modernster Laser-Chirurgie und neuester Radiowellentherapie. Chefarzt Dr. von den Driesch ist zudem langjährig erfahrener Spezialist in der Therapie von nicht heilenden Hautdefekten, dem sogenannten „Offenen Bein“. Ziel ist, dass der Patient die Spezialklinik für Venenheilkunde am Zuckerberg so schnell als möglich wieder verlassen und voll belastbar und arbeitsfähig am Leben teilnehmen kann – in der heutigen Zeit ein wichtiges Argument.

■ *Sigrid Tille*

**Klinik am Zuckerberg**, Zentrum für Venenheilkunde, Zuckerbergweg 2, 38124 Braunschweig  
Tel. 0531 2633-0, [www.klinik-am-zuckerberg.de](http://www.klinik-am-zuckerberg.de)



**Chefarzt**  
**Dr. med. Paul von den Driesch**  
Facharzt für Chirurgie und Gefäßchirurgie  
Sportmedizin und Notfallmedizin



*Foto: Merdail*

# Moderne erfolgreiche Therapien bei Venenleiden

Dipl. Med. H.-D. Geisler, Facharzt für Chirurgie, Viszeral- und Unfallchirurgie, ist langjährig erfahrener Spezialist in der Therapie von Venenleiden. In einem aktuellen Gespräch mit Esthetic Pure erläutert Dipl. Med. Geisler ausführlich, präzise und medizinisch detailliert die verschiedenen Möglichkeiten einer erfolgreichen Therapie auch schwerer Venenleiden.

**Esthetic Pure: Venenleiden sind eine Volkskrankheit – geschwollene, oft schmerzende Beine, unschöne Krampfadern, Besenreiser. Eine fortgeschrittene chronische Venenschwäche kann bekanntlich weitreichende gesundheitliche Folgen haben.**

Dipl. Med. H.-D. Geisler: Bei ausgeprägten venösen Rückstauungen kann es zu sekundären Schäden des Weichteilmantels des Beines kommen. Der venöse Rückstau des Blutes setzt sich dabei bis in das Kapillarbett fort, wo in den Gefäßauszweigungen der eigentliche Stoffwechsel stattfindet (Sauerstoffaustausch, Ernährung etc.). Wenn das Kapillarbett nicht ausreichend entleert wird, bleiben im Gewebe wichtige Substanzen wie z. B. Eiweiße zurück, die sich ablagern und dann zu einem sekundären Gewebeschaden führen - Sklerosierung, Fibrosierung. Dabei handelt es sich um Veränderungen im Gewebe des Beines in Form tastbarer Verhärtung der Haut, es können sich Pigmentationen, d. h. Braun-Verfärbungen der Haut, entwickeln bis zu einer Geschwürbildung, dem Ulcus cruris (offenes Bein). Zuvor besteht bereits die Gefahr von Stauungsentzündungen in den varikösen Ästen (Krampfadern), einer Thrombophlebitis, also einer oberflächlichen Venenentzündung mit Thrombose dieser Äste.

**Viele Patienten leiden unter Krampfadern und einer möglicherweise zunächst oberflächlichen Venenentzündung.**

Oberflächliche Venenentzündungen erhöhen erheblich das Risiko einer Mitbeteiligung des tiefen Venensystems, weil die oberflächlichen Thromben bis in das tiefe Venensystem auswachsen können. Eine tiefe Venenthrombose auch mit Embolie-Gefahr ist zu befürchten. Krampfaderbildung sollte daher Anlass sein zu einer rechtzeitigen diagnostischen Abklärung der Risiken und ggf. zur Einleitung einer zeitnahen Therapie.

**Was kann bei einer speziellen Diagnose festgestellt werden?**

Seit der Spezialisierung des Fachgebietes Phlebologie gibt es ein nahezu festes schmerzfreies diagnostisches Programm mit verschiedenen Funktionstests – und am Ende steht die moderne farbcodierte Duplex-Sonographie. Hierdurch ist nicht-invasiv eine detaillierte diagnostische Abklärung einer Venenfunktionsstörung möglich. Die moderne Duplex-Sonographie erlaubt eine exakte funktionelle und morphologische Beurteilung über den venösen Rückfluss.

**Mit welchen Therapien kann der Venenspezialist helfen?**

Kleinere variköse Veränderungen z. B. Besenreiser beseitigt der Phlebologe konservativ mittels Feinstsklerosierung (Verödung) entweder in flüssiger Form oder als Schaumsklerosierung. Kleinste Venenerweiterungen wie bei der Couperose, erweiterte Äderchen im Gesicht, können alternativ mit speziellen Lasern behandelt werden. Bei diesen Lasern entscheidet die Wellenlänge des Laserlichts über die Art der therapeutischen Anwendung. Wird eine große Varikose diagnostiziert, kommen die operativen Behandlungsverfahren zum Tragen. Diese können mini-invasiv endoluminal mittels Katheter oder rein chirurgisch erfolgen. Eine wichtige Säule bei der Therapie venöser Funktionsstörung ist und bleibt darüber hinaus die entweder zeitweilige oder dauerhafte Kompressionsbehandlung mit individueller Anpassung entsprechenden Strumpfmaterials.



Dipl. Med. H.-D. Geisler







Foto: Freewallpaper

## Was versteht man unter Varizen-Stripping - ein operatives Verfahren, das häufig angewandt wird?

Unter Varizen-Stripping versteht man prinzipiell ein längerstreckiges Entfernen einer funktionsgestörten Stammvene. Die Methode wird immer dann angewandt, wenn aus anatomischen Gründen ein endoluminales nicht-invasives Verfahren nicht möglich ist wie z. B. bei anatomischen Unwegsamkeiten im Gefäßverlauf (stark gekrümmte Venen) und entzündlichen Veränderungen.

## Wie wird eine Crossektomie - kombiniert mit Varizenstripping - durchgeführt?

Crossektomie bedeutet die operative Ausschaltung der Einmündungen der oberflächlichen Stammvenen in das tiefe Leitvenensystem (Kreuzung). Dieses Verfahren gehört zu den etablierten Behandlungsmethoden der Varizenchirurgie. Es wird immer dann angewandt, wenn der Katheter-Zugang mittels Laser oder Radiowelle aus anatomischen Gründen nicht möglich ist. Dabei ist eine Schnittführung im Bereich der Leistenregion oder der Kniebeuge erforderlich. Der Eingriff kann in Abhängigkeit der körperlichen Konstitution und des Risikoprofils des Patienten in örtlicher Betäubung oder unter Vollnarkose durchgeführt werden. Die Nachbehandlung erfordert eine wiederholte Wundkontrolle innerhalb der ersten Woche. Übrigens werden auch die rein chirurgischen Methoden bei geübten Spezialisten nach sehr verfeinerten Operationstechniken möglichst atraumatisch durchgeführt, so dass der Patient in der Regel nach 1-2 Wochen wieder arbeitsfähig ist.

## Lasertherapie, Radiowellentherapie - welche Vorteile und Möglichkeiten gibt es bei diesen operativen Verfahren?

Die in Deutschland seit gut 10 Jahren eingeführten endoluminalen Methoden (Laser, Radiowelle) sind keinesfalls als konkurrierende Verfahren zur reinen Chirurgie aufzufassen, sondern haben ihre Bedeutung als Bereicherung der Behandlungspalette. Sie ermöglichen eine weitere Minimierung der Invasivität des operativen Vorgehens. Laser- und Radiowellentherapie unterscheiden sich nicht in ihrer Indikationsstellung. Sie haben den gleichen therapeutischen Ansatz. Ziel ist, mit interner Wärmeanwendung einen dauerhaften Verschluss funktionsgestörter Stammvenen zu erreichen. Die Vorteile der endoluminalen Verfahren sind primär in der Minimierung des OP-Risikos in Form von Vermeidung größerer Wunden zu sehen. Bei diesen Methodiken wird zwischen ambulantem und stationärem Eingriff stets spezifisch im Hinblick auf den Patienten, das Ausmaß des Gesamtbefundes und die Nebenerkrankungen entschieden.

## Auf was muss sich der Patient in Bezug auf die Nachbehandlung und sein Verhalten nach dem Eingriff einstellen?

Die insgesamt deutlich reduzierte Traumatisierung der modernen Venenchirurgie führt zur schnelleren Rekonvaleszenz, und der Patient ist in weitaus kürzerer Zeit wieder voll belastbar. Nachbehandlungen in Form von Wundkontrollen und postoperativer Kompressionsbehandlung durch den Kompressionsstrumpf sind nach zwei bis spätestens vier Wochen abgeschlossen. Der Patient ist relativ schnell mobil und kann seinem normalen Tagesgeschäft wieder nachgehen.

## Was zahlt die Krankenkasse? Worauf sollte man achten, um sich für die richtige Behandlung zu entscheiden?

Die spezialisierte Betreuung entscheidet im Wesentlichen über die Qualität der Behandlung. Primär ist also nicht die Methodik für den Dauererfolg des Behandlungsergebnisses von Bedeutung, sondern der Spezialist, der den Eingriff durchführt. Es sei erlaubt zu bemerken, dass nicht alle Kostenträger von vornherein bestimmte Behandlungsmethoden übernehmen. Doch jeder Patient hat das Recht, sich bei seiner Kasse hinsichtlich einer Spezialbehandlung zu informieren bzw. diese zu beantragen.

Vielen Dank, Herr Geisler, für die ausführlichen Informationen zu den modernen Therapien bei Venenleiden.

■ *Sigrid Tille*

Die dargestellten erfolgreichen Therapien bei Venenleiden werden in den renommierten Venenzentren der Eilenriede Klinik Hannover und der Klinik am Zuckerberg, Braunschweig, durchgeführt.

**Eilenriede Klinik Hannover**  
**Venenzentrum Hannover**  
Uhlemeyerstraße 16  
30175 Hannover  
Tel. 0511 99044-0  
[www.eilenriedeklinik.de](http://www.eilenriedeklinik.de)

**Klinik am Zuckerberg**  
Zentrum für Venenheilkunde  
Zuckerbergweg 2  
38124 Braunschweig  
Tel. 0531 2633-0  
[www.klinik-am-zuckerberg.de](http://www.klinik-am-zuckerberg.de)



DAUERHAFTE REDUZIERUNG HARTNÄCKIGER FETTPOLSTER – OHNE OP!

## CoolSculpting

### Die **NEUE** sanfte Alternative

Unschöne Fettpolster trotz Diäten und Sport: Immer mehr Frauen und Männer wünschen eine effektive und dauerhafte Reduzierung ihrer hartnäckigen Fettdepots ohne Operation und die damit verbundenen Risiken und Unannehmlichkeiten. CoolSculpting, angewandt in der Eilenriede Klinik Hannover, lautet die sanfte, nicht-chirurgische Antwort der Ästhetischen Medizin auf die Ansprüche der Patienten. Allein durch Kältewirkung erzielt die hochmoderne schonende Technologie des CoolSculpting eine effiziente Fettreduktion - ohne operativen Eingriff, ohne Begleitdiäten und ohne Medikamente. Dabei werden die Fettzellen schrittweise und nachhaltig mittels Kälteeinwirkung geschädigt und anschließend vom Körper abgebaut. Zahlreiche VIP ließen bereits mit CoolSculpting ungeliebte Fettpölsterchen verschwinden.







### **Klinisch erprobt – optimale Ergebnisse**

Die nicht-invasive Methode entdeckten ursprünglich Wissenschaftler der berühmten Harvard University: CoolSculpting gilt in den USA als wahre Revolution in der Ästhetischen Medizin. Insbesondere zur dauerhaften Reduzierung hartnäckiger Fettdepots an Bauch, Hüften, Rücken, Oberarmen und Oberschenkeln (sog. Reiterhosen) hat sich das schonende Verfahren bestens bewährt. CoolSculpting ist klinisch erprobt - in den USA zugelassen durch die strenge Gesundheitsbehörde FDA - und bietet höchste Sicherheit bei optimalen Ergebnissen. Mehr als eine Million Anwendungen haben es bereits bewiesen. CoolSculpting wird als Technologie der Zukunft in der Ästhetischen Medizin bezeichnet.



### **Beratung – Kältebehandlung – verschönerte Silhouette**

Zunächst erfolgt ein ausführliches Beratungsgespräch mit dem behandelnden Experten. Hat sich der Patient für CoolSculpting entschieden, wird zum folgenden Termin der zu behandelnde Fettbereich genau markiert. Anschließend wird das festgelegte Fettdepot durch die Kühlplatte des CoolSculpting-Gerätes zielgerichtet und kontrolliert gekühlt. Die Hautoberfläche und das umliegende Gewebe bleiben geschont. Der Patient empfindet an der behandelten Fettdepot-Stelle eine nicht schmerzhaft Kälteeinwirkung. Während der Kältebehandlung kann sich der Patient ruhig und entspannt zurücklehnen, lesen, TV schauen, telefonieren oder ähnliches. Die Behandlung dauert etwa eine Stunde. Im Laufe der folgenden Wochen werden die zerstörten Fettzellen vom Körper abgebaut. Bereits nach vier Wochen sind die ersten Fettzellen sichtbar reduziert, nach etwa acht Wochen sieht der Patient das beeindruckende Ergebnis: Die Körpersilhouette ist verschönert - und zwar dauerhaft.



■ *Sigrid Tille*

### **Eilenriede Klinik**

Uhlemeyerstraße 16, 30175 Hannover  
Tel. 0511 99044-0, [www.eilenriedeklinik.de](http://www.eilenriedeklinik.de)

*Fotos: CoolSculpting*



# CoolSculpting

## Der Bauch ist weg – und eine Kleidergröße weniger!

Diät- und sportresistente Fettpolster vor allem am Bauch, an den Hüften und an den weiblichen Oberschenkeln in Form von ‚Reiterhosen‘ können für Männer und Frauen zu einem echten Problem werden. Den operativen Eingriff zur Fettreduktion scheuen dennoch viele der Betroffenen. Eine hervorragende Möglichkeit zur dauerhaften Fettreduzierung ohne OP bietet das in den USA längst bewährte und von der strengen amerikanischen Gesundheitsbehörde FDA zugelassene CoolSculpting.

**EP: Frau Winkler\*, Sie haben sich kürzlich in der Eilenriede Klinik Hannover mit CoolSculpting behandeln lassen.**

Darüber bin ich auch sehr froh! Ich fühle mich heute regelrecht befreit von meinem schlimmsten Figurproblem. Seit Jahren habe ich mich nämlich über meinen ausgeprägten Bauch geärgert und verschiedenste Diäten ausprobiert. Im Gesicht und am Busen, dort wo man es eigentlich gar nicht mag, nahm ich ab, nur leider nicht am Bauch. Bei einer Körpergröße von 1,62 m musste ich wegen meines Bauchumfangs auf Kleidergröße 40 zurückgreifen – und in Jeans sah ich überhaupt nicht mehr aus. Eine operative Fettabsaugung wollte ich aber wegen möglicher Nebenwirkungen keinesfalls über mich ergehen lassen.

**Wie erfuhren Sie von der neuen Technologie des CoolSculpting in der Eilenriede Klinik?**

Zunächst sah ich vor etwa einem Jahr eine Reportage über die Anwendung von CoolSculpting bei VIP in den USA. Und kürzlich berichtete mir eine Freundin begeistert von der erfolgreichen Behandlung ihres Bauch-Problems mit CoolSculpting in der Eilenriede Klinik Hannover.





### **Daraufhin entschlossen Sie sich, zur Beratung in die Eilenriede Klinik zu gehen?**

Ja, ich bekam gleich einen Termin. Die Beratung in der Eilenriede Klinik war eingehend, freundlich und kompetent, ebenso wie das gesamte Behandlungs-Team – das Ambiente sehr angenehm.

### **Und wie empfanden Sie die Behandlung mit CoolSculpting?**

Die Behandlung ist eigentlich gar nicht belastend. Zunächst wird das zu behandelnde Fettgewebe markiert. Dann wird diese begrenzte Stelle mit einem Gel gekühlt, daraufhin vom CoolSculpting-Gerät stark angesaugt und heruntergekühlt. Ein minimales Ziepen ist merkbar. Etwa eine Stunde dauert die kleine Behandlungs-Prozedur. Währenddessen kann man sich zurücklehnen, TV schauen, Radio hören und sogar entspannen.

### **Und danach? Fühlen Sie sich jetzt wohler in Ihrer Jeans?**

Die kleine Schwellung nach der Anwendung wurde mittels einer kräftigen Massage beseitigt. Ein leichtes Taubheitsgefühl und Ziehen im Bauchgewebe waren nach wenigen Tagen verschwunden. Jetzt nach einigen Wochen ist mein Bauchumfang wesentlich reduziert, mein Körper hat die Fettzellen abgebaut – und zwar für immer. Das ist ein tolles Gefühl - und auch in meiner neuen Jeans. Ich glaube, ich werde die Eilenriede Klinik zur CoolSculpting-Behandlung meiner ausgeprägten „Reiterhosen“ alsbald wieder aufsuchen. Für dieses Figurproblem werde ich wohl mehrere Sitzungen benötigen. Aber das Ergebnis ist es wert.

Vielen Dank, Frau Winkler\*, für das offene Gespräch!

■ Sigrid Tille

Fotos: Mondré

\*Name geändert





## Neue Lebensfreude durch Brustkorrektur

VORBEI SIND DIE ZEITEN, IN DENEN FRAUEN MIT OPERATIV VERGRÖSSERTEM BUSEN EIN NEGATIVES IMAGE HATTEN, ALS NUR FILMSTARS SICH IHREN KÖRPER VERSCHÖNERN LASSEN KONNTEN.

**E**in Interview mit Dr. med. Michael J. Hutter, Ärztlicher Direktor der Eilenriede Klinik Hannover

**Esthetic Pure: Herr Dr. Hutter, die Eilenriede Klinik Hannover hat sich u. a. auf Brustvergrößerungen spezialisiert. Wie sind Ihre Erfahrungen mit diesen Eingriffen?**

Dr. Hutter: Die Einstellung gegenüber Schönheitsoperationen hat sich in den letzten Jahren deutlich geändert. Jeder zweite Deutsche, so fand das Meinungsforschungsinstitut Forsa heraus, ist mittlerweile bereit, sein Äußeres auf dem OP-Tisch verändern zu lassen. Die Anzahl der kosmetischen Operationen hat in den letzten 10 Jahren um über 25% zugenommen.

**Woran liegt es eigentlich, dass die weibliche Brust ihre Form verliert?**

Die weibliche Brust besteht aus Fett- und Drüsengewebe. Von der Qualität der Bin-

degewebsfasern, welche vom Kinn bis zum Brustansatz verlaufen, hängt es ab, ob die Brust sich senkt oder nicht. Es gibt im Drüsen- oder Fettgewebe keine eigenen Muskelstränge, Muskeltraining wirkt sich deshalb kaum auf die Brustform aus. Wenn sich der Drüsenkörper zurückbildet, entsteht oft eine Ptosis, die sogenannte Hängbrust. Oft geht damit auch eine Veränderung des Selbstwertgefühls einher.

**Gibt es andere Indikationen, bei denen eine Brustvergrößerung sinnvoll erscheint?**

Die Zeiten, in denen altehrwürdige Bedenkenträger mit erhobenem Zeigefinger nur auf die inneren Werte einer Frau verweisen konnten, sind vorbei. Muss eine Frau hässlich aussehen, sich so fühlen und darunter leiden? Wenn eine 25-jährige Frau massiv unter ihren kleinen Brüsten leidet und sich fürchtet, sich vor ihrem Freund auszuziehen, oder eine 18-jährige verschieden große Brüste hat, was spricht gegen eine Veränderung? Das Körperbewusstsein der Frau hat sich geändert.

Heute wollen Frauen zeigen, wie schön sie sind und sich nicht unsicher und unattraktiv fühlen. Frauen müssen also nicht mehr damit zufrieden sein, was die Natur ihnen zugeteilt hat.

**Welche Brustgröße wird von den Frauen bevorzugt?**

Die westeuropäische Idealform ist Körbchengröße 75B. Meine Meinung ist, dass jede Frau die Busengröße haben soll, die ihr gefällt. Viele Frauen fühlen sich nicht weiblich genug, wenn ihre Brüste zu klein sind. Nichts ist allerdings schrecklicher als ein unnatürlich großes Implantat. Ideal ist es, wenn die Patientin auch nach der Operation aussieht, wie sie selbst, nur schöner.

**Welche Frauen kommen in die Eilenriede Klinik, um sich ihren Busen verschönern zu lassen?**

Es gibt keinen speziellen „Frauentyp“. Von der Geschäftsfrau bis zur Hausfrau von nebenan ist alles dabei.



### **Was möchten Frauen durch einen Eingriff erreichen?**

Die meisten Frauen sind unzufrieden mit der Größe oder der Form der Brüste. Sie fühlen sich nicht weiblich genug und wünschen sich durch die Operation schönere Rundungen. Einerseits besteht der Wunsch, den altersbedingt erschlaffenden Körper zu verschönern oder sich gegen die Eigenheiten der Natur zu wehren, andererseits strebt manche Frau nach Vollkommenheit und Perfektion. Heute dürfen sich selbst Karrierefrauen offen und dezent sexy zeigen, ohne unseriös zu wirken. Meist bekommt das Selbstbewusstsein der betroffenen Frau durch mehr Oberweite einen Schub, was oft auch die Partnerschaft beflügelt.

### **Wie alt sind die Frauen im Durchschnitt, die sich für eine Brustkorrektur entscheiden?**

Es gibt alle Altersgruppen.

### **Sind die Implantate leicht zu erkennen?**

Heute merkt oft noch nicht einmal der palpierende (abtastende) Gynäkologe, wenn seine Patientin Implantate trägt.

### **Welche Risiken und Nebenwirkungen haben die Implantate?**

Die heute verwendeten Silikonimplantate lecken nicht mehr, sind nicht krebserregend und halten mindestens länger als 10 Jahre. Die Nebenwirkungen sind äußerst überschaubar: Infektionen, Blutergüsse und Sensibilitätsstörungen sind sehr, sehr selten.

### **Besteht nach der Operation die Gefahr, dass die Frau ihre Sensibilität und Empfindungsfähigkeit verliert?**

Nein. Einige Wochen ist ein leichtes Taubheitsgefühl zu spüren. Die erogene Zone nimmt keinen Schaden.

### **Gibt es noch ausgeprägte Hemmschwellen für die Frau?**

Diese Scham ist vorbei. Das Tabu wurde fast beiläufig entsorgt. Das Ergebnis ist jedoch nur dann gut, wenn auch die Wunschvorstellung der Frau erfüllt wird, wenn das Seelenheil verbessert wird und die Frau Selbstbewusstsein und Lebensfreude gewonnen hat. So rief mich letztes Jahr eine Gynäkologin an, der wir drei Monate zuvor Implantate eingesetzt hatten, und sagte: „Ich sitze hier im Bikini am schönen Strand der Ostsee und bin die glücklichste Frau der Welt.“



*Dr. med. Michael J. Hutter,  
Ärztlicher Direktor der  
Eilenriede Klinik Hannover*



### **Eilenriede Klinik Hannover**

Uhlemeyerstraße 16  
30175 Hannover  
Tel. 0511 99044-0  
[www.eilenriedeklinik.de](http://www.eilenriedeklinik.de)

# Schönheit in besten Händen

Promotion

DR. MED. GABRIELE POHL IST SEIT 16 JAHREN IM BEREICH DER PLASTISCHEN UND ÄSTHETISCHEN CHIRURGIE SELBSTSTÄNDIG IN HANNOVER TÄTIG – UND ALS FACHÄRZTIN AUF DIESEM GEBIET DEUTSCHLANDWEIT ANERKANNT. IHRE JAHRELANGE ERFAHRUNG, KOMPETENZ UND SERIOSITÄT WERDEN VON IHREN PATIENTEN AUCH WEIT ÜBER DIE GRENZEN HANNOVERS HINAUS GESCHÄTZT.

**Frau Dr. Pohl, Sie haben sich damals als erste Fachärztin in Niedersachsen im Bereich der Plastischen und Ästhetischen Chirurgie selbstständig gemacht und sind jetzt seit vielen Jahren erfolgreich tätig. Wie erklären Sie sich diesen Erfolg?**

Erfahrung, Kompetenz und Sicherheit sind auf diesem Gebiet besonders gefragt. So biete ich bereits seit vielen Jahren das gesamte Spektrum an chirurgischen Eingriffen an, zum Beispiel Facelifts, Brust-OPs und Fettabsaugungen sowie vielfältige Möglichkeiten zur Faltenbehandlung und Anti-Aging-Medizin. Für die Verfahren bilde ich mich regelmäßig weiter. Zudem bin ich mir immer treu geblieben, lege allerhöchsten Wert auf Sicherheit und Qualität und verwende auch nur die hochwertigsten Materialien.

**Was sind derzeit die Trends in der Plastischen und Ästhetischen Chirurgie?**

Das CoolSculpting®-Verfahren boomt ganz klar. So „leicht“ war es wohl noch nie, seinen Traumkörper zu modellieren. Vor einem knappen Jahr habe ich in meiner Privatpraxis das erste deutsche CoolSculpting®-Zentrum eröffnet und heute ist es mit mehreren Geräten und den meisten Anwendungen bereits die Nr. 1 in Deutschland.



**Was ist denn das Besondere bei dem Verfahren?**

Beim CoolSculpting® werden die Fettzellen durch Kälte-Einwirkung einfach erfroren und vom Körper innerhalb der nächsten vier bis zwölf Wochen abgebaut. So können hartnäckige Problemzonen gezielt reduziert werden und sogar ganz verschwinden – ohne Narkose und ohne Narben.

**Birgt das Verfahren auch Risiken?**

Es ist ja ein nicht-invasiver Eingriff und bereits deshalb schon risikoarm – vorausgesetzt, der Patient ist gesund und hat keine Kälteüberempfindlichkeit oder Hauterkrankungen. Wichtig ist, dass die Behandlung von qualifizierten Ärzten und speziell geschultem medizinischem Fachpersonal durchgeführt wird.

**Welches Feedback geben Ihre Patienten?**

Die Patienten sind begeistert von den Ergebnissen und die Nachfrage ist enorm. Der Wunsch nach Fettreduktion ist übrigens ein Ganzjahresthema und nicht saisonabhängig. Außerdem behandle ich nicht nur Frauen, sondern auch viele Männer. Einen ausführlichen Erfahrungsbericht finden Sie von Claudia Schulz, einer unabhängigen Bloggerin aus Hannover, unter: [www.beautybutterflies.de](http://www.beautybutterflies.de). Ich habe sie vor einem halben Jahr behandelt und Frau Schulz ist auch heute noch sehr glücklich mit dem Resultat.

**Welche anderen Schwerpunkte behandeln Sie in Ihrer Privatpraxis?**

Am häufigsten nehme ich Ober- und Unterlid-Korrekturen, Brustvergrößerungen und Facelifts vor. Aber auch die Intimchirurgie wird zunehmend von Frauen nachgefragt. Das ist ein sehr sensibles Thema, das viel Einfühlungsvermögen erfordert. Ich berate dazu gerne und sozusagen von Frau zu Frau. Selbstverständlich auch zu allen anderen Themen – ganz unverbindlich, individuell und immer sehr ausführlich.

Alle Informationen zum Angebot der Privatpraxis von Dr. med. Gabriele Pohl sowie zu CoolSculpting® erhalten Sie unter **Tel. 0511. 89 76 76-0** **[www.dr-med-gabriele-pohl.de](http://www.dr-med-gabriele-pohl.de)**







dr. gabriele pohl  
PLASTISCHE & ÄSTHETISCHE CHIRURGIE



Ohne  
Operation zur  
Traumfigur mit  


” LASSEN SIE IHR  
FETT ERFRIEREN. “

**Dr. med. Gabriele Pohl**, die Spezialistin für CoolSculpting®, führt in ihrer Privatpraxis Deutschlands größtes Cool-Sculpting®-Zentrum. Das revolutionäre, sehr effektive Verfahren wird immer populärer: Allein durch Kälteeinwirkung – ohne Operation und ohne Narben – werden hartnäckige Fettzellen gezielt eingefroren und vom Körper abgebaut. Dr. med. Gabriele Pohl verzeichnet bundesweit die meisten Behandlungen, die sie mit ihrem geschulten medizinischen Fachpersonal durchführt. So gewährleistet sie ihren Patienten jederzeit hohe Qualität und größte Sicherheit. Lassen Sie sich beraten.



*Als erster und einziger Anbieter ist die Privatpraxis von Dr. med. Gabriele Pohl für die meisten CoolSculpting®-Anwendungen deutschlandweit mit dem Platin-Premier-Qualitätssiegel ausgezeichnet worden.*

DR. MED. GABRIELE POHL | Fachärztin | Plastische und Ästhetische Chirurgie  
Hohenzollernstr. 4 | 30161 Hannover | Tel. 0511.89 76 76-0  
info@dr-med-gabriele-pohl.de | www.dr-med-gabriele-pohl.de



# Haarentfernung - sanft und dauerhaft mit dem hochmodernen Speziallaser neuester Generation

Sichtbare Behaarung an den Beinen, in Achselhöhlen, in der Bikinizone und am Rücken empfinden Frauen wie Männer als unschön. Vor allem der sogenannte Damenbart ist für viele Frauen eine echte Belastung. Auch mit ständigem Zupfen, chemischer Creme-Enthaarung, der täglichen Rasur und schmerzhaften Heißwachsprozeduren wird man dem Behaarungsproblem nicht Herr. Mit dem Speziallaser der neuesten Generation kann nun unerwünschter Haarbewuchs in kürzester Zeit zuverlässig, vollständig und dauerhaft beseitigt werden.



Foto:  
Beauty Esprit

## „Haarfrei“ durch gezielte treffsichere Laserbehandlung

Das Licht des Speziallasers verödet gezielt die einzelnen Haarwurzeln, ohne die umliegende Haut zu verletzen. Die Haarwurzel stirbt ab und es kann kein neues Haar mehr nachwachsen. Durch das patentierte Handstück des Lasers wird die Haut während der Behandlung gekühlt, so dass auch große Hautareale wie z. B. am Rücken während einer Sitzung behandelt werden können. Der normale Haarwuchs verläuft in drei Phasen, der aktiven Wachstumsphase, der Rückbildungsphase und der Ruhephase. Ein erfahrener Behandler dringt mit dem Speziallaser treffsicher zu den tiefsten Punkten derjenigen Haarwurzeln durch, die sich gerade in der Wachstumsphase befinden. Das Haar verdampft und die Haarwurzel wird abgetötet. Die einzelnen Laserblitze spürt der Patient minimal wie kleine Insektenstiche. Da sich jeweils nur etwa ein Drittel der Haare in der Wachstumsphase befindet, sind für eine vollständige Entfernung je nach Stärke der Behaarung mindestens drei Termine im Abstand von etwa vier Wochen notwendig, um vollständig und dauerhaft von dem störenden Haarbewuchs befreit zu sein. ■ *Sigrid Tille*

Dauerhafte Haarentfernung für Sie und Ihn

- **Oberlippe • Bikinizone • Achselhöhlen**
- **Bauch • Beine • Arme • Rücken**
- **Brust • Augenbrauen • Kinn**

Neueste Lasertechnologie zur zuverlässigen Haarentfernung und ein unverbindliches Beratungsgespräch im Laserzentrum „aesthetic management“:

## Eilenriede Klinik Hannover

Uhlemeyerstraße 16

30175 Hannover

Tel. 0511 99044-0

[www.eilenriedeklinik.de](http://www.eilenriedeklinik.de)





# Ihre Schönheit. Unsere Leidenschaft.

Haare werden in bestimmten Körperregionen als unästhetisch und lästig wahrgenommen.

Dies sind beispielsweise die Achselhöhlen, die Beine, der Rücken, der Intimbereich, die Brust oder der Bauch.

Auch im Gesicht können Haare ästhetisch negativ in Erscheinung treten, sie tauchen z. B. an Oberlippe und Kinn stark auf.

## LASERBEHANDLUNGEN

- haarentfernung
- tattooentfernung
- feuertalentfernung
- couperose- und besenreiserentfernung
- ästhetisch plastische chirurgie
- narbenbehandlung
- faltenbehandlung

*Promotion*

## aesthetic management

in der

**Eilenriede Klinik Hannover** Uhlemeyerstraße 16 • 30175 Hannover

Tel. 0511 99044-0 • [info@eilenriedeklinik.de](mailto:info@eilenriedeklinik.de) • [www.eilenriedeklinik.de](http://www.eilenriedeklinik.de)

# Rückstandslose Entfernung ungeliebter Tattoos mit hochmoderner Lasertechnologie

Manch ein Tattoo, einst als interessant und sexy empfunden, mag später nicht mehr in die neue berufliche oder private Lebenssituation passen. Geschmack und Zeiten ändern sich. Daher wünschen viele mehr oder weniger tätowierte Frauen und Männer eine möglichst perfekte Entfernung ihrer nunmehr ungeliebten Farb-Pigmentierungen, wobei manch eine Tätowierung auch von vornherein misslungen ist. Bisher versuchte man, Tattoos mit Ausschleifen, Ätzen oder mittels chirurgischer Eingriffe mühsam abzutragen. Mit dem hochmodernen Versa Pulse-Laser hat ein erfahrener Spezialist nunmehr die Möglichkeit, Tattoos vollständig, ohne Narben und nahezu schmerzfrei in mehreren Sitzungen zu entfernen.

## aesthetic management

Laserzentrum Eilenriede Klinik Hannover  
Uhlemeyerstraße 16  
30175 Hannover  
Tel. 0511 99044-0

## Laserzentrum der Klinik am Zuckerberg

Zuckerbergweg 2  
38124 Braunschweig  
Tel. 0531 2633-0  
info@aesthetic-management.de



## Der Speziallaser wirkt auf natürliche Weise

Die erfolgreiche Behandlung von Tätowierungen mit dem Versa Pulse-Laser ist unübertroffen schonend und natürlich. Dabei zertrümmert gepulste Laserenergie die verschiedenen Farbpigmente des Tattoos präzise und effektiv in kleinste Partikel, ohne die Hautoberfläche über der Tätowierung zu zerstören. Die Partikel werden dann vom körpereigenen Abwehrsystem entsorgt - ohne Narbenbildung. Allerdings gibt es eine variantenreiche Zusammensetzung der Farben und in Deutschland existieren keine Vorschriften für Stoffe, die für ein Tattoo verwendet werden dürfen. „Deshalb wissen wir nie, woraus das Tattoo besteht. Wer die Steißbein-Jugendsünde oder andere Tattoos leid ist, sollte die Therapie nicht aufschieben“, so die Spezialisten des Laserzentrums.

Eine Behandlungssitzung dauert je nach Areal zwischen 10 und 40 Minuten. In der Regel benötigt ein kompetenter, in der Lasertechnologie erfahrener Arzt je nach Art der Tätowierung drei bis acht Sitzungen

im Abstand von vier bis acht Wochen, bis das lästige Tattoo endgültig verschwunden ist.

■ *Sigrid Tille*







Vitalzentrum Zentrale

Tel.: 0511 - 70 15 00

# Brandes & Diesing

V I T A L C E N T R U M



## Auf unsere Strümpfe werden Sie stehen!



- *Unser Service:*  
Ausmessen und Anpassen auch für **Lymphödem-Patienten**,  
Maßanfertigung, Reparaturservice, Anzieh-Hilfen, Pflegeartikel
- *Kompressionsstrümpfe* in allen Kompressionsklassen I  
Qualitäten I Farben mit Spitzen- oder Noppenhafrand I  
mit oder ohne Fußspitze für SIE und IHN
- *Reisekompressionsstrümpfe* zur Steigerung Ihres Wohl-  
befindens auf und nach Reisen mit dem Auto,  
Flugzeug, Bus oder Bahn
- *Stützstrümpfe* für gesunde Beine durch eine angenehme  
Unterstützung für den Alltag

## mJ-1 by medi

für schöne und gesunde Beine.



medi

- mJ-1 kombiniert technologische Kompetenz  
in Kompression mit internationalen Fashion-Trends
- Der Druck nimmt vom Fußknöchel in Richtung Knie und  
Körper nach einem fest definierten Verlauf ab.  
Sie profitieren von einem belebenden Gefühl!
- Klima Comfort sorgt für einen perfekten Klimaausgleich  
und für langanhaltende Frische an Bein und Fuß

[www.brandes-diesing.de](http://www.brandes-diesing.de)

*Viel besser.*

Wir sind zertifiziert  
nach dem QM-System.



**Impressum** ESTHETIC Pure

Herausgeber und Verlag:  
 Holimed Verlagsgesellschaft mbH  
 Uhlemeyerstraße 16  
 30175 Hannover  
 Telefon: 0511 3882639  
 Telefax: 0511 9904430  
 info@holimed-verlag.de  
 info@esthetic-pure.de  
 www.esthetic-pure.de

Bankverbindung:  
 Volksbank Seesen  
 IBAN: DE85278937600015195500  
 BIC: GENODEF1SES

Geschäftsführer:  
 Dr. med. Michael J. Hutter

Director Marketing:  
 Eda Sagdic  
 Telefon: 0511 33639860  
 Mobil: 0151 58246280

Redaktion:  
 Sigrid Tille  
 Ulrike David  
 Eda Sagdic  
 Hans-Werner Schwarz  
 Andreas Ahlers

Layout:  
 Hans-Werner Schwarz

Titelfoto: Mauro Galicio, e.f.i.

Fotos:  
 Sigrid Tille, Ulrike David,  
 Hans-Werner Schwarz, Pilar Schacher,  
 Arkona & Rugard Strandhotel, Grand Hotel Binz,  
 wikimedia, Eilenriede Klinik,  
 Private Palace Hotels & Resorts

Druck:  
 Bonifatius GmbH  
 Druck, Buch, Verlag  
 Karl-Schurz-Str. 26  
 33100 Paderborn  
 Druck: Offset, 4-c Euroskala  
 Umschlag: glanzfolienkaschiert

Gültige Anzeigenpreisliste: 01.01.2015  
 Bezugspreis: EUR 3,50 zzgl. Versandgebühren

Copyright, Holimed Verlagsgesellschaft mbH  
 Alle enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind  
 urheberrechtlich geschützt. Abdrucke, auch aus-  
 zugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des  
 Verlages. Veranstaltungshinweise ohne Gewähr,  
 Gerichtsstand ist Hannover.  
 Alle gedruckten Fremdbeiträge geben nicht unbedingt  
 die Meinung der Redaktion wieder.

- Frühjahr-/Sommer Ausgabe

## Wohltuend bei gestressten Beinen

**BEWEGUNG UND KOMPRESSIONSSTRÜMPFE KÖNNEN GEGEN SCHMERZEN HELFEN**

*Ein Kunde folgt dem anderen, jeder Anruf ist Verbote des nächsten. Und ist eine Frage beantwortet, steht die nächste Aufgabe schon an. So vergeht manch ein Arbeitstag wie im Fluge. Die Arbeit macht Spaß – bis ein, zwei Stunden vor Feierabend das Kribbeln in den Beinen beginnt. Der Tag war einfach zu lang, zumindest für die Beine.*

### Bewegung tut den Venen gut

Bewegungslosigkeit ist für die Beinvenen eine echte Herausforderung. Denn sie müssen das Blut zurück zum Herzen transportieren - entgegen der Schwerkraft. Dabei werden sie von der Wadenmuskulatur unterstützt. Sind die Muskeln in Aktion, werden die dazwischen liegenden Venen zusammengedrückt und das Blut wird rascher nach oben gepresst. Bedingt der Arbeitsplatz langes Sitzen oder Stehen, machen bei vielen die Venen schlapp – die Beine fühlen sich schwer an und schmerzen.

### Komfortables Tragegefühl

Dann sind Kompressionsstrümpfe wie das Modell „Memory“ von Ofa Bamberg geeignete Helfer. Sie sorgen dafür, dass die Venen zuverlässig arbeiten und der Blutkreislauf optimal ist. Moderne Kompressionsstrümpfe überzeugen dabei mit einem komfortablen Tragegefühl und hautfreundlichen Funktionsgarnen. Und: dank ihrer attraktiven Optik muss sich darin niemand verstecken: die lebendigen Farben und die zarte Feinstrumpfoptik sorgen im Büro so gut wie im Verkaufsraum für den passenden Auftritt.

*Kompressionsstrümpfe sind auch im Job ein attraktives und gesundes Accessoire*

*Foto: Ofa Bamberg*







reddot design award  
honourable mention 2012

Memory wurde für modisches Design  
und raffinierte Details mit einem  
red dot design award ausgezeichnet.

ofa bamberg

# Versüßen Sie Ihren Beinen den Tag.

Memory  
Modifarben 2015

memory®

Die **eleganten** medizinischen  
Kompressionsstrümpfe.

Mehr Informationen: [www.ofa.de](http://www.ofa.de)

Anzeige

Stefanie in Pistazien-Eis  
und Regina in Aronia-Sorbet  
bringen das Eis zum  
Schmelzen.

**täglich**  
**AB 5:30 UHR**  
**einschalten**

DIE STIMME DER STADT

**RADIO Hannover 87.6**

**Hannover!**

**Guten Morgen**