



Lebenslauf



Amin Huschi
geboren 22.05.1974 in Teheran

SCHULBILDUNG:

06/1994 Abitur am Luisen-Gymnasium Hamburg

AUSBILDUNG:

Studium an der Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Fachbereich Gestaltung.
06/2004 Abschluss mit Diplom für Kommunikationsdesign mit Schwerpunkt Fotografie (sehr gut).
Thema: Erfahrungen aus zweiter Hand – über unsere kollektive Erinnerung an Medienbilder.

GRAFIK-PRAKTIKA:

CL-Grafik,
Deutsches Schauspielhaus Hamburg,
Maxi (Heinrich Bauer Carat KG),
Brigitte (Gruner + Jahr),
Woman (G+J Woman Verlag GmbH)

FREIE MITARBEIT:

Deutsches Schauspielhaus Hamburg, Maxi, Woman

FESTANSTELLUNG:

02/2005 - vs! 06/2007 Grafiker bei Woman

KENNTNISSE UND FÄHIGKEITEN IM BEREICH

DESIGN: Quark-X-Press, Photoshop, Freehand, Illustrator, InDesign

ART: Fotografie, Illustration, Sticken

FREMDSPRACHEN:

English (fließend), Persisch (fließend), Französisch (Grundkenntnisse)



Ausnahme des Bildnisschutzes

Manchmal ist die Veröffentlichung eines Fotos eine moralische Frage. Das Persönlichkeitsrecht besagt, dass jeder Mensch das Recht an seinem Bild besitzt. Ausgenommen sind allerdings Personen der Zeitgeschichte und Anwälte, die Personen, die aus der Masse der Mitmenschen herausragen und deswegen dauerhaft im Blickpunkt der Öffentlichkeit stehen. Aber auch hier gibt es Grenzen: Einen schwachen Augenstrich darf man zeigen, nicht aber einen toten Menschen präsentieren. Die Presse vermeldet es deshalb meist, solche zu publizieren. Trotz ethischer Gesichtspunkte bieten „Medienevents“ dafür Ausnahmen. Zuletzt die Veröffentlichung der Leichenbilder von Lindt und Kussel, den Schönen Saksen Hussens.



So ist es üblich, dass die Medien zu Ersatzbildern greifen, um beispielsweise einen Verlesenen senden zu können. Eine Bildszene wird aus ihrem ursprünglichen Kontext gerissen und mit einer neuen Information gefüllt, bei einer häufigen Wiederholung dieser Bilder im neuen Zusammenhang führt dies dazu, dass die Erinnerung an das ursprüngliche Geschehen durch den neuen Zusammenhang verloren geht und so das Bild vom Platzhalter zum Originalbild wird, weil es nur noch mit dieser Nachricht verbunden wird. Die ursprüngliche Information „Antrieb“ verschwindet. Die zusätzlichen Informationen lassen das Bild in einem neuen Licht erscheinen: Wäre z.B. Mitternachts nicht in den Tod gestürzt, wären wir weiterhin bloß einen dynamischen Werbekampfbild.



Sein Gesicht verlieren

„Sinnvolle Publizität gibt es nicht“, sagt ein Sprichwort aus Hollywood. Doch ist alles eine Frage der Dosierung. Ab einem bestimmten Zeitpunkt gerät eine schlechtere Verunglimpfungswelle, eine Art „Anti-Hype“, zum Ruhm dazu, wie der Neid zum Respekt.

Michael Jacksons „Gesichtswort“ hat eine lange Vorgeschichte. Durch seinen Manager Frank Dukes ließ er jahrelang gezielt Gerüchte verbreiten: Die Sauerstoffkammer, die angeblichen Operationen, der Schein-Ep-Liz Taylor, die Knochen des Entenmanns, und selbst die Geschichte, dass er sich für die nächsten fünf Jahre entziehen lassen wolle, um jung und frisch im neuen Jahrtausend aufzutauchen. Die Presse stieg darauf ein und erfand weitere Geschichten.

Doch die ständige Überbetonung wirkt auf die Dauer nicht so, sondern Michael Jackson, der selbstverschuldet sein Gesicht Stück für Stück verlor, verlor dies nun auch in der Öffentlichkeit.



ModeSPECIAL

Der Mix macht's!

Heute so, morgen anders: wie Sie mit nur fünf schichtigen Basics* (siehe unten) und einzelnen Accessoires sechs neue Looks stylen

FOTEN: Schödlage, PRODUKTION: Claudia Scholtan




Der Edelcool-Look
 SHIRT + ROCK +
 ACCESSOIRES: SATINCAP VON ANNE JEAN, CA. 70 €; METALLKETTEN GÜRTEL VON COULUM MATERIAL, CA. 150 €; BRÄUMLASCHE MIT EDELSTAHL UND LEINWOLLE VON ALBERT BRUNSTEL, CA. 100 €; MICROKAMMSTRICK VON H.M. CA. 16 €; HIGH HEELS MIT SPITZE, BOSTON, VON DEWEY ZELEVANSKI, CA. 140 €

Der Mademoiselle-Look
 SHIRT + ROCK + KLASSEN +
 ACCESSOIRES: SOMMER PERSIANETTE VON MARCEL, CA. 22 €; SCHMUCKE PLASTIKKUGEL MIT GOLDFASSUNG, LICHTERHUTZ, VON DANIEL, 100 €; ALLE ANBRÄU, TÜRME MIT HOLZBRÄU, VON ART GARRETT, CA. 200 €

*DIE FÜNF BASICS: BLAUSTRICH VON DAME, CA. 140 €; STRICKHÄHNCHEN VON ELLERRE, CA. 80 €; TURTLE NECK VON 7 FOR 90, PARIS, CA. 200 €; SHIRT VON H.M., CA. 16 €; BLAUER SHIRT VON 1000, CA. 190 €

WOMAN 08/2006 41




Der Sixties-Look
 SHIRT + JEANS + KLASSEN +
 ACCESSOIRES: HIRSHAND VON H.M., CA. 4 €; BRÄUMLASCHE VON H.M., CA. 70 €; LEDERSTRASCHE VON DOPPEL, CA. 120 €; TÜRME MIT HOLZBRÄU, VON DANIEL, CA. 100 €

Der Clean-Look
 SHIRT + ROCK +
 ACCESSOIRES: SATINSTRASCHE MIT KETTEN, GELBER LACHTHEUTE, VON PETERLIN, CA. 100 €; LEDERSTRASCHE VON DANIEL, VON DANIEL, CA. 120 €

WOMAN 08/2006




Der Citychic-Look
 SHIRT + JEANS + KLASSEN +
 ACCESSOIRES: LANGE LEDERSTRASCHE VON DANIEL, CA. 220 €; LEDERSTRASCHE MIT KETTENSTRASCHE, VON DANIEL, CA. 100 €; HIRSHAND VON H.M., CA. 4 €

Der Bohemian-Look
 SHIRT + JEANS +
 ACCESSOIRES: FRANZOSISTRASCHE MIT LICHTERHUTZ, VON DANIEL, CA. 100 €; RUCKSACK MIT HOLZSTRASCHE, VON DANIEL, VON DANIEL, CA. 100 €; SHIRT MIT LICHTERHUTZ, VON DANIEL, CA. 100 €; BRÄUMLASCHE VON DANIEL, CA. 100 €

WOMAN 08/2006 45

DIE GROSSE woman-SERIE Anleitung zum Glücklichsein

TEIL 3: GEBORGENHEIT –
WIE MAN LIEBE GIBT UND BEKOMMT

Na, dann lieben Sie mal los!

VON CHRISTIANE BOKRODTZ (TEXT), MORA GRES
GESTALTUNG UND STEPHAN GÖTTLICH (FOTOS)

Liebe ist die Essenz des Lebens. Klingt übertrieben? Pulchritud! Mag sein. Wahr ist es trotzdem. Wie sehr wir von Geburt an auf die Zuneigung anderer angewiesen sind, zeigte bereits ein grausames Experiment Friedrichs des Zweiten. Der Höhenstaufen-Kaiser ließ neugeborene Kinder isolieren, um herauszufinden, ob Sprache angeboren ist. Außer an menschlichem Kontakt fühlte es den Kindern an nichts. Doch die Kinder blieben nicht nur stumm: Alle starben, noch bevor sie das dritte Lebensjahr erreicht hatten. Im 13. Jahrhundert ein Rätsel, heute sonnenklar – die Liebe fehlt. Wir sind schädlich mit jeder Faser soziale Wesen. Das zentrale Nervensystem bildet sich bei Babys erst durch liebevolle Berührung vollständig aus, auch bei Erwachsenen verringert Stresshormonpegel und Blutdruck zu senken. Die Sehnsucht nach Nähe steckt einfach in unseren Genen. Schon die frühen Menschen, die nun wirklich genug Platz zur Einsiedelei gehabt hätten, sahen das Leben in der Gruppe vor. Eine kluge Entscheidung, denn Einzelkämpfer liefen eher Widrigkeiten wie Hunger oder Angriffen wilder Tiere zum Opfer. Folglich haben in der Mehrzahl die zwischengeschlechtlich orientierten ihr Erbgut weiter.

Kam überraschend, dass die US-Sozialologen Martin Seligman und Ed Diener mit herausfinden: Ein stabiles

Wahrheit ist, dass die Beziehung Belastungen besser standhält. Belastungen wie zum Beispiel die Geburt eines Babys. Übrigens: Die meisten Menschen mit Nachwuchs sind froher als zuvor. Können mal wieder was mit Liebe zu tun haben.

Ob mit Kind oder ohne: Machen Sie das Knöpfchen an Ihrem sozialen Netz zu Ihrem Hobby. Wie lange haben Sie sich bei Ihrer Schwester nicht mehr gesehnt? Ihrer liebsten Freundin? Was ist mit Ihnen Eltern? Gefeien Sie jetzt zum Höher. Es ist nie zu spät. Sie finden, das klingt etwas pulchritud! Mag sein. Wahr ist es trotzdem.

lieber Komplimente macht statt zu kritisieren, liebt verballich – Bierhoff empfiehlt für Lob versus Kritik das Verhältnis 5:1. Wer dem anderen dann auch noch ohne Motztrader seine geliebte „Sporthaare“ lässt oder das Fröstelstück im Pyjama, kann auch mit Toleranz für die eigenen Spleen rechnen. Wohlwollen statt überzogene Erwartungen sorgt dafür, dass die Beziehung Belastungen besser standhält. Belastungen wie zum Beispiel die Geburt eines Babys. Übrigens: Die meisten Menschen mit Nachwuchs sind froher als zuvor. Können mal wieder was mit Liebe zu tun haben.

Liebe ist Glück. Und ein wunderbares Paradoxon: Je mehr wir davon schenken, umso mehr bekommen wir zurück.

FREUNDE

TREUE IST AM WICHTIGSTEN

Was Single-Männer und -Frauen von einem potenziellen Partner erwarten

Kriterium	Männer	Frauen
Treue	32,8%	31,3%
Ehrlichkeit	22,2%	33,3%
Humor	12,8%	17,7%
Zweitsprache/Platzhobby	7,8%	10,9%
Bildung/Wissen	10,1%	14,9%
Aussehen/Witzigkeit	7,8%	14,9%
Werte/Intelligenz	6,2%	11,8%
Vertrauen	5,1%	8,2%
Mut/Sportlichkeit	3,3%	8,2%
Ähnliche Interessen/Verständnis	4,7%	5,1%

Quelle: PROJEKT.de Single-Studie 2015

5 DINGE, FÜR DIE ANDERE SIE LIEBEN WERDEN

- Sagen Sie Ihrem Partner, dass Sie ihn großartig finden. Das müssen nicht immer die berühmten drei Worte sein. Auch mit Sätzen wie „Ich fand es toll, wie du reagiert hast!“ festigen Sie nachweislich (!) die Partnerschaft.
- Schreiben Sie Ihrer besten Freundin eine Postkarte oder – noch besser – einen Brief und bedanken Sie sich dafür, dass es in allen Fällen ohne konkreten Anlass, einfach so.
- Prüfen Sie sich bei Ihren Eltern für Ihre Kinder – und lassen Sie diese großartig über die kleinen Fehler hinweg. Das mag ein wenig Überwindung kosten, aber nichts wird die besten glücklicher machen.
- Sprechen Sie Komplimente aus, statt sie nur zu denken! Sagen Sie Ihrer Kollegin, dass sie einen tollen Pullover anhat. Loben Sie den Bäcker, wie locker sein Brot ist.
- Seien Sie hilfsbereit! Nehmen Sie sich die Zeit, Türen aufzuhalten, den Weg zu zeigen oder etwas zu erklären. Hört sich banal an, ist aber Selbstbewusstsein und eine entsprechend große Wirkung.

Gemeinsamkeit macht glücklich. Die richtige Fährte! Wer sich vom Lottogewinn Glück erhofft, macht jedenfalls nicht nur aus Wahrscheinlichkeitsperspektive etwas falsch. Die Weltgesundheitsorganisation WHO stellt jüngst in einer Umfrage fest, dass sich ausgerechnet die Menschen in armen Ländern wie Venezuela und Nigeria am glücklichsten fühlen. Mütterlicher Grund: Hier gibt es noch Großfamilien. Bindungsforscherin Dr. Karin

Grossmann bestätigt: „Verlässliche Beziehungen sind ein Schutzfaktor für die Seele.“ Problem: Eine Großfamilie hat man – oder eben nicht. Im Deutschland von heute sind Clubs ungefähr so häufig wie gebührenfreie Parkplätze in Köln-Mitte. Logisch, dass Freunde immer wichtiger werden. In jedem Fall gilt: An Beziehungen muss man arbeiten. Leider werden uns Verstimmte in dieser Hinsicht oft erst bewusst, wenn wir allein im Regen stehen und niemanden unsere Nöte interessieren. Vielleicht, weil wir zu lange dem Job den Vorrang gegeben haben. Eine Folge des Irrglaubens, wir könnten nur entweder beruflich erfolgreich sein oder ein erfülltes Privatleben haben. In Wirklichkeit geht beides! Ein tragfähiges soziales Netz ist letztlich sogar die Basis für Erfolg im Beruf, denn ohne Ausgleich baut selbst ein Workaholic irgendwann ab.

Job oder Privatleben? Beides! Die „Life-Coaches“ Heike M. Cobanagh und Susanne Schwendthaler empfehlen, private Verbindungen ebenso wie berufliche Termine zu behandeln. Also keinen separaten Kalender führen, sondern einen für alles – und dort auch „Eis essen mit Julia“ oder „Mutti anrufen“ eintragen. Das wird Sie nicht Ihre Karriere kosten. Sie brauchen nämlich keinen Freundeskreis, der die Ränge eines Theaters füllt könnte: 3,3 gute Freunde haben wir Deutschen im Schnitt, das reicht. Zunächst, wenn es sich um echte handelt. Woran Sie die erkennen! Daran zum Beispiel, dass sie an Ihrer Person in allen Facetten interessiert sind. Für wahre Freundschaften besetzen auch stürmische Distanz oder Meinungsverschiedenheiten nicht das Aus. Karin Grossmann: „Wirklich wichtig für die Psyche ist der eine beste Freund oder die eine beste Freundin – und ein paar zweitbeste, die einbringen, wenn Nummer eins mal nicht kann. Eine soziale Freundschaft lässt sich auch telefonisch oder per Mail aufrecht erhalten, und da darf man auch schon mal sagen: Das kann ich dir später zurückrufen!“ Zeitmanagerin Lotmar Seiwert fordert etwas mehr Engagement: Bei Freunden sollte man sich telefonisch alle fünf Tage melden und sich alle vier bis acht Wochen treffen. Noch wichtiger als eine gewisse Regelmäßigkeit ist allerdings, die Treffen und Telefonate nur so genannten Quality-Time zu machen. Dazu gehört Anteilnahme, Offenheit, Toleranz. Und vielleicht ein paar Spaghetti Napoli, die man schnell gemeinsam gekocht hat.

Schwächen sind Stärken Noch ein Glücksgeheimnis: eine verlässliche Partnerschaft. Eine solche, so predigen von allem Biologen lange, sei aber nichts als eine unrealistische Idee und eine dauerhafte monogame Bindung widerwärtlich. Dagegen steht: Nach Umfragen glauben 90 Prozent aller Deutschen an die lebenslange Liebe – und an Treue. Mut machen um die Sozialpsychologen Elke Rohmann und Hans-Werner Bierhoff (siehe Buch-Tipp)! von der Uni Bochum. Sie sagen, dass es in unserer Hand – oder besser: in unserem Denken – liegt, wie glücklich und haltbar eine Beziehung ist. Nach Rohmann und Bierhoff kann etwa durch bewusste „positive Illusionen“ die Umdeutung von Schwächen des Partners in Stärken erfolgen. Genauer gesagt: Setzen Sie die romantische Welle aus der Zeit der Verliebtheit wieder auf. Statt mit einem „schlampigen“ Freund sind Sie eben mit einem „Küsten“ zusammen, der „das kreativer Chaos“ braucht. Selbstbetrug! Mächtlicher! Eher selbst erfüllende Prophezeiungen. Wer vor Dritten positiv über den Partner spricht und

BUCH-TIPPS

„Schwächen – die größte romantische Schwäche“ von Karin Grossmann (Kösel, 12 €)

„Wie ich meine Beziehungen besser machen kann“ von Lotmar Seiwert (Kösel, 12 €)

„Die Kunst der guten Freundschaft“ von Heike M. Cobanagh und Susanne Schwendthaler (Kösel, 12 €)

„Die Kunst der guten Freundschaft“ von Heike M. Cobanagh und Susanne Schwendthaler (Kösel, 12 €)

„Geliebt zu werden ist ein Urbedürfnis“

DIE MACHT DER LIEBE IST KEIN MYTHOS. ÜBER VERÄNDERN. BESTES BEISPIEL: JENNY ELVERS-ELBERTZHAGEN

aber es ist seltener geworden. Dafür kriegt ich jetzt viel mehr Post von Frauen. Einige schreiben einfach, dass ihr Sohn auch Paul heißt, andere finden es toll, wie ich Job und Mutterrolle unter einen Hut bringe, oder fragen mich irgendeinwas zur Erziehung. So etwas freut mich.

Trotzdem: Als Mensch in der Öffentlichkeit hat man es oftmals nicht leicht. Wie gehen Sie damit um, wenn wütternde Menschen Sie ablehnen? Hm, das ist ganz abhängig von meiner jeweiligen Tagesform. Manchmal ist mir das ziemlich egal, man kann es schließlich nicht alles recht machen. Von Zeit zu Zeit frage ich mich aber schon, was da wohl falsch gelaufen ist, dass ein fremder Mensch so eine Meinung über mich hat. An sehr guten Tagen gehe ich sogar auf ihn zu und rede mit ihm darüber. Nicht, weil ich möchte, dass derjenige mich dann liebt. Ich möchte einfach nur die Chance nutzen, mich ihm so vorzustellen, wie ich bin.

Was ist eigentlich, wenn Menschen, die Ihnen am Herzen liegen, auch andere Menschen lieben? (lacht) Hui, das ist nicht so schön. Ich bin furchtbar eifersüchtig, ganz besonders, wenn es um meinen Sohn Paul geht. Wahrscheinlich werde ich mal eine Herzenszwiegeemann. Aber na ja, bis dahin vergeht hoffentlich noch ein wenig Zeit.

INTERVIEW NICOLE WAGHORN

Es war einmal ein schönes Mädchen, das konnte es niemandem recht machen. Jeder ging das so. Als es schon fast die Hoffnung aufgegeben hatte, traf das Mädchen die große Liebe – und alles wurde anders. Das Mädchen bekam einen längeren Namen. Es erregte Lob für sein Schauspiel. Es wurde ernst genommen. Aber vor allem hatte es das Wichtigste im Leben gefunden: Glück.

woman: Ist geliebt zu werden eigentlich wichtig? Kommt man nicht auch ohne die Liebe anderer gut zurecht? Jenny Elvers-Elbertzhagen: Nein, ich glaube, geliebt zu werden ist ein Urbedürfnis. Irigendwann gerät auch das jeder ein und möchte dann auch nicht nur für sein Äußeres gemocht werden, sondern für sein ganzes Wesen. In jüngeren Jahren macht man sich darüber vielleicht noch nicht so viele Gedanken. Später aber möchte man einen Menschen an seiner Seite haben, der einen so liebt, wie man ist.

Und jetzt haben Sie in Goetz Elbertzhagen einen Menschen gefunden, der Sie so liebt? (lacht) Oh ja, auf jeden Fall, das weiß ich. Wir lernten uns zu einer Zeit ken-

nen, als es mir wirklich nicht gut ging. Ständig musste ich in den Zeitungen die überlauen Schlagzeilen über mich lesen, die einfach nicht stimmten. Mein heutiger Mann ließ sich von alledem zum Glück nicht abschrecken. Er wollte mich kennen lernen.

Wahrscheinlich ja gerade wegen der Schlagzeilen? Nein, auf keinen Fall. Zunächst wollte er nicht die Frau, die in den Schlagzeilen verkauft wurde. Aber er war neugierig. Er fragte mich, wie es zu den einzelnen Geschichten kommen konnte, und interessierte sich für die Wahrheit. Das tat gut. Da war ein Mensch, der an mich glaubte. Er ist der erste Mann, zu dem ich sage „Ich liebe dich“, und das aus voller Überzeugung. Ich bin sehr, sehr glücklich!

Glück, das Ihr Umfeld wahrnimmt? Ja, ich glaube schon. Meine Mitmenschen bekommen das mit, und ich denke, ich werde heute für andere Dinge geschätzt als früher.

Was hat sich denn konkret geändert? Früher kamen Männer zu mir, hielten mich meine „Playboy“-Bilder unter die Nase und wollten ein Autogramm. Klar kommt das heute auch noch vor,

Jenny Elvers-Elbertzhagen, 32, ist ziemlich glücklich: Sie wird geschätzt, so wie sie ist





Krieg der Bosen: Sophia Loren und Jayne Mansfield (die übrigens einen stattlichen IQ von 163 gehabt haben soll)

Konkurrenz unter Kollegen

Nicht schön, aber heutzutage immer öfter ein Thema. Sieben Strategien, mit denen Sie sich durchsetzen und dabei fair bleiben

Sonntag war drei Wochen im Urlaub. Als sie zurückkommt, hat jemand anderes ihr Projekt bekommen. „Sorry, Susanne, du weißt ja, die Konkurrenz schläft nicht...“ Eva hatte das Meeting perfekt vorbereitet. Als die Geschäftskunden am Tisch sitzen, klafft der Chef trotzdem ihrer Kollegin auf die Schulter – und hält Eva nur seine leere Kaffertasse hin. Im Job muss man nicht nur gut sein, sondern auch zeigen, dass man gut ist. So gut, dass das eigene Projekt nicht einfach an einen Kollegen vergeben wird. So gut, dass nicht andere das Lob oder gar den Job einheimen, der einem selbst gehört.

Verschärfter Wettbewerb
Es ist ein bisschen wie die Fliege nach Jerusalem: Die Arbeitsplätze werden weniger und das Gerangel darum immer größer. Sogar Unternehmen, bei denen man das nicht so schnell für möglich gehalten hätte, lassen Mitarbeiter ab: die Deutsche Bank, Siemens, T-Mobile und Henkel. Klar, dass angesichts solch massiver Entlassungswellen die Angst um den eigenen Job wächst. Klar auch, dass der Konkurrenzdruck zunimmt. Jede von uns will schließlich beweisen, wie unverzichtbar sie fürs Unternehmen ist. Denn wer jetzt seinen Job verliert, findet nicht mal so eben einen neuen. Frauen brauchen im Schnitt 42,5 Wochen, bis sie wieder Arbeit haben – das sind rund zwei Monate mehr als bei Männern. Und der Stellenabbau werde noch weitergehen, vor allem in der Industrie, prophezeit das Forschungsinstitut Prognos. Mit anderen Worten: Will man seinen Job behalten, muss man sich dafür heute mehr denn je ins Zeug legen. Also nach Feierabend noch eine Stunde dranhängen und gern

auch mal am Wochenende ins Büro kommen! Mag sein, dass diese Strategie funktioniert. Aber besser als Selbstaufopferung ist Selbstdarstellung. Das muss hier mal so explizit gesagt werden, weil Frauen bekanntlich dazu neigen, erstere den Weg zu gehen; ganz viel arbeiten, am besten noch die Kollegen einladen, dafür ganz doll gemocht werden und letztendlich immer auf dem gleichen Posten sitzen bleiben. Weil es für alle so schön bequem ist. Aber geht nicht auch beides – beliebt sein und Erfolg haben?

Konkurrenz ist ein Hasenwort für die meisten Frauen, und doch müssen wir uns dem Wettbewerb stellen. „Der Knackpunkt lautet: Wie weit muss ich gehen, um zu gewinnen?“, sagt Dr. Monika Keuthen, Autorin des Ratgebers „Achtung, Kollegin – wie Frauen mit weiblicher Konkurrenz souveräner umgehen können“ (Kösel Verlag, 14,95 Euro). Hier sagt die Job-Expertin, wie man aus unterschiedlichen Jobsituationen als Stegerin hervorgeht und dabei trotzdem sympathisch bleibt.

1. Tipp: Raus aus der Solidaritätsfalle
Nehmen wir mal an, es hängt da diese Stellenausschreibung am schwarzen Brett. Ein Posten in der gleichen Abteilung, aber mit mehr Verantwortung und Gehalt. Ein Traumjob für Sie. „Kannst du vergessen, die Stelle ist intern bestimmt eh längst vergeben. Komm, Kaffee trinken“, rät der Kollege (a, weil er positioniert ist, b, weil er nicht will, dass Sie an ihm vorbeiziehen oder c, weil er Ihnen den Job nicht rausräut). Sie lassen sich stattdessen gleich für den nächsten Tag einen Termin in der

Chieftage geben. Höchstwahrscheinlich guckt ihr Kollege schräg, wenn Sie mit Bewerbungsmappe unterm Arm ihr Zwerchbrunn verlassen. Doch da müssen Sie durch. „Nur wer zu seinen eigenen Ambitionen steht und seine Ziele offen benennt, kriegt auch, was er will“, so Keuthen. Statt gegenüber Kollegen aus Sympathiegründen immer nur die Gleichberechtigung zu betonen („wie hier unten, die da oben“), stellt so ein Verhalten deutlich klar, wo man sich selbst sieht und wie hoch man die eigenen Fähigkeiten einschätzt.

2. Tipp: Die Absichten der anderen begreifen lernen
Ihre Kollegin ist zugleich Ihre Freundin: Mit ihr können Sie über den Hängebauch des Chefs lachen, sie hilft, wenn mal wieder etwas in letzter Minute fertig sein muss, und in diesem Sommer wollen Sie sogar zusammen verreisen. Doch seit einiger Zeit liegt ein Schatten über Ihrer Freundschaft. Ein Scherben mit Hängebauch. Ihr gemeinsamer Chef wendet sich mit seinen Wünschen nur noch an

Ihre Freundin, selbst die Terminplanung, für die eigentlich Sie zuständig sind, übergibt er ihr. Sie kümmert sich dienstlos um alles – und merkt gar nicht, wie es in Ihnen grummelt. Doch bevor Sie jetzt sauer auf Ihre Freundin reagieren, sollten Sie abhecken: Will sie Ihnen wirklich Ihre Funktion streitig machen oder ist sie einfach nur engagiert und unbedacht? Im ersten Fall gilt es, schnell den Mund aufzumachen, bevor die Situation eskaliert. Stellen Sie klar, dass die Terminorganisation Ihre Sache ist“, rät Monika Keuthen. „Im zweiten Fall sollten Sie sie bitten, die näch-

Besonders fies: unterschwellige Missgunst. Besser: die Lage klären und offen aussprechen, welche Ziele man hat

Will sie Ihnen wirklich Ihre Funktion streitig machen oder ist sie einfach nur engagiert und unbedacht? Im ersten Fall gilt es, schnell den Mund aufzumachen, bevor die Situation eskaliert. Stellen Sie klar, dass die Terminorganisation Ihre Sache ist“, rät Monika Keuthen. „Im zweiten Fall sollten Sie sie bitten, die näch-

te Extraaufgabe vom Chef ablehnen und auf Sie als Ansprechpartnerin zu verweisen.“ Wenn der Chef auch dann nicht aufhört, Ihre Kollegin vorzuziehen, kommen Sie um eine Aussprache mit ihm nicht herum. Oft stellt sich bei so einem Gespräch heraus, dass demjenigen gar nicht bewusst war, wie er Sie mit seinem Verhalten ausstößt. Abstellgleis manövriert hat. „Der Chef hat sich vielleicht einfach an die Kollegin gewandt, die gerade verfügbar erschien oder ihn beim Eintreten freundlicher anlächelte“, so Keuthen.

3. Tipp: Offen und direkt sein
Schon zum dritten Mal das Gleiche: Sie machen Ihrem Team einen Vorschlag, und als Reaktion bekommen Sie nur zu hören: „Du bist ja hier die Chefin. Du wirst schon wissen, was da tut!“ Der Unterton bedeutet unmissverständlich: „Wir müssen damit leben, dass du neuerdings unsere Vorgesetzte bist, akzeptieren können wir es nicht.“ Denn da sind

mindestens zwei Kollegen im Team, die ihren Führungsposten auch gern bekommen hätten. „Erfolg wird beneidet, nicht immer anerkannt“, weiß Monika Keuthen. „Versetzen Sie sich einmal in die Lage Ihrer Kollegen. Wenn Sie den Neid der anderen verstehen, können Sie konstruktiver damit umgehen.“ Gegen starrdekö Nörgler gibt es ihrer Meinung nach nur ein wirksames Gegenmittel: offen und direkt sein. Monika Keuthen rät: „Wer ironische Anspielungen hinterfragt, der setzt dem Angreifer schachmatt. Fragen Sie in solch einer Situation vor versammelter Mannschaft sofort nach: „Wie meinst du das?“ Ganz wichtig ist, dass Sie selbst nicht zickig kooptieren.“ Nur so machen Sie von vornherein klar, dass für Bosigkeiten im Büro kein Platz ist.

Erfolg wird meist beneidet. Wer das begreift, kann mit Zweideutigkeiten besser umgehen

4. Tipp: Öfter mal nein sagen
Die alte Regel: Um im Job erfolgreich zu sein, muss man Prioritäten setzen. Niemand kann bekanntlich in allen Bereichen gut sein, doktriert er aber in allen ein bisschen herum. Bleibe keine Zeit. In einer Sache wirklich exzellent zu sein. So exzellent, dass einem niemand in der Firma Konkurrenz machen kann. Habt Ihnen also Ihre Chefin mehr und mehr auf, weil Sie so zuverlässig sind, oder bitten Sie der nette Kollege viermal am Tag, ihm zu helfen, wird es Zeit, mit Kopfschütteln statt mit „Ja, klar!“ zu antworten. „In solchen Fällen ist der positive Epitheton wichtig“, sagt die Expertin. „Dazu gehört vor allem, auch mal nein zu sagen beziehungsweise: „Tut mir Leid, aber ich habe zu viel zu tun.“ Vergessen Sie Ihr Image als superengagierte Kollegin, die immer sofort zur Stelle ist. Vielleicht sind die anderen kurz genervt, weil sie Ihr Problem nicht bei Ihnen losgeredet sind, sondern es jetzt irgendjemand selbst lösen müssen. Aber eins ist sicher: Alle, denen Sie den eigenen Job durch Ihre Hilfsbereitschaft leicht gemacht haben, werden bald lernen, dass Sie nicht mehr für sie, dafür aber gern mit ihnen arbeiten. Das Motto lautet ab jetzt: Grenzen setzen, ohne zu verletzen. Denn nur so kommen Sie selbst weiter – und helfen nicht nur den anderen dabei.

5. Tipp: Vom Mitspielen
Es will mal wieder keiner das Sitzungsprotokoll schreiben. Sie wollen, dass es endlich vorangeht. „Okay, dann mach ich es heute eben noch mal“, hören Sie sich sagen – und haben damit laut Monika Keuthen schon einen Fehler begangen: „Wer immer anbietet, gering geschätzte Arbeiten zu machen, wird irgendwann selbst nicht mehr geschätzt“, erklärt die Job-Expertin. Wer dagegen bei Wichtigem aktiv mitspricht, zeigt, dass er was zu sagen hat. Und vorkommen will.



gelaucht“ klar, wer das Urheberrecht an der Idee hat. Wenn Sie dabei nicht emotional reagieren, sondern ganz sachorientiert bleiben, kann Ihnen die Vorgesetzte nichts vorwerfen. Und Sie haben die verreckte Konkurrenzrmination klar für sich entschieden.

7. Tipp: Authentisch bleiben
In Ihrer Firma hat sich eine Clique rund um Ihren Chef gebildet. Das gemeinsame Thema: Fußball. Erst gehörten nur zwei, drei Kollegen zum „Sportverein“ – wie Sie die Clique heimlich gestaut haben – mittlerweile scheint die Hälfte der Belegschaft Fußballfan zu sein. Kommt einfach gut an beim Chef. Müssen Sie da mitmachen? Nein. Sich verbiegen, nur um in den Dienstkreis der Macht zu kommen, schadet auf Dauer dem Rücken. Keuthen: „Zeigen Sie Haltung. Auch das imponiert der Konkurrenz.“ **MONIKA KEUTHEN**

6. Tipp: Lorbeeren selbst ernten
Sie haben eine super Idee, wie man die Arbeitsabläufe verbessern kann. Auch Ihre Vorgesetzte ist begeistert und beruft eine Versammlung ein, in der sie das Konzept vorstellt. Argentinischerweise tut sie dabei so, als sei das Ganze auf ihrem Mist

gewachsen und erwähnt Sie mit keiner Silbe. Was tun? „Bleib nicht den Mund haben, nur um Konflikte zu vermeiden“, rät Monika Keuthen. Mischen Sie sich ein, um ein Detail genauer auszuführen, und machen Sie durch Formulierungen wie „Das habe ich mit folgendermaßen

Trennen Sie sich von der Vorstellung, dass vor dem Shoppen das Sparen kommt.

0% Finanzierungszinsen in den ersten 6 Monaten!
0 Zinsen bis zu 56 Tage zwischen Kauf und Zahlung
0 € Jahresgebühr (ab 5.000 € Kaufumsatz)

Und darüber hinaus weitere exklusive Vorteile.
Die X-ite Card ist eine Kreditkarte der Royal Bank of Scotland, der zweitgrößten Bank Europas.

01803/80 88 40 www.x-ite.de

RBS
The Royal Bank of Scotland

LivingZU BESUCH BEI ...



Sarah O'Keefe lebt, wie alle Engländer, ihren Karriertag

Sarahs Wohnstil: viel Holz, viel Glas und dazu noch Plüschmöbelchen

Gleich neben dem Schreibtisch ein XXL-Sessel zum Relaxen

GEMÜTLICH GEHT VOR!

Mit ihrem Lifestyle-Laden The Cross verhalf Sarah O'Keefe halb London zu coolen Möbeln und Wohnaccessoires. Wie sie selbst wohnt? Kein bisschen durchdesignt – und genau das ist Konzept. **TEXT** Denise Elphick **FOTOS** Wolfried Helzer

Die Einrichtung einer Wohnung nehme ich nicht zu ernst. Im Gegenteil: Ich setze ganz auf einen bunten, verspielten Stil mit dekorativen Elementen, sagt Sarah O'Keefe. Und die Innenwelt ihres Londoner Stadthaus sagt das Ganze: kräftige Farben, Möbel aus verschiedenen Epochen, neu und alt, schlicht und verschnitzelt, mit liebevollen Details, Flohmärktschätze neben wertvollen Einzelstücken. Ein eigenwilliger Mix. Sarahs Mix.



FÜR IHR ZUHAUSE

1 Tischleuchte „Springfest“ von Flamant, ca. 200 € 2 Sessel „Virginia“ von Flamant, ab 1125 € 3 Postleuchte aus Marokko, über www.orientalart.de, ca. 18 € 4 Holzstuhl „Dix Table“ von Der Lagerhaus, ca. 1300 € 5 Fünfweckerleuchte „Jipij“ von Vörling, ca. 68 € 6 Kerzenleuchte „Chapel Diamond 68“ von Kero, ca. 110 €



Gute Idee, um eine offene Atmosphäre in der Küche zu schaffen: Schranktüren aushängen

Rosa Details sorgen für Lebendigkeit, so auch dieser Flusati

Orientalische Schmückel: Der reich verzierte Spiegel ist ein Souvenir aus Tughrat

Hierherhin gibt es viel schönere Badmöbel als arabische Wädeln – Preissteigerung, bitte Platz reservieren!

HIER UND DA EIN WENIG ROSA

Zwei Geschmackswelten gehen jedoch bei ihrer Einrichtung stets den Ton an: Neben orientalischem, verschnitzeltem Design steht die Engländerin auf mädchenhaftem Rosa, das sie wohlkühler einsetzt – im Wohnzimmer zum Beispiel in Form eines pinkfarbenen Flakato und eines Seeschilderwürfs. Ein lebendiger Kontrast zum weichen Grün der Wände und Böden. „Ich mag diesen Rosablot-Look, besonders bei sommerlichem Licht, Kaminfeuer und Kerzenlicht“, erklärt die Hausfrau.

Im Esszimmer schafft sie mit gläsernen Kerzenständern, zähllosen bunten Kisseln und einem zarten Holztisch aus Vietnam eine romantisch-pommesche Atmosphäre. Sarah: „Meist orientiere ich mich an einem Stück, das ich besonders gern mag, und baue dann alles drum herum auf.“ Das Haus der Lifestyle-Expertin hat so den Charme eines gemütlichen Landhauses – obwohl es im Herzen Londons steht.



FÜR IHR ZUHAUSE

1 Schöne alte Teppiche findet man bei Ebay und mit Glück auf dem Flohmarkt 2 Metallstuhl „Ankage“ von Markku, ca. 425 € 3 Briefbeschwerer „Jero“ von Böttger, ca. 22 € 4 Porzellanvase von Haus Döcker, ca. 22 € 5 Keramikstühle von Vörling, ca. 25 € bzw. 35 € 6 Beistelltisch von Car Seibert/Brandel, ca. 140 €



DIE SPONTANE: »WAS SCHÖNES ZU ENTDECKEN FÜHLT SICH AN WIE VERLIEBT SEIN.«

An einer Kollegin gewesen, musste ich auch haben. Schal von T & M ca. 15 €

Ich wusste sofort, das will ich unbedingt. Pullover von H&M ca. 120 €

Das süße Schmeckkästchen stammt aus einem Laden in Potsdam ca. 25 €

DAS GLÜCK IN TÜTEN

„ES WIRD MIR GUT GEHEN MIT DIESEN STIEFELLETTEN AN DEN FÜSSEN, MEIN GANZES LEBEN WIRD BESSER.“ KLINGT ETWAS IRRSINNICHTIG, ABER DOCH VERTRAUT, WEIL DIE KAUFLEUST AB UND ZU UNSEREN VERSTAND ABSCHALTET. WIE KANN DAS SEIN?

TEXT Silvia Frei, INTERVIEWS Kerstin Bode, FOTOS Ole Schuckmann

Ich bin unschuldig. Ich hatte nicht vor, diese Socken zu kaufen. Ich habe nicht einmal nach Schalen geguckt. Aber ich habte so mich schon entlockt. Leuchten mir entgegen, in diesem Rot, das „Stopp! Stehen bleiben!“ signalisiert. Sie locken mit Absatz, die meine Stiefelherstellerin beginnt auf Supermodellänge strecken zu wollen. Ich sah mich durch den Sommer tanzen. „Drift off“ heißt dieser Moment in der Konsumsoziologie. Unsere Fantasie drifft

in eine Zukunft mit dem Objekt unserer Begierde. Die Konsum- und Verbrauchstheoretikerin Andrea Götzel-Klein spielt von „entzäpftem Status“, wenn wir uns ausmalen, was der Kauf bewirkt. Das sind Augenblicke, in denen Männer über die Mutterhaube sticheln und insofern bereits im Vorüberfliegen Eindruck machen. Momente, in denen sich vor unserem inneren Auge die Kunden im Park von selbst laufen, dank des neuen iPad im Ohr. Sekundenschnelle, in dem wir schöner werden und unser Leben

besser. Nur ein Griff zum Putzmittel – Glück ist so küfflich. Wie kaufen Marken und Moden, Gruppenzugehörigkeit oder Einzigartigkeit, Selbstbestätigung, Status, Rollen. Ein Lebensgefühl. Lucia Reich, die an der Universität Hohenheim Konsumtheorie und Verbrauchspolitik lehrt, erzählt anlässlich, wie sie sich ein Gefühl von Autarkie zueignet. „Als ich zu unterrichten begann, war ich 24. Einige meiner Studenten waren älter als ich. Da habe ich mir als erstes eine Brille gekauft, weil ich dachte, die braucht man als Wissenschaftlerin.“ Die Brille ersetzte keine natürliche Ansicht, aber die Quäntchen gekaufte Sicherheit gab ihr Raum, in ihre Aufgabe hineinzuwachsen.

Wenn es nicht gerade um Grundnahrungsmittel wie Kartoffeln geht, sind nahezu alle Produkte aufgeladen mit Assoziationen. Diese Bilder, die wir meist unbewusst abgespeichert haben, und die Gefühle, die sie in uns auslösen, lassen sich mittlerweile sichtbar machen. „Neuroökonomie“ heißt die junge Forschungsrichtung, die Gehirnscans macht, um unsere Kaufentscheidungen zu ergüticken. „So hat man festgestellt, dass beim Betrachten eines Autos der Marke ‚Mini‘ im Gehirn die gleichen Areale aktiviert werden wie beim Anblick einer freundlichen ‚Lächelfigur‘“, erzählt Andrea Götzel-Klein.

Schon ist es um uns geschieden. Der Flirt mit unserer Entlockung beginnt. Wir sind ein bisschen verliebt und wissen: Er wird uns glücklich machen, der neue Pulli. Beim neuen Impulskauf funktionieren alle

JOHANNA MITTELSTRASS, 23, FREIBERUFLICHE AUFNAHMELEITERIN BEIM FILM, GEHT DREI- BIS VIERMAL DIE WOCHE SHOPPEN UND GIBT DABEI IM MONAT ETWA 400 EURO AUS

Wann parkt Sie das Shopping-Fieber? Ich gehe ich los, um mich fürs viele Arbeiten zu belohnen. Das Entscheidende dabei: Mir muss ein Teil spontan ins Auge springen. Ein tolles Gefühl, fast wie verliebt. Dass es teuer ist oder ich was Ähnliches bereits habe, spielt dann keine Rolle, ich bringe es eh nicht mehr aus dem Kopf. Das Verlockende, was Sie je getan haben, um an etwas ranzukommen? Ich habe einer Kollegin, die mittags in die Stadt gehen wollte, eine Lederjacke aufgemalt, die ich am Freitag gesehen hatte. Sie sollte mir nicht nur die Jacke verbriefen, sondern auch das Geld leihen. Hat sie gemacht. Wo kaufen Sie am liebsten ein? H&M und Zara legen bei mir um die Ecke. Selbst wenn ich nur zum Mikh kaufen gehe, muss ich da kurz rein und checken, was es Neues gibt. Was kaufen Sie am liebsten? Klarotten. Aber ich habe auch eine kleine Schwäche für Doko-Nippes. Haben Sie schon mal verschollenen, wie teuer etwas wirklich war? Ja, ständig! Die Vorwürfe hören ich mir nicht gern an. Was ist der schönste Moment beim Shoppen? Wenn ich die Tüte habe und weiß: Das kann mir keiner mehr nehmen!

gleich. Frauen und Männer, egal wie alt, egal wie viel Geld auf dem Konto ist. Andrea Götzel-Klein hat untersucht, was passiert, wenn wir etwas entdecken, das etwas so stark kein Rest für uns hat, das wir uns zwangsläufig zum Kauf hinziehen lassen. Entscheidendes Kriterium: „Das Produkt hat messbar Vorteile und Überzeugung aus“, sagt sie. Und da arbeite ich mit meiner Fantasie an der Kunst, eckel- und schmeicheln mich für meine Unvernunft. Wenn besuche ich Socken mit 12 Zentimeter Absatz, dabei schreit mein Körper mir im Ohr: „Wahnsinn, das ist krank.“ Wenn die spontane Fresse so groß ist, dass sie messbar wird und man sich den Nutzen sofort ausmalen kann, dann fühle das oft dann, die Kaufentscheidung nach spielen nicht zu können. In unseren Untersuchungen beobachten viele der Befragten, dass das Produkt zum Lieblingsstück wurde“, sagt Andrea Götzel-Klein.



DIE JÄGERIN: »BEI LUXUS ZUM HALBEN PREIS MUSS ICH ZUSCHLAGEN.«

Geschick des Gatten: Tod's Pumpen für ca. 170 € aus dem Secondhandshop

Jacke von Louis Vuitton, second-hand für ca. 400 €

Chanel Nagellack, gelb, 24 € für eine Flasche

Das diese bei uns ankommen, dafür sorgen Unternehmen wie die US-amerikanische Konsumkreditagentur Initiative. Zwerf Milliarden Dollar geht Initiative Anfang des Jahres aus für Werbezweck im Radio und Fernsehen aus und sei damit der größte Käufer von Werbezweck weltweit gewesen. Das erzählt die damalige Vizepräsidentin der Agentur, Lucy Hughes, in dem Dokumentarfilm „The Corporation“. Hughes hat die Studie „The Nrg Factor“ mit erstellt, eine Untersuchung, wie Kinder durch Quapops das Kaufverhalten ihrer Eltern beeinflussen. Ziel: herauszufinden, wie Unternehmen Kindern helfen können, effektiver zu reagieren, sodass die Eltern kaufen. Lucy Hughes sagt im Film: „Sie können Konsumenten manipulieren, etwas zu wollen, und ihr Produkt zu kaufen. Das ist ein Spiel.“ Und wer das Spiel in Zukunft gewinnen will, der müsse die Kinder einschleichen. Knapp acht Prozent der Bevölkerung gelten in Deutschland als kaufkräftigste. Jede Gesellschaft schließt sich ihm eigen-

ANDREA BRINGETAU, 29, MUTTER EINES 9-JÄHRIGEN SOHNES UND EINER 2-JÄHRIGEN TOCHTER, GEHT EIN- BIS ZWEIMAL IM MONAT SHOPPEN UND GIBT DABEI ZWISCHEN 200 UND 300 EURO AUS

Was war ihr bester Kauf im letzten Jahr? Meine wunderschöne braune Louis-Vuitton-Jacke für 400 Euro. Die habe ich ungetriggert in einem Edel-Secondhandshop gefunden. Neu hätte sie 1200 Euro gekostet. Ich wusste sofort, sie gehörte zusammen. Wie sieht Ihre Einkaufsstrategie aus? Normalerweise kaufe ich etwas sofort, wenn es mir gefällt. Die Jacke aber musste ich mir zurücklegen lassen und dann in zwei Raten abbezahlen. Nach dem Shoppen schenke ich ein schönes Geschenk. Manchmal denke ich, dass ich auch meiner Familie und besonders den Kindern eine Kleinigkeit hätte mitbringen sollen. Bei der Jacke kam mir in den Sinn, dass ich für dasselbe Geld mit den Kindern auch nach Dänemark hätte fahren können oder so. Was kaufen Sie am liebsten? Schuhe. Genauer: braune Stiefel mit kleinem Absatz. Immer wieder. Was ist der schönste Moment beim Shoppen? Wenn man ein extra schönes Teil zum halben Preis in der Vintage-Boutique findet und es dann auch noch passt! Weil die Sachen da einzigartig sind und es sie eben nicht in drei verschiedenen Größen gibt.

STYLING: BARBARA JÄGERL, HAAR: NIKKI WITZ, MAKE-UP: BARBARA JÄGERL

WIEBKE RICHARDSON, 17, KAUFM, ANGESTELLTE, GEHT EINMAL DIE WOCHE SHOPPEN. SEIT SIE IN ELTERNZEIT IST, GIBT SIE MONATLICH ETWA 200 EURO AUS, VORHER WÄREN ES OFT BIS ZU 500 EURO

Wie viele Handtaschen, Schuhe, Jeans, Kleider und Pullis haben Sie? Mindestens 40 Taschen und bestimmt 60 Paar Schuhe. Damit kann man jedes Outfit aufwarten. Pullis, Kleider, Jeans habe ich je so um die 25. Schon mal einen Fehlkauf gemacht? Bei Frankkäufen lege ich meist darunter. Die sind zwar selten teuer als 50 Euro, aber zu Hause ärgere ich mich, weil das Teil entweder doof aussieht oder ich es gar nicht brauche. Ich habe gelernt, mir genauer zu überlegen, was ich warum haben will. Und fahre damit eindeutig besser. Ab und zu habe ich in letzter Zeit sogar so lange gewartet. Das ist natürlich ärgerlich – aber es hat mich immerhin auch schon vor teuren Fehlkäufen bewahrt. Was war das teuerste, das Sie je gekauft haben? Haben einer Marjake war das ein Hosenanzug von Shreessa, den ich mir tatsächlich mal zum Originalpreis von damals 1400 Mark gegönnt habe. Somit kaufe ich meistens reduzierte Designersachen. Aber es hat sich auch gelohnt. Ich habe den Anzug auch jetzt noch nach Jahren oft an. Was ist der tollste Moment? Wenn's passiert.



DIE STRATEGIN: »ICH HABE GELERNT, MICH ZU KONTROLLIEREN.«

Pullover von Abercrombie für ca. 100 € gekauft in Hornolulu

Schuh von Kate Spade für 140 € – reduziert vom 240 €

Louis Vuitton Taschen und Koffer sind wirklich grobe Schwäche

Drögen“, sagt Lucia Reich. „Niemand mag es manipuliert zu werden. Aber wir können uns darüber hinwegsetzen. Auch Kinder und Jugendliche sind sehr viel weniger anfällig für Klack, wenn man ihnen einmal gründlich die Mechanismen erklärt.“

Wahrscheinlich ist der Samenfrucht Teil unserer genetischen Erbin. Aber warum kaufen wir weiter, selbst wenn Wissen und Gewissen meckern: Alles Notwendige ist da. Woher kommt der Wunsch nach mehr? Die Lust auf Neues? Verknappung funktioniert immer gut, sagt Lucia Reich. Und sei die Knappheit noch so künstlich wie meine, ach so einmalige Chance: Socken im Winter. Die nicht im Sommer einigentlich machen werden, wenn ich damit vorübergehen das Schöne staske, während normale Menschen flache Schuhe mit Profil tragen. Der britische Soziologe Colin Campbell geht davon aus, dass vor hauptsächlich konsumieren, weil wir nach Genuss streben. Genuss können wir nur erleben, wenn wir ein bisschen spüren. Da wir in unserer Konsumgesellschaft von Reizen überflutet werden, leuchten wie Tagtraum. Dafür hat Campbell den Begriff „imaginativer Hedonismus“ geprägt – der Genuss, in den wir uns hin einermitteln.

Lucia Reich sagt: „Diese Fähigkeit zum Tagträumen ist der Grund, dass wir überhaupt offen sind für neue Produkte.“ Selten erwischen sich unsere Anschaffungen als so ideal, wie wir sie uns in dem kurzen Moment vor der Kaufentscheidung vorgestellt haben. Das lässt dann Platz für ein neues Produkt, das verspricht, die Tagträume besser zu erfüllen“, so Reich. Wer aber davon träumt, Geld zu sparen, dem empfängt die Experten einen simplen Trick gegen den inneren Kaufimpuls: „Regel!“

HINGERUND

Worum wir kaufen Einführung in die Konsumgeschichte: Vom Überleben zum Erleben von Christoph Schulte-Burgard. Ein spannendes Vorlesegespräch unter www.leser-schaefer-burgard.de/konsum/konsum-kap3.pdf Ein sehr amüsanter Kinderbuch – auch für Erwachsene: Mein erstes Shoppingbuch von J. Wieke, A. Erben, Verlag der Buchhandlung Walter König, 3,99 €



Den Blick einfach mal schiefen lassen – das tut den Augen gut. Auch wenn's lustig aussieht: Schielen sollten Sie nicht zu oft, denn das ist nicht gesund

Das Geschäft heißt „SehOptimisten“ und liegt mitten in Rostock. Auf den ersten Blick erregt es nur mehrer Optikerladen, in dem Kontaktlinsen angepasst und Brillen verkauft werden. Doch es liegt eine Besonderheit: ein so genanntes Visualtrainingszentrum. Hier trainieren zwei Optikermeister ihren Kunden Augenübungen. Denn Ellen Rindorf und ihre Partnerin Denise von Klitzing sind überzeugt: Um Sehprobleme zu beheben, gibt es keine Möglichkeit als nur die beste, optometrische Visualtraining (VT) heißt für Erfolgsprogrammen, das schon nach sechs bis acht Wochen eine Verbesserung der Sehfähigkeit bringen kann. Und auch Kosten sparen. Ein halbjähriges Training ist etwa so teuer wie zwei Brillen (beide zahlen die gesetzlichen Kassen nicht, private auf Anfrage).

Vor gut zwei Jahren fing alles an. Du und dein Ellen Rindorf nach Augenoptik- und Optometrie Studenten an der Technischen Fachhochschule in Berlin. Zusammen mit ihrer Kommilitenin Carmen Kowling setzten sie im letzten Jahr in die Westington Staaten, um ihre Diplomarbeit vorzubereiten. Sie hatten gehört, dass dort Augenübungen ganz selbstverständlich sind – anders als bei uns, wo sie bislang häufig als Übung in die Fortkurse abgedrängt wurden. „Haltet euch nicht auf damit, losst es“, hatten die deutschen Professoren die Studenten gewarnt. Doch Ellen Rindorf und Carmen Koch ließen nicht die auf. Zu fast start waren sie von den Versagensmethoden auf der anderen Seite des Atlantik.

BESSER SEHEN DURCH EINFACHE ÜBUNGEN

Hört sich verlockend an, oder? Vor allem Bildschirmarbeiterinnen leiden zunehmend an Augenproblemen. Zum Glück gibt es eine Alternative zur Brille: Die Sehkraft lässt sich durch regelmäßiges Training stärken

TEXT: Tina König, FOTOS: Stephanie Frankfurter

Dort ist man sich sicher, dass Sehprobleme oftmals dadurch entstehen, dass es am Zusammenspiel beider Augen hapert. Genau diese Kombination kann man, nachdem die Augen zuvor vom Arzt untersucht wurden, um organische Fehler auszuschließen, durch

Training verbessern. Schon US-Vorschulkinder werden unterwiesene Sehfähigkeit trainiert. Die Augenübungen sind also ein wichtiger Bestandteil der Schulbildung. Und so können auch wir unsere Sehkraft durch regelmäßiges Training verbessern. Schon US-Vorschulkinder werden unterwiesene Sehfähigkeit trainiert. Die Augenübungen sind also ein wichtiger Bestandteil der Schulbildung. Und so können auch wir unsere Sehkraft durch regelmäßiges Training verbessern.

Zurück in Deutschland, schreiben Ellen Rindorf und Carmen Koch ihre Diplomarbeit, in der sie nachweisen, dass VT das Sehen verbessert. Dafür bekamen sie Bestnoten und den Wissenschaftspreis des Brillenglasherstellers Rupp + Hubach. „Eins muss ich klarstellen: Wir haben die Methode nicht neu erfunden, aber entscheidend dazu beigetragen, sie an den Unis und Hochschulen zu etablieren“, sagt Rindorf stolz.

Wichtiges Ziel des Visualtrainings ist die Verbesserung des Binokularsehens. Dieses Begriff beschreibt die Fähigkeit der menschlichen Augen, zwei getrennte Bilder desselben Objekts aufzunehmen, die dann im Gehirn zu einem räumlichen Eindruck verschmolzen werden. Passen die Bilder nicht zusammen, muss das durch Mehrarbeit der äußeren Augenmuskulatur und des Gehirns ausgeglichen werden. Das kann schlimme Folgen haben: Die Betroffenen leiden unter Nacken- und Kopfschmerzen, Müdigkeit, Augenrötten, roten oder tränen Augen und Konzentrationsproblemen. Das Lesen und die räumliche Orientierung werden erschwert“, so Rindorf. Durch die zu sehenswerten Computerarbeit sind solche Situationen zu einer Volkskrankheit geworden. Fast die Hälfte aller Bildschirmarbeiter klagen über müde, brennende oder geschwächte Augen. Man spricht auch vom „Computer Vision Syndrome“.

Dafür gibt es verschiedene Ursachen. Am häufigsten reduziert sich die ungewohnte Augenbewegung deutlich, man fragt an zu „starrten“. Die Illusion wird weniger und damit die regelmäßige Regeneration des Auges durch die Bewegung mit Training flimmert. Die Augen jucken, werden trocken und rot und neigen schließlich zu Entzündungen. Mit der Zeit erschaffen Beeinträchtigung der Augenmuskulatur. In einigen Fällen passt sich der Augäpfel an und verlängert sich, was zu einer fortschreitenden Kurzsichtigkeit führen kann.

Das übliche Gegenmittel bei Fehlsichtigkeit sind Brillen, Kontaktlinsen oder so genannte Pflasterlinsen, die den Blick mit Hilfe genau dosierter Lichtbrechung auf den Netzhautpunkt zurücklenken. Visualtraining kann eine Ergänzung oder sogar eine Alternative sein, die nicht nur müde Augen und deren Begleiterscheinungen lindert, sondern auch bei dem Sehfähigkeit zu einer Dioptrie einzusparen vermag. „Damit wir gut sehen, müssen unsere Augen nicht nur Objekte scharf erfassen, sie müssen auch beweglich sein, exakt zusammenspielen und mit dem Gehirn kooperieren“, erklärt Ellen Rindorf. Genau dies funktioniert nach dem Visualtraining bei uns. Rindorf: „Studien zeigen, dass sich die Sehfähigkeit verbessert. Sicht ist etwa um 20 Prozent besser vor dem Training mit der getragenen und etwas zu schwachen Brille 50 Prozent, so kann er eventuell nach dem Training mit der gleichen Brille 100 Prozent sehen. Dieser Effekt tritt auch bei Menschen auf, die seit ihrer Kindheit auf einem Auge etwas schlechter sehen.“



Das Trainingsmaterial: je zwei Minuten und Sekunden, eine Zehnminuten, weil ein Tag für Übung ist. 1. Gott aber auch ohne

Und so funktioniert's: Zunächst gibt es eine 14-tägige Übungsumsetzung im Training

Die folgenden **ÜBUNGEN** sind gedacht für Menschen mit Beschwerden bei der Bildschirmarbeit. Sie ersetzen natürlich keine augenärztliche Untersuchung oder ein vollständiges Visualtraining. Sie können aber ein Einstieg sein, um eine ansteigende Kurzsichtigkeit aufzuhalten. Wer sich weiterführend behandeln lassen möchte: Unter www.wvaao.org finden Sie anerkannte Fachberater in Ihrer Region



1 Dem Daumen folgen
Verbessert die Augenbewegungen

So geht's: Bedecken Sie ein Auge, am besten mit einer Augenklappe, einem Tuch, zur Not auch mit der Hand. Auge bitte nicht zukneifen! Setzen Sie sich gerade auf einen Stuhl, ohne sich anzulehnen. Beide Füße stehen parallel vor dem Körper. Nun den Arm auf der Körperseite des geöffneten Auges nach vorn strecken. Versuchen Sie den Daumen im folgenden immer scharf zu sehen und nicht aus dem Blick zu verlieren. Der Kopf ist gerade und bewegt sich nicht mit dem Arm mit. Bewegen Sie den Arm je 7-mal horizontal bis maximal 60 bis 70 cm (von rechts nach links). Wiederholen Sie die Übung vertikal (von oben nach unten), diagonal (erst von links oben nach rechts unten, dann von rechts oben nach links unten) und zum Schluss im Kreis (erst im Uhrzeigersinn, dann gegen). **Wichtig:** Die Übung nicht länger als 2 Minuten pro Auge machen, sonst wirkt sie ermüdend!

2 Blicksprünge nah/fern
Trainiert das räumliche Sehen

So geht's: Halten Sie zwei Stifte senkrecht in den Händen, sodass sie hintereinander auf einer Mittellinie vor Ihrer Nase liegen. Einer sollte etwa 20 cm, der andere 50 cm entfernt sein. Schauen Sie nun abwechselnd den ferneren und nahen Stift scharf an und beobachten Sie, wie der nicht angezielte Stift doppelt und unscharf wahrzunehmen ist. Beginnen Sie langsam und steigern Sie allmählich das Tempo. Die Übung nicht länger als 3 bis 4 Minuten machen, sie macht sonst müde! **Wichtig:** Nehmen Sie kein Doppelbild wahr, so unterdrückt Ihr Gehirn den Seheindruck eines Auges. Versuchen Sie den nicht angezielten Stift leicht zu bewegen oder schauen Sie kurz aus dem Fenster und beginnen Sie neu. Sollte sich die ganze Zeit über vom oder hinter kein Doppelbild erkennen lassen, so machen Sie einen Augenarzt bzw. einen Funktionsoptikertermin auf.

3 Buchstaben visualisieren
Übt das Scharfsehen der Augen

So geht's: Nehmen Sie sich eine Zeitung oder Zeitschrift, suchen Sie sich einen asymmetrischen Buchstaben (wie das Klein a) heraus und schauen Sie ihn kurz bis zu 5-mal an. Dann schließen Sie die Augen und versuchen Sie, mindestens 20 Sekunden lang ein inneres Bild der genauen Form und des Kontrastes des Zeichens hervorzurufen. Stellen Sie sich das Zeichen ganz scharf und in ferne Distanz vor. Wiederholen Sie die Übung, indem Sie sich das Zeichen nun mindestens 20 Sekunden lang liegend vorstellen. Nun stellen Sie sich das Zeichen spiegelverkehrt vor. Wenn Sie alle Schritte beherrschen, führen Sie diese nacheinander in einem Rutsch durch. **Wichtig:** Weitsichtige Menschen sollten diese Übung nicht machen. Einigen Kurzsichtigen fällt sie anfangs sehr schwer. Durch kontinuierliches Üben stellen sich jedoch zunehmend Erfolge ein.

4 Bälle in der Peripherie
Trainiert das seitliche Sehen

So geht's: Stellen Sie sich gerade hin und suchen Sie sich einen Punkt, der mindestens vier Meter entfernt sein sollte. Versuchen Sie nun, zunächst nur einen Fingerspitzenball vor dem Körper hochzuwerfen und wieder aufzufangen, ohne dabei den Blick von dem Fernpunkt abzuwenden. Nehmen Sie den Ball dabei nur seitlich wahr. Wenn Ihnen das gelingt und Sie den Ball sogar mehr als einen Meter hochwerfen und wieder auffangen können, legen Sie den Arm immer weiter an die Seite Ihres Körpers führen, bis Sie den Ball gerade nach im Augenwinkel wahrnehmen. Die Übung mit der rechten und linken Hand trainieren und später mit beiden Händen und zwei Bällen gleichzeitig.

5 Palmieren
Entspannt die Augen

So geht's: Setzen Sie sich hin und sitzen Sie Ihre Ellenbogen auf dem Tisch oder auf Ihre Oberschenkel. Legen Sie Ihre gewölbten Handflächen so vor die Augen, dass diese sich öffnen lassen und Sie durch die Nase frei atmen können. Versuchen Sie, den Lichteinfall gering zu halten. Stellen Sie sich nun ein angenehmes Bild in weiter Ferne scharf vor (z. B. den Meer). Beginnen Sie die Übung nach mindestens vier Minuten, indem Sie die Hände langsam von den Augen wegließen. Versuchen Sie, die Gegenstände in Ihrem seitlichen Gesichtsfeld wahrzunehmen. **Wichtig:** Weitsichtige bzw. schnell ablenkbare Menschen sollten diese Übung abgewandt nach einem Lichtbad machen: kurzes Kreisen der Augen um eine Lampe, nicht direkt reinsehensuchen beobachten Sie anschließend die hervorgehobenen Lichtpunkte so lange, bis sich das Bild vollständig schwarz färbt.

Härten Sie Ihre Zähne für die nächste Woche



Tägliches Zähneputzen ist gut. Mit Elmex Gelée können Sie Ihre Zähne zusätzlich noch intensiv härten und so bis ins hohe Alter vor Karies schützen. Diese Karies-Schutzmedizin wird 1x wöchentlich angewendet. Dabei wird der Zahnschmelz intensiv fluoridiert, mineralisiert und nachhaltig gehärtet. Damit er vor allen Angriffen geschützt bleibt.



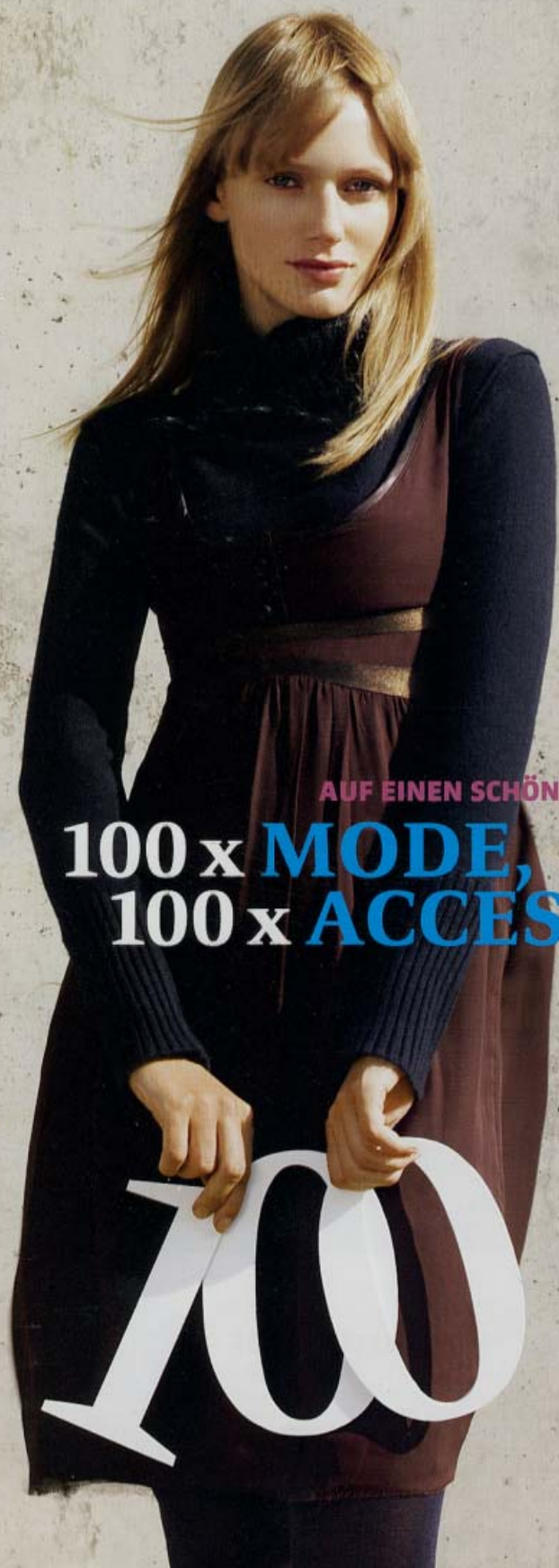
zusätzlich 1x wöchentlich **elmex gelée** für gesunde, starke Zähne

GABA Lärach – elmex Forschung
E-Mail: info@gaba-dent.de

elmex gelée: Zur Fortschreibung, Benennung der Inhaltsstoffe und Beschreibung übermäßiger Zahnhärtung. Zu Neben- und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

EXTRA: MODE ZUM BESTELLEN

woman



AUF EINEN SCHÖNEN HERBST!

100 x MODE, 100 x ACCESSOIRES

WIR FEIERN UNSER 100. HEFT – MIT ALLEN HIGHLIGHTS DER SAISON. UND DIE KÖNNEN SIE GANZ LÄSSIG VON ZU HAUSE AUS BESTELLEN

EDITORIAL



Liebe Leserin,

Sie, wir haben Sommer. Es ist heiß, sehr heiß. Bitte nicht lagern. Aber: Neue Kleiderstücke kaufen hat ja immer einen gewissen Vorbehalt: von zu Hause aus shoppen, im Schatten, mit einem richtigen Drink in der Hand und dem warmen Bestellschirm-Extra. Und im Herbst, wenn für angestiegte Einkäufe noch keine Zeit ist, wird man durch die in den Regalen stehenden, aber frischen Stoffe, habe ich die regale Trendteile schon am Leib. Okay, es mag ja nicht alle 200 Stück sein (überhaupt nicht für Accessoires), aber das, was Sie sehen finden, können Sie im Internet oder per Telefon bestellen. Capriccio, oder? Viel Spaß beim Bestellen wünscht das vomme Team!

Shopper im Internet

Alle Trendteile aus diesem Bestellschirm finden Sie auch auf unserer Homepage www.woman-magazin.de. Besonders praktisch: Sie können von dort aus direkt zum Anbieter klicken. Und wenn Sie schon bei uns zu Besuch sind, dann werfen Sie doch auch gleich noch einen Blick auf unsere neuen Shopping-Guides „Stadtkolben“! Die tolle Schweden-Matrasse lädt mit jeder Menge Farben und Lifestyle – falls unsere Bestellschirme (weiter Erwarten) doch noch einen Wunsch-Offen geblieben haben sollte.



INHALT

- 04 VOLUMEN**
LEIDER WIRD'S NICHT: GROSSE KLEIDER, BAUSCHIGE BLUSEN
- 06 KLEIDER**
WÄHLEN GEBEN: WELCHES KLEID GEHT MIT IHREM SCHWANZ?
- 08 HELLE TRÄUME**
ALLES FÜR EINE BLEICHENDE ERSCHEINUNG IN WOLLWEISS
- 10 ZEITLOS KLASSISCH**
DER ANTI-TREND: KLARE LINIEN UND GERADE SCHNITTE
- 12 LEOPARDEN-LOOK**
ELEGANT VERHÖRT: DER KATZEN-PRINT ERHÖHET DEN HERBST
- 13 TASCHEN**
FÜR DIE NEUEN MODELE HABEN SIE IMMER EINE HAND FREI
- 14 SIXTIES**
MINIROCK UND BALLERINAS: DAS COMEBACK DES ROCK 'N' ROLL
- 16 STIEFEL**
DIE NEHMEN JEDE MODEISCHE NÖRDE, OB FLACH ODER HOCH
- 17 MÜTZEN & SCHALS**
DIE PERFERTE KOMBINATION FÜR KUSCHELIGE WALDSPAZIERGÄNGE
- 18 BRIT-CHIC**
EDEL STOFFE, FEINE KAROS, DENN ADEL VERPFLICHTET
- 20 MÄNTEL**
SCHICHER-LOOK, FRENCH, MILITARY- UND DUFFLECOATS
- 22 GOLD**
DIE FARBE DER SIEGER MACHT JEDE FRAU ZUR GEWINNERIN
- 23 WÄSCHE**
BISUSUR BISSWEIS: MIT TELL, SPITZEN UND SCHLEIFCHEN
- 24 DENIM**
LUFT ANHALTEN UND REIN: DIE ROHRE IST ZURÜCK!
- 26 FARBE!**
DAS GIBT EIN BUNTES FREIEN IN IHRE KLEIDERSCHRANK

Titel: 3 BOLLKRAUT-FELLOVER von Max O'Fallon, ca. 100 € über www.maxo-fallon.de
 2. GARDEROBENLIEBE von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 3. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 4. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 5. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 6. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 7. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 8. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 9. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 10. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 11. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 12. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 13. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 14. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 15. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 16. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 17. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 18. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 19. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 20. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 21. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 22. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 23. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 24. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 25. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
 26. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com



GROSS IM KOMMEN

DER NEUE TREND HEISST VOLUMEN: WER GROSSE RÖCKE, BAUSCHIGE KLEIDER, GERAFFTE SHIRTS UND WEITE HOSEN TRÄGT, IST EINFACH SUPERMODERN. UND SPASS MACHT DER LOOK IRGENDWIE AUCH



- 1. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 2. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 3. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 4. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 5. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 6. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 7. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 8. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 9. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 10. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 11. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 12. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 13. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 14. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 15. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 16. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 17. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 18. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 19. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 20. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 21. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 22. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 23. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 24. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 25. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com
- 26. KLEIDUNG von Irisling, ca. 120 € über www.irisling.com



SIXTIES TO GO

MINIROCK UND STEHKRAGEN, RÖHREJANS UND BÄLTERNAS.
PEPITA UND KÄRIBERT, VIEL ROT ZU NOCH
MEHR SCHWARZ – ROCK 'N' ROLL AUF UNSERER HAUT!

A44
Einzel: 42 €
A46
A48
A49
A50
A51
A52
A53
A54
A55
A56
A57
A58
A59
A60

GOLDRAUSCH ALLES

IST ERLEICHTET: IN GOLDTÖNEN WIRD SOGAR DER GANG UM DIE ECKE ZUR GANZ GROSSEN SHOW

A76
A77
A78
A79
A80
A81
A82
A83
A84
A85
A86

FESCHE WÄSCHE

VIEL SPITZE, KLEINE
MÜSCHEN, BÜHMEN UND SCHLEIER AUF PANTYS UND PUSH-UPS. DAS GEHÖRT JETZT
AUF DEN KÖRPER EINER FRAU. SEHR SEXY, SEHR SCHÖN UND SEHR BOUDOIR

A80
A81
A82
A83
A84
A85
A86
A87
A88

STIEFEL ZUM ANGEBEN

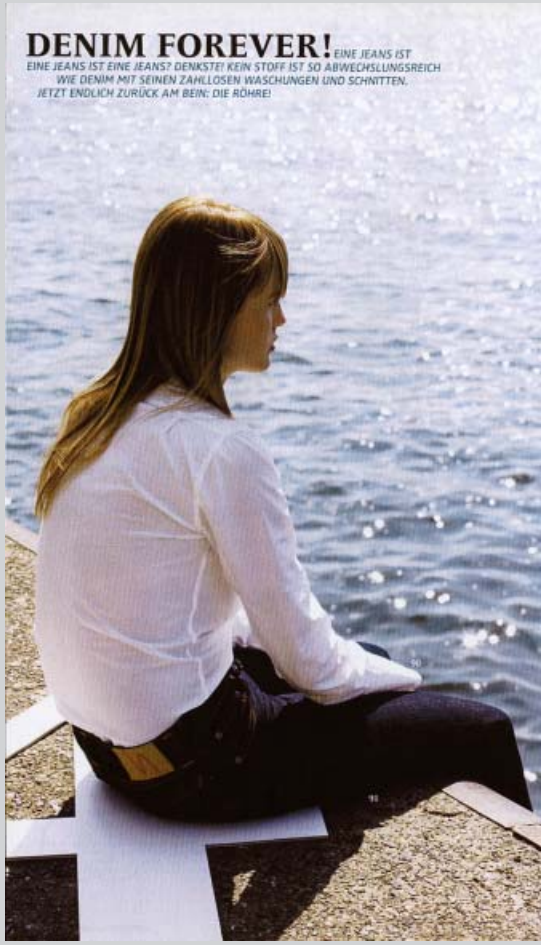
WER MODISCH ALS ALLERERSTE DURCHS ZIEL GEHEN WILL, SETZT JETZT AUF REITERSTIEFEL.
UND WER AUF HOHE ABSÄTZE STEHT, KOMMT DIESE SAISON GROSS RAUS

A51
A52
A53
A54
A55
A56
A57
A58
A59
A60

SCHAL LIEBT MÜTZE

BOMMEL, SUCHT FRANSE FÜR GEMEINSAME AUSFLÜGE; DIESE KUSCHEL-
KOMBI SIND EINFACH ZU SCHÖN, UM SIE GETRENNT ZU TRAGEN

A61
A62
A63
A64
A65
A66



A92
A93
A94
A95
A96
A97
A98
A99

Extraheft: 129 Accessoires

woman



AM LIEBSTEN ALLES!

DIE SCHÖNSTEN HIGH HEELS, BALLERINAS, SANDALEN, TASCHEN, SONNENBRILLEN, KETTEN, ARMBÄNDER DER SAISON





■ schönheit



Für den Liebsten: Vetiver und Anis stecken im „After Shave Lotion Spray“ mit dem Duft von „Kenzoair“, 150 ml, ca. 37 Euro

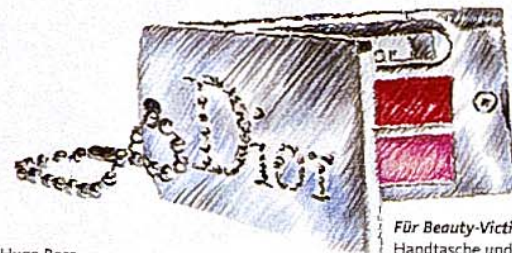


Für Papa: „Baldessarini Prestige Refillable Spray“ von Hugo Boss, mit Patchouli-Blüte. Eau de Cologne, 50 ml, ca. 100 Euro. Tipp: Initialen oder Namen in den nachfüllbaren Flakon gravieren lassen

Last-Minute-Geschenke

Es weihnachtet ganz gewaltig, und Sie haben immer noch nichts Passendes für die Lieben? Dann fix loslaufen und diese tollen „Beautys“ besorgen. Die wollen dringend unter den Baum

ILLUSTRATIONEN AMIN HUSCHI



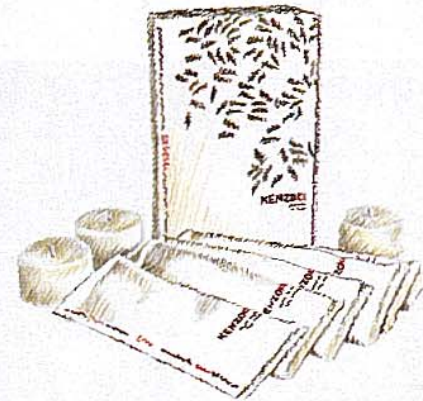
Für Beauty-Victim Simone: ziert ihre Handtasche und auch sie! Gloss und Lippenfarbe stecken bei „Dior Sparkling“ im massiven Silberetui mit Strass-Amethysten. Ca. 43 Euro, limitiert



Für Maren: straffende Maske „Firm Profile Express“ von Givenchy. Verbannt Schwellungen gekonnt mit Mandarinen-Extrakt, zehnmal 8 ml, ca. 49 Euro



Für Tante Erika: pflegt ihre extrem trockene Körperhaut schön samtig. „Caresse Peaux Très Sèches“ von Lancôme mit Rosenblütenextrakt, 200 ml, ca. 39 Euro



Für Schwester Tania: zartes Reisdampf-Milchbad „Bain aux Chandelles“ von Kenzoki (6 Beutel) und drei Schwimmkerzen, ca. 35 Euro, limitiert



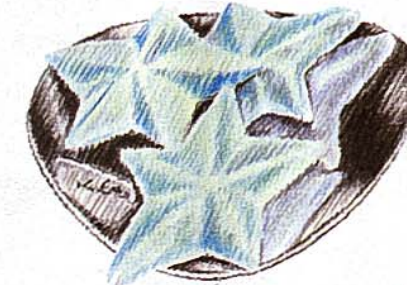
Für die gestresste Chefin: Duftkerze „Burn Baby Burn“ von Lola, mit Mandarine und Muskatnuss, ca. 26 Euro. Shopfinder: www.lolacosmetics.com



Für Tante Helga: Anti-Age-Handcreme „Sisleya Soins des mains SPF 10“ von Sisley, ca. 91 Euro



Für Mama: Set mit „Lifting Face Serum & Lifting Intensifier“ von La Mer. Liftet die Haut mit Hilfe einer seltenen blauen Alge! Ca. 315 Euro



Für Cousine Kristina: drei Seifen „Angel Savon Celestes“ von Thierry Mugler, mit Schale, ca. 39 Euro, limitiert



Für Klein-Jesse: „Gentle Cleansing Milk“ von Kiehl's Baby reinigt seine empfindliche Säuglingshaut supersanft, ca. 22 Euro



Für Kollegin Sandra: knallrote, volle Lippen dank „The Lipstick of Ginza Red“ von Kanebo. Mit „Gold Silk Powder“, ca. 48 Euro



Für Oma Grete: Chromspiegel „Beauty Mirror“ von Princess. Mit integrierter Beleuchtung für schön natürliches Licht, ca. 50 Euro

Plakate für Deutsches Schauspielhaus Hamburg

